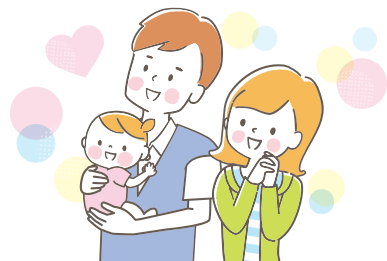


あかちゃんが できた

妊娠後の諸手続き

秦野市こども家庭センター、母子健康手帳(親子健康手帳)、妊婦健康診査、妊婦歯科健康診査、おめでた家族教室、電子母子手帳アプリ「はだのっこ」by母子モ、育児と仕事の両立、不妊・不育相談、NPOの育児

秦野で 子育てして良かった



秦野市こども家庭センター

秦野市こども家庭センターは、すべての妊産婦、子育て世帯、こどもに対する相談支援を切れ目なく、漏れなく実施します。

妊娠・出産・育児に関する相談

母子保健コーディネーター(助産師)、保健師・管理栄養士等の専門職が電話や訪問・面談等で対応します。

- 相談時間 月～金(祝日、年末年始を除く) 午前8時30分～午後5時
- 電話番号 82-9604
- 場所 保健福祉センター1階 こども家庭支援課 親子健康担当

こんな悩み、相談してください！



こども相談(18歳未満のお子さんに関する相談、児童虐待に関する相談・通告)

相談には家庭相談員、児童心理相談員、保健師等が対応します。

- 相談時間 電話相談:月～金 午前9時～午後5時
来所相談(要予約):月～金 午前9時～午後7時
土曜日 午前9時～午後4時
- 電話番号 82-5273・84-7800
- 場所 保健福祉センター1階 こども家庭支援課 こども若者相談担当

ご相談は匿名でも構いません

済んだら
チェックしよう！

母子健康手帳(親子健康手帳)

医療機関で妊娠の診断を受けたら早めに妊娠届出書を提出し、母子健康手帳の交付を受けましょう。母子健康手帳はお子さんとお母さんの健康状態を記録する大切な手帳です。乳幼児健診や予防接種を受ける時に必要となります。代理での手続きも可能です。

- 日時 平日の午前8時30分～午後5時及び土・日曜の開庁日の8時30分～正午、午後1時～5時 ※たばこ祭開催日、年末年始等を除く。
土・日曜の開庁日については市ホームページなどでご確認ください。

場所 保健福祉センター1階 こども家庭支援課 親子健康担当



妊婦健康診査 費用助成あり

～定期的に妊婦健康診査を受けましょう～

お腹の赤ちゃんの育ちぐあいや妊婦さんの健康状態を確認するために、血液・血圧・尿などの検査をします。

受診の
目安

妊娠週	健診回数
妊娠23週まで	4週間に1回
妊娠24～35週	2週間に1回
妊娠36週以降	1週間に1回



妊婦歯科健康診査 費用助成あり

～この機会にぜひ歯科健診を受けましょう～

妊娠中は、ホルモンバランスの変化やつわりによる歯磨き不足などが原因で、むし歯や歯周病になりやすい時期です。償還払いの制度は行っておりませんので、補助券をお持ちのうえ、できるだけ妊娠12週～27週頃に委託医療機関で歯科健診を受けましょう。

●補助券の共通事項●

(対象補助券:妊婦健康診査、妊婦歯科健康診査、新生児聴覚検査、産婦健康診査)

- 各種補助券は、母子健康手帳交付時(または妊婦健康診査補助券交換時)に渡しています。再発行はしないため、紛失しないように大切に保管してください。
- 市外に転出した日から秦野市発行の補助券は利用できません。
- 補助券が利用できるのは主に県内医療機関です。県外等では償還払いとなります(歯科健診を除く)。

もっと詳しく



母子健康手帳
交付に必要なものなど



妊婦健康診査
費用助成についてなど



妊婦歯科健康診査
受診方法や委託医療機関一覧など

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

あかちゃんができた

あかちゃんが生まれたら

すくすく健やか

頼りたい預けたい

親子でおでかけ

困ったときは

秦野マップ

妊娠中の生活をサポートします！

おめでた家族教室

安心して妊娠期を過ごし、赤ちゃんを迎える準備をするための教室です。主にこれからお母さん、お父さんになる方を対象に、毎月、予約制で開催しています。(初回のみ1組100円)

- 内容**
- ①妊娠中の生活・栄養
 - ②出産経過、マタニティエクササイズ、母乳のコツ
 - ③お風呂の実習とパパの妊娠体験、産後の心の健康など

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604



無料 電子母子手帳アプリ「はだのっこ」by母子モ

電子ならではの便利な機能を使って、紙の母子健康手帳を補完するアプリで、妊娠から出産、育児までをサポートします。

神奈川県健康管理アプリ「マイME-BYO(みびょう)カルテ」と連携しているので、小学校以降の健康記録も引き続きアプリで簡単管理できます。

予防接種モ！

複雑な予防接種時期も
スマホだと楽に
管理できる！

成長記録モ！

お子さんの成長記録を
家族と共有でき
一緒に振り返られる！

地域の情報モ！

お住いの地域の
育児情報や行政情報が
手元に届いて便利！

利用するには、「母子モ(ボシモ)」で検索、アプリストアからダウンロードしてください。

おめでた家族教室
開催日時、申込み方法など

「はだのっこ」by母子モ
主な機能やダウンロード方法など

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

B 新規デザイン作成から企画・製作まで

- 学校旗・特注のぼり旗・自治会旗・社旗・横断幕
- 防犯、防災、交通安全関連グッズ
- 記念品・粗品 ●Tシャツ・ポロシャツ・ジャンパー・キャップ
- うちわ・タオル・カレンダー・ステッカー
- ハッピーエプロン ●カップ・トロフィー

