

# 志摩市 子育て世代包括支援センター



妊娠期から子育て期までの総合窓口です

妊娠・出産・子育て中のみなさん、こんな悩みはありませんか？

初めての妊娠・・・  
どんなことに気を付けて、  
過ごしたらいいの？

イライラする。  
孤独を感じてしまう。

うちの子、こんな  
ところが心配・・・

出産に向けて、何を  
準備したらいい？

産後、支援してくれる人  
が身近にいない・・・

保健師・助産師・看護師が、妊娠・出産・育児のさまざまな疑問・悩みを聞いて、妊婦さんや子育て中のお母さん、お父さん、ご家族の人が安心して過ごせるようサポートします。お気軽にご相談ください。

**相談・問い合わせ窓口：〒517-0501**

**三重県志摩市阿児町鶴方 3098-1 サンライフあご3階  
志摩市役所 健康推進課(保健センター内)**

**電話番号： 0599-44-1100**

**受付時間： 9:00 ~ 17:00 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)**



# 志摩市

## 母子保健サービス



### 母子健康手帳交付

- 妊娠したら、病院で発行してもらった妊娠届出書・アンケートを出しましょう。母子健康手帳や妊婦健診受診券等を交付します。
- 妊娠届出書・アンケートの他に、マイナンバー通知カード、来所される方の身分証明書（運転免許証、健康保険証等）をお持ちください。

### 妊婦歯科健診



- 妊娠中に1回、志摩市受託歯科医院にて歯の健康診査を実施しています。
- 妊娠中の方に1回分の助成券を交付します。

### 産婦健診

- 令和2年4月1日以降に出産された方を対象に、産婦健康診査費用の全額または一部を助成します。
- 対象の方に受診票を交付しますので、健康推進課までご連絡ください。



### 赤ちゃん訪問

- 産後4か月までにお母さんとお子さんを対象に、保健師や看護師、赤ちゃん訪問員がご自宅に訪問します。
- お母さんの健康の確認やお子さんの発育の確認をします。

### 離乳食教室



- 3～5か月のお子さんのお母さん、お父さん、ご家族の方を対象に離乳食教室を行っています。
- 離乳食の進め方や作り方など、管理栄養士による講話や情報交換をしながら学びましょう。



### 幼児健診

- 1歳6か月児、3歳児（3歳6か月児）の健診を実施しています。
- 小児科医や歯科医等の診察があります。

### 随時相談（妊婦・乳幼児）

- 来所相談、電話相談、訪問による相談等を行っています。秘密は守ります。安心して相談してください。
- お子さんの健康や発達、栄養など何でも気軽に相談してくださいね。子育て世代はもちろん、おじいさんやおばあさん、ご家族からの相談もお受けします。



### 産前・産後サポート事業

- 妊娠・出産・育児に不安を抱える人や身近な相談者がいない人等に対して、母子保健推進員等が不安や悩みを傾聴することで、地域とのつながりを持ち、孤立感を軽減し、安心して妊娠・出産・育児ができるようサポートします。



### 産後ケア

- 出産後、家族などに支援してくれる人がいない方で、育児不安が強く、育児などの支援が必要なお母さんと赤ちゃんに、産科医療機関や助産所などで宿泊や通所、訪問などを通じてお母さんの心身のケアや育児指導を行います。
- 自己負担金があります（サービス内容や課税状況などにより異なる）。



### 乳幼児健康相談

- 就学前のお子さんの身体計測、育児・発達・栄養・離乳食・歯科等の相談を行っています。
- 日程の詳細は、別紙 乳幼児健康相談日程表をご覧ください。



### 7か月児健康相談

- 7か月のお子さんを対象に、身体計測、発育・発達の確認をします。歯に関する講話や育児・離乳食に関する相談も行っています。
- ブックスタートコーナーで絵本のプレゼントがあります。



### 歯科教室

- 2歳児を対象にむし歯予防教室、2歳6か月児を対象にお口の健康教室を行っています。
- 歯科検診、フッ素塗布（希望者）があります。