

赤ちゃんを授かった!

まずは、保健センターへ

母子健康手帳の交付

妊娠がわかっただけで、なるべく早めに保健センター・市役所市民課・市役所各連絡所のいずれかに妊娠届を出してください。母子健康手帳を渡します。この手帳は、妊娠の経過や出産の状況をはじめ、お子さんの成長、予防接種などを記録する大切なものです。

「平日は忙しい!」という方もご安心を。市役所市民課では、土・日曜日も受け付けています。

母子健康手帳と一緒に、妊婦健診受診票などが入った「母と子の保健バック」を渡します。さあ、マタニティライフのスタートです。

妊娠中の生活や育児のことで悩んだり、困ったりした時は、気軽に保健センターに電話してくださいね。
保健師や管理栄養士が相談に応じます!



保健師 木寺千浩

私がママ?楽しみだけど...

さあ、赤ちゃんを迎える準備です

ハロー赤ちゃんクラス (両親学級)

もうすぐ会える私たちの赤ちゃん。でも楽しみだけでなく、不安なところもありますよね。

そんな時は、保健センターで行っている「ハロー赤ちゃんクラス (両親学級)」に参加してください。ミルクのあげ方やお風呂の入れ方について、パパも一緒に実習形式で体験できますよ。赤ちゃんとの生活をイメージし、少しずつ自信をつけましょう。

このほかにも、助産師や産婦人科医師・歯科医師・管理栄養士の話を聞いたり、先輩ママと交流したりできる「プレママサロン (母親学級)」を行っています。参加し安心してマタニティライフを過ごしましょう。



武藤さん

実際体験してみても怖い気持ちもありますが、それと同時にすごく楽しみになりました。



中里さん

身近に小さい子どもがいないので、実感はなかったのですが、参加してイメージがわきました。

参加していかがでしたか?

生まれてきてくれてありがとう！

焦らず一緒に成長していきましょう

新生児訪問

いよいよ赤ちゃんとの生活がスタート。「元気がいいに育ってほしい」、でも「なかなか泣き止まない」「母乳を飲まない」など疑問や不安は尽きません。その解決のために行っているのが新生児訪問です。

個人差が多い生まれたばかりの赤ちゃん。一人ひとりの様子に合わせて助産師・保健師が具体的にアドバイスします。インターネットで検索して解決しなかつたことでも、助産師・保健師に「大丈夫」と言われて安心する方も多いようです。

このほかに、主に第2子以降のお子さんを対象とした「こんにちは赤ちゃん訪問」も行っています。

助産師の川杉久子さん



15年以上、羽村市で新生児訪問に行っています。本当に赤ちゃんはかわいいのよ。訪問する前はあんまり乗り気じゃなかったお母さんも、実際に行って話を聞いてあげると喜んでくれるんです。お母さん自身の元気のためにも新生児訪問は絶対受けてほしいですね。周りの人の笑顔が、子どもの幸せを作るのよ。私は、その手助けができればいいなあって思っています。

そろそろ始める時期かなあ？

一歩ずつ少しずつ始めましょう

ひよこサロン（離乳食はじめ）

赤ちゃんとの生活が始まって5か月。そろそろ離乳食を始める時期です。

ひよこサロンでは、みんなで一緒に調理をしながら、おかゆや離乳食を簡単に作る方法を学べます。同じくらいの月齢のお子さんを育てる保護者同士の交流の場でもあります。

もぐもぐ教室（生後7か月以降向け）

離乳食をゴックンと飲み込むことが上手になったら、「もぐもぐ」「かみかみ」に進みましょう。

赤ちゃんに合った食べ物の固さや大きさ、種類の増やし方など簡単なメニューについて楽しく学べます。



安心して子育てしたい！

いろいろな子育ての形を応援！

子育てひろば（地域子育て支援センター）

太陽の子保育園・羽村たつの子保育園には、平日の午前中、親子で遊べる交流スペースがあります。

ここでは幼稚園や保育園に通っていないなくても、専門スタッフに子育ての相談ができたり、子育て講座や保育園行事に参加したりