

## 妊娠したら

### 母子健康手帳(親子健康手帳)の交付&妊婦面接(ゆいかご TAMA)

母子健康手帳(親子健康手帳)は健康センターで交付しています。妊婦面接も実施していますので、ぜひご利用ください。妊婦面接では、出産応援ギフト(5万円相当)と子育て応援グッズをお渡ししています。インターネットでご予約ください。



## 赤ちゃんが生まれたら

### こんにちは赤ちゃん訪問事業

赤ちゃんが生まれた全てのご家庭に、保健師・助産師が訪問します。子育て応援ギフトの申請手続きも行います。申請後1カ月程度でギフト(国・都合わせて10万円相当)をお送りします。

### 出生通知を出しましょう!

～ご出産後、すぐにインターネットで申請しましょう～



## お子さんの成長と子育てを応援します!

乳幼児健診では、お子さんの健やかな発育・発達を確認するとともに、子育てをしている親御さんの気持ちに寄り添い、共に考えていける場を目指しています。

## 2歳歯っぴー歯科相談

2歳から2歳6か月未満のお子さまを対象に健康センターで実施。



## 3~4か月児健診

生後4か月を迎える月に健康センターで実施

## 6~7か月児健診

医療機関で実施。

## 9~10か月児健診

医療機関で実施。

## 1歳6か月児健診

1歳7か月を迎える月に健康センターで実施。



妊娠

出産

生後1か月 ~ 2か月 ~ 3か月 ~ 4か月 ~ 5か月 ~ 6か月 ~ 9か月 ~ 1歳6か月 ~ 3歳 ~ 就学前

### パパママ学級(2コース・予約制)

お子さんを迎えるお父さんお母さんが対象です。

### 新生児聴覚検査 受診費用助成

生後間もない赤ちゃんの耳のきこえの検査費用を助成します。妊娠届出の際にお渡しした受診票を病院へお出しください。

### にゃんとも子育てLINE

妊娠期から3歳未満の子育て家庭に、時期に合わせたアドバイスや多摩市からの子育て情報が配信されます。ぜひご登録を。



### 離乳食講習会(予約制)

「初めてつくる離乳食コース」生後4~5か月児(第1子)対象のお話です。

「レポートリーを増やそう! ステップアップコース」生後7~10か月児対象の離乳食と乳歯のお話です。

### 多胎児家庭 移動支援事業

多胎児を養育する家庭に対し、移動費の助成をします。対象の方には保健師と面接のうえ、ギフトをお渡しします。

### はっぴーファーストバースデー事業

1歳のお子さまを育てているご家庭に、メッセージとはっぴーギフトを届けます。

### 3歳児健診

3歳1か月を迎える月に健康センターで実施。

### 妊婦歯科健診(予約制)

健康センターで実施。お母さんの歯の健康が、お子さんの虫歯予防にもつながります。

### 生後2か月~ 予防接種が始まります

生後1か月を迎える月の下旬に、個別通知が届きます。接種は医療機関で行います。

### 産後ケア事業

産後の不調または育児に不安があるお母さんが赤ちゃんと一緒に利用できます。医療機関等で休息、授乳・育児などの指導やケアを受けられる宿泊型と、ご自宅に助産師が伺い相談やアドバイスを行う訪問型があります。



### すくすく発達相談

児童館など身近な地域子育て支援拠点で、専門職によるこどもの発達についての講座・相談を行います。

### アドバイス☆DAY ~ラウンド保健師~

健康センターの保健師が、児童館などの地域子育て支援拠点に出張します!育児についての悩み事などお気軽にお聞きください。

### 育児相談(予約制)

月1回 健康センターにて実施。保健師・栄養士・歯科衛生士による個別相談を行っています。  
☆身体測定  
☆お子さんの成長について  
☆歯みがきについて、食事について  
など、一緒に考えていくことができます。



### 年に1度は、お母さんも健康診断を受けましょう!

30代健診(予約制) 対象:会社や健康保険組合で健診を受ける機会のない30~39歳の市民の方。場所:市内実施医療機関

お問い合わせ 多摩市立健康センター  
多摩市関戸4-19-5  
TEL376-9177 FAX371-1235

健康センターでは、お子さんに関する相談のほか、お父さんお母さん自身の健康についてもご相談にのっています。電話等でも相談が可能ですのでお気軽にどうぞ。