

妊娠

出産

乳幼児期



### ネウボラって？

フィンランド語で「相談する場所」が日本語に近い意味。フィンランドでは、「ネウボラ」として、かかりつけの担当者や専門職が、妊娠期から就学期まで切れ目なくサポートしています。



【電話相談／仙北市保健課】《固定電話》☎ 55-1112 《携帯電話》☎ 080-2813-0835

平成30年度仙北市ネウボラなないろ（子育て包括支援センター）の妊娠期～乳幼児期対象事業を紹介します。平成29年度事業を拡充しました。

#### 妊娠期～乳幼児期

##### 電話相談

保健師・管理栄養士・看護師が対応します。

##### 専用携帯電話

080・2813・0835

##### 固定電話（保健課）

55・1112

※心の健康づくり事業（こころの相談）は女性の臨床心理士が対応します（要予約）。日程等は毎月1日号広報に掲載。

##### 妊娠届出

##### ハッピーマタニティ教室

母子手帳交付時の待ち時間を利用して保健師・管理栄養士がお話します。

##### 対象／

母子手帳交付を受けたきた方

内容／▽支援プラン ▽妊婦健診・妊婦歯科健診・産婦健診・母乳相談券の発行と使用方法 ▽母子手帳の使い方と妊娠初期の生活、栄養のお話 ▽個別相談

日時／毎月第1・3週午後 毎月第2・4週午前

※日程は仙北市ホームページ

（[http://www.city.senbokuakita.jp/citizens/09\\_10.htm](http://city.senbokuakita.jp/citizens/09_10.htm)）  
広報毎月1日号「こどもカレンダー」で確認ください。



#### 妊娠期

##### 「こんにちは赤ちゃん教室（拡充）」

出産の準備、出産の経緯、産後の生活などについての実技とお話をします。また、参加者同士がお話をしたり聞いたりする交流会もあります。

対象／妊娠後期の頃の妊婦さんと家族

回数／1クール2回を年4クール

内容／《1回目》①沐浴・パパ体験コース ②沐浴・妊婦栄養コース

《2回目》①出産の知識 ②母乳育児

③妊娠期から産後メンタルヘルス

講師／《1回目》保健師・管理栄養士 《2回目》在宅助産師

##### 家庭訪問

※対象の方に個人通知します。また、妊娠届出のときにお知らせします。

訪問希望の方や医療機関から依頼がある方に、地区担当保健師・管理栄養士がお伺いして支援します。

##### 電話訪問

妊娠後期の頃に電話で「こんにちは赤ちゃん教室」のお誘いと健康状況の確認をします。

#### 乳幼児期

##### 家庭訪問

①低体重児（出生体重2500g未満）の届出のあった家庭にお伺いして支援します。

②1か月頃の赤ちゃん全員の家庭に地区担当保健師がお伺いします。

内容／▽支援プラン・予防接種 ▽乳児健診 ▽各種教室の話や赤ちゃんの育児支援やママの相談

③希望の方や医療機関等の依頼のある方に訪問支援をします。

##### ママと赤ちゃんのふれあい講座（拡充）

ベビーマッサージや赤ちゃんヨガを通して赤ちゃんの笑顔から幸せを一緒に感じられる教室です。また、赤ちゃんの命を守るための救急講座、参加者ママたちがお話ししたり聞いたりする交流の時間（保健師・管理栄養士・在宅保育士対応）もあります。講座終了後、13時頃までママ同士がお話ができる部屋を準備しています。



対象／2か月後半～12か月未満

講師／▽黒丸寿美子先生

▽日本赤十字秋田支社稲岡一枝先生

##### おやこ交流広場（拡充）

自由に室内公園としてご利用ください。

期日／毎週月曜日

※祭日の場合は翌日（週のはじめの平日）

時間／9時30分～11時30分

※第3週はご希望により身体計測を行いますので、母子手帳をお持ちください。相談のある方は、気軽にスタッフに声をかけてください。