

仙北市子育て世代包括支援センター 「なないろ」

【妊娠したら・・・】

ハッピーマタニティ教室

【対象】妊婦およびその家族
【内容】母子健康手帳交付時に、保健師・管理栄養士等が妊娠中の過ごし方や食生活等のお話しと個別の相談に応じます。



子育て応援プラン作成

【対象】妊婦
【内容】母子健康手帳交付時に、保健師が個別に面接します。それぞれの妊婦さんの気持ちに寄り添いながら、妊婦さんと一緒に、妊娠から出産・子育てまでの「子育て応援プラン」を作成します。

仙北市版母子手帳アプリ「なないろ」 by 母子モ

【対象】妊婦～子育てをする親
【内容】妊娠期から出産、育児までをフルサポートする子育てアプリです。子どもの成長を記録したり、育児情報の確認ができたり、予防接種の管理などができます。お持ちの母子手帳と合わせてお使いください。



←ダウンロードは
こちらから

妊婦さん電話・自宅訪問

【対象】おおむね妊娠6～9か月頃の妊婦
【内容】安心して出産・育児できるように保健師等が電話で体調や心配事をうかがいサポートしています。また、状況に応じて、ご自宅への訪問もしています。

助産師さんの相談日

【対象】妊産婦と赤ちゃん
【内容】助産師さんに妊娠中や出産前後、育児の相談ができます。
【日程】原則毎月第3月曜日
10時00分～11時30分
希望者は個別相談あり



こんにちは赤ちゃん教室

安心して赤ちゃんを迎えるため、赤ちゃんのお世話や心がまえについて学ぶ教室を開催しています。

【対象】おおむね妊娠6～9か月の妊婦とそのパートナー、家族
【内容】赤ちゃんの沐浴体験、妊婦体験
ママのための栄養の話、出産に向けての話、母乳育児について
*対象となる月に個別にお知らせします。



【子どもが生まれたら・・・】



赤ちゃん訪問

【対象】生後2か月未満の赤ちゃんと産婦
【内容】保健師がご家庭に訪問し、赤ちゃんの体重測定その他、育児相談に応じます。また、安心して子育てしていけるよう産婦さんと一緒に「子育て応援プラン」を作成します。



産後ケア事業

【対象】産後1年未満までの産婦と赤ちゃん
【内容】お母さんの体調管理とケア、育児相談、発達相談、心の休養、赤ちゃんの沐浴やお風呂の入れ方、授乳方法、育児情報の提供など。

- 居宅訪問
- デイサービス型
- ショートステイ型

※詳細はお問い合わせください。

おやこ交流広場

【対象】お子さんと保護者
【内容】健康管理センターのホールを室内公園として開放しています。月に1回身体計測日があります。
【日程】毎週月曜日（祝日の場合は翌日）
9時30分～11時30分



養育支援訪問

【対象】妊婦、生後1歳未満のお子さん
育児中の方
【内容】食事の準備や後片付け、洗濯、掃除、買い物など家事支援（ヘルパー派遣）にかかる費用の一部を助成します。
【利用回数】1日1回 12回
（多胎の場合は12回×子どもの人数）
【利用料金】1回あたりの自己負担額

・エリアA 36km未満	363円
・エリアB 36km以上	495円

※詳細はお問い合わせください。

ママと赤ちゃんのふれあい講座

【対象】生後2か月後半から1歳未満の赤ちゃんとその保護者
【内容】ベビーマッサージ または赤ちゃんの救急法、参加者同士の交流会
【回数】月1回

◇問い合わせ◇
子育て世代包括支援センター（保健課内）
☎0187-43-2252
☎080-2813-0835