

鎌ヶ谷市母子保健サービスの流れ (妊娠期)

健康増進課 ☎ 445-1393



妊娠初期 (~15週) ▶



妊娠中期 (16~27週) ▶

妊娠後期 (28週~) ▶



出産

妊娠の診断を受けたら…

母子健康手帳の交付



妊婦一般健康診査は定期的に受けましょう

妊娠中は、身体の状態や赤ちゃんの成長を確認するため、定期的に健診を受けることが大切です。

妊娠初期～23週まで ……4週間に1回
妊娠24～35週まで ……2週間に1回
妊娠36週～出産まで ……1週間に1回

※妊婦一般健康診査は、母子健康手帳交付時にお渡しする**妊婦健康診査受診票 (別冊)**を利用して、妊娠期間中に14回まで公費負担で受けられます (自己負担あり)。

※**県外の医療機関を受診される場合は**、受診票をそのまま利用することはできませんので、**必ず健康増進課にお問い合わせください。**

プレママ教室A (妊娠5～6か月頃)

初めてのマタニティライフを健やかにすごしていただくために、妊娠中の過ごし方、食事、歯の健康などを学びます。

近くにお住まいの、同じ時期にママになる仲間とも出会えます。

※プレママ・パパママ教室は初めてお母さんになる方を対象にしています。2子以降の方はご相談ください。



パパママ教室 (妊娠6か月頃)

パパママのための教室を土曜日に開催しています。お風呂の入れ方講座や、妊婦疑似体験なども行います。

プレママ教室B (妊娠7～8か月頃)

お産の経過や4か月になる赤ちゃんとの触れ合いなど、お産に向けた心や身体の準備について学びます。

出産予定日

年

月 日

妊婦歯科健康診査

無料歯科健診を年6回実施しています。お子さん連れでもスタッフがお手伝いします。



妊婦訪問 電話・窓口相談

保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士などが、妊娠中の身体のことだけでなく、生活のことや出産に向けた準備、産前産後の食生活や歯科の相談など、心配なことがあれば窓口や電話での相談のほか、ご自宅にお伺いする訪問での相談ができます。

「安心」「おいしい」を便利にお届け!

pal*system

生協パルシステム千葉

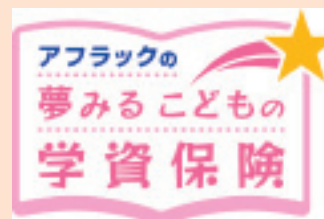


- ・パルシステムは、産直と環境にこだわり、安全で安心な食材をお届けする生協(コープ)の宅配サービスです。
- ・「キッズ特典」利用でお得! 母子手帳の取得からお子さまが小学校に入学するまで、手数料が無料になる制度があります!

■問い合わせ先
生活協同組合パルシステム千葉
TEL:0120-554-270
月～金 9:00～20:00 携帯電話からもOK!
インターネットから:
(<http://www.palsystem-chiba.coop/>) 広告番号515

あなたの街の代理店が、納得のいく保険選びをお手伝いします♪

生命保険に関する疑問やお悩みはありませんか? 新規のご契約のご相談はもちろん、加入中の生命保険の保障診断も承っております。



アフラック募集代理店 榎葉妙子

千葉県鎌ヶ谷市東鎌ヶ谷2-8-102
Mail: tae.naraha.5.31@docomo.ne.jp

お問い合わせはお電話でお気軽にどうぞ!

TEL 0120-143-557





問 健康増進課 ☎ 445-1393

鎌ヶ谷市母子保健サービスの流れ (生後～4か月頃まで)

生後0か月 ▶



1か月 ▶

2か月 ▶



4か月



市役所で
手続き・実施
するもの



出生届の提出

出生後 14 日以内に提出してください。

母子保健サービス登録票の提出

おおむね 14 日以内に健康増進課に提出してください。出生体重が 2,500g 未満のお子さんについては、「低体重児届出書」となります。

児童手当・子ども医療費
助成の手続き

こども支援課が窓口になります。

新生児訪問

「母子保健サービス登録票」をもとに生後 2 か月くらいまでの間に助産師が訪問します。あかちゃんの様子やお母さんの体調、母乳やミルクの相談などができます。

予防接種
関係書類の送付

生後 1 か月頃自宅に郵送します。2 か月を過ぎたら、計画表に基づき、体調が良いときに受けていきましょう。

保健推進員の訪問

出生届をもとに、生後 2～3 か月頃、ご自宅へお伺いし、子育てサービスの情報提供や、あかちゃんとお母さんの交流会のご紹介などをさせていただきます。



あかちゃんは泣くのが『仕事』

あかちゃんが泣く理由は、「お腹がすいた」「ねむい」「おしっこがしたい」「寒い・暑い」「さみしい」などさまざまです。でも、理由がなくてもあかちゃんは泣くものです。何をしても泣きやまないときは、早く泣きやませようとあわてなくても大丈夫。泣き声を出すことは、あかちゃんの成長にかかせない大切な仕事です。深い呼吸をすることになり、肺を強くします。まずは、お母さんがリラックスしましょう。

4か月児健康相談

ブックスタート事業
計測や発達相談、手遊びの紹介、絵本の読み聞かせと絵本のプレゼントがあります(個別通知します)。

4か月児健康相談②
(歯・離乳食の話)

第1子のお子さんを対象にした歯と離乳食の教室もあります。



病院で実施
するもの

先天性代謝
異常の検査
(入院中に実施)



1か月児
健康診査

乳児一般健康診査

千葉県内の医療機関でお受けください。
1 回目受診票…3～6 か月児
2 回目受診票…9～11 か月児

※県外の医療機関を受診される場合は、そのまま使用できません。健康増進課にお問い合わせください。



お子さまの発育と健康をサポート

お困りのことがございましたら
お気軽にご相談ください

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
診療 9:00～12:00	●	●	●	-	●	●	-
健診・予防接種 14:00～15:00	●	●	●	-	●	-	-
診療 15:30～18:30	●	▲	●	-	●	-	-

休診日：木曜・日曜・祝日
健診・予防接種は予約制(電話・受付窓口)
▲：アレルギー診療(予約制)ただし初診予約はできません
☎047-441-5457
千葉県鎌ヶ谷市南鎌ヶ谷1-5-24
駐車場(18台)あり

鎌ヶ谷初富
あいざわキッズクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	●	●	-	●	●	●	-
14:30～15:30	★	★	-	★	★	-	-
15:30～18:00	●	●	-	●	●	-	-

診療科目：小児科
★乳幼児健診・予防接種(予約制)
初診の方も予約診療ができます。
共用駐車場70台有り
TEL047-446-1170 鎌ヶ谷市初富本町1-1-24
http://aizawakids.com エリアマップ3図 B-3
休診日：水曜・土曜午後・日曜・祝日



鎌ヶ谷市母子保健サービスの流れ (0~3歳頃まで)

健康増進課 ☎ 445-1393



1歳 ▶



2歳 ▶

3歳 ▶

通年



□ 離乳食教室

7~8か月のお子さんがある方のための教室です。離乳食中期から後期にかけての食材の選び方や調理の工夫についての話、離乳食の試食があります (申し込みが必要です)。



□ 10か月児健康相談

計測・発達相談などを行います。お子さんの成長について一緒に確認しながら、育児の不安や疑問を解消できる場として、この健康相談を活用しましょう (個別通知します)。

□ 1歳6か月児健康診査

(対象：1歳8か月児)

計測・小児科医の診察・歯科健診・発達相談・フツ化物塗布 (希望者) などを行います (個別通知します)。



□ 3歳児健康診査

(対象：3歳5か月児)
計測・歯科健診・発達相談・小児科医の診察 (希望者) などを行います (個別通知します)。

□ 電話・窓口相談

お子さんの発育や病気のこと、育児のこと、歯や食事のことなど、ご家族も含めた健康に関する相談を、保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士が窓口や電話でお受けします。お気軽にご利用ください。



□ 地区健康相談

市内6か所で行っています。あかちゃんからお年寄りまで、どなたでもご利用いただけますので、お気軽にご利用ください。保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士などが相談をお受けします (申し込みはいりません)。
【内容】身体計測・健康相談
【持ちもの】母子健康手帳・タオル・歯ブラシ (歯科指導ご希望の方)
*会場や日程については、ホームページをご覧ください。

□ がん検診・歯周疾患検診 (保護者の健康管理)

市の指定医療機関などで、20歳から子宮がん検診・30歳から乳がん検診、40歳からは胃がん・肺がん・大腸がん・肝炎ウイルス検診を受けることができます (申し込みが必要です)。
また、節目年齢で歯周疾患検診を受けることができます (個別通知します)。



医療 エリアマップ5図 D-3

鎌ヶ谷大仏駅から近い産婦人科医院
本田産婦人科クリニック

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝	【診療科目】
9:00~11:30	●	●	●	●	●	●	●	●	産婦人科 産科 婦人科
14:00~17:30	●	●	●	●	●	●	●	●	

■鎌ヶ谷市鎌ヶ谷1-5-79
■TEL:047-446-0733
■URL:http://www.honda-clinic.jp/ 鎌ヶ谷大仏駅から徒歩1分 **P**あり

歯科 エリアマップ8図 C-3

託児室のある歯科です!
なかたに歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝	【診療科目】
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	●	●	歯科・小児歯科・歯科口腔外科
15:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●	●	託児室は生後1ヶ月からお預かりします。 診療時間内は無料でご利用いただけます。

■鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷1-11-20-101
■TEL:047-441-3322
■URL:http://メディモ.com/presses/69653/ **P**あり(3台)

歯科 エリアマップ5図 E-2

全室個室診療室・夜間診療対応しております
鎌ヶ谷ファミリー歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝	【診療科目】
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●	●	●	歯科 小児歯科 歯科口腔外科
14:30~21:00	●	●	●	●	●	●	●	●	

※▲水曜・土曜の午後は17:00まで

■鎌ヶ谷市東鎌ヶ谷2-1-45
■TEL:047-498-8884
■URL:http://www.kamagaya-family.com/ **P**あり(4台)