株式会社アイエンス

TEL 0463-82-7511

E-mail : aiens@giga.ocn.ne.jp

〒257-0025 秦野市落合361-2

(R246ケンタッキーさん近く)

妊娠・出産に関するさまざまな相談窓口

育児と仕事の両立 ～妊娠、出産後も仕事を続けたい！～

これからママ、パパになる方々に知っておいて欲しい、法律や規則について

●仕事と育児の両立応援カウンセリング

働きながら子育てしている方を支援するため、カウンセリングを実施しています。

●問い合わせ

神奈川県かながわ労働センター本所 電話：045-633-6110(代表)

●女性のための労働相談(県)

女性相談員が相談に応じます。女性弁護士による相談もあります。

また、電話による相談も受け付けています。

●問い合わせ

マザーズハローワーク横浜 女性職員対応 電話：045-320-0335

女性弁護士対応 電話：045-662-6110【要予約】(来所のみ)

●色々なハラスメントへの相談(県)

妊娠・出産等を理由とする解雇、その他不利益な取扱いは禁止されています。マタハラ・パワハラ・セクハラなどの相談に応じます。

●問い合わせ

神奈川県かながわ労働センター湘南支所 電話：0463-22-2711(代表)

神奈川県かながわ労働センター本所労働相談110番 電話：045-662-6110(直通)

●パパも育児を

パパも育児を取得できます(ママが専業主婦でも取得できます)。母乳を与えること以外の育児はパパにもできます。出産という大きな変化を経験したママは、ホルモンバランスの乱れなどの影響で、フルに動けないこともあります。「頑張れ」ではなく、「一緒に頑張ろう」や、「ツライね、後は僕がやるよ」などの言葉をかけて、一緒に赤ちゃんを育てましょう。



不妊・不育相談

神奈川県不妊・不育専門相談センター

不妊や流産等を繰り返す不育症について医師や臨床心理士、助産師などの専門家が相談に応じます。グリーンケアのこと、男性やご夫婦・カップルでの相談も可能です。予約不要の電話相談と予約制の面接(来所またはZOOM)相談を受け付けています。

■助産師への相談 相談日の9時～11時30分 ☎045-212-1052

■医師・臨床心理士への相談 相談日の14時～16時15分

■相談予約の申込み・問い合わせ先

相談日や申込み等の詳細については、県ホームページをご確認ください。

県健康増進課 ☎045-210-4786



秦野市不妊治療費(先進医療分)助成事業

医療保険適用の体外受精・顕微授精と併せて、医療保険の適用とならない先進医療の治療を受けた方を対象に、先進医療にかかった費用の一部を助成します。

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

秦野市不育症治療費助成事業

不育症治療を受けられたご夫婦に対し、医療保険適用外の治療費の一部を助成します。対象となる治療、必要な書類、手続きなどがありますので詳しくはお問い合わせください。

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

パパの育児 パパの育自 Kosodate For Men



はだのふるさと大使
LUNA SEA
真矢

これから親になるあなたへ

ご妊娠・ご出産おめでとうございます。
こどもが生まれ、家族が増えることは、誰にとっても大きな変化です。初めて向き合う事がたくさん出てくるとは思います、その一つ一つが自分を親にしていってくれる大切な経験になると思います。
僕が常に忘れずにいたいと思うのは「笑っても怒っても同じ1日」という事。時にはそれぞれ息抜きしたり、時には夫婦2人の時間を過ごしたりしながら、できればいつも親が笑顔でいて欲しいな、と。そうしたらきっと、不安な気持ちに目を向けるのではなく、ほんの小さな事にも幸せを見つけられるような家族でいられるんじゃないかな、と思っています。
子育てを経験した一人として、皆さんが子育てでライフを楽しめますように、心から応援しています。

パパとママ、一緒に子育て

パパカードを配布しています



「パパカード」は、これからパパになる人とパパのために作られ、妊娠届け出の時に配布しています。パパになると、不安や心配なこともあるかもしれませんが、でも、大丈夫。このカードには、こどもの健やかな成長と、パパをはじめ、ご家族全体の心身の健康をサポートする内容が盛りだくさん。また、ママがパパを理解することにも役立つ内容になっています。妊娠がわかったら、パパもママも一緒にいろいろな準備をしていきましょう。

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

パパが産休 家族にサンキュー



さんきゅうパパプロジェクト

さんきゅうパパプロジェクト

「さんきゅうパパ」とは、産後に休みを取るパパのこと。「さんきゅう」は「産休」と「Thank you(ありがとう)」を示し、パパが休みを取ることで、出産後の妻と生まれてきた我が子に感謝しようという意味を込めています。
こども家庭庁では、配偶者の出産直後の男性に休暇取得を推進しています。
ママの出産後の大変な時、パパがそばにいて家族との時間を過ごし、育児や家事にかかわることで、家族の結びつきが深まります。

さんきゅうパパプロジェクト



妊娠中にできること

- ☒ かながわ版父子手帳 かながわパパ応援ウェブサイト「パパノミカタ」をチェックしよう
- ☒ おめでた家族教室(6ページ参照)に行ってみよう
- ☒ ママの心と身体の変化を理解しよう
- ☒ できる家事を少しずつ増やしていこう
- ☒ 産後の休暇取得について、職場に相談してみよう
- ☒ ママと一緒に「わが家の子育てプラン」を立ててみよう



パパノミカタ



わが家の子育てプラン

～お互いの気持ちを書き出し、話し合ってみよう～



資料提供
群馬大学大学院 新井陽子教授、改編 秦野市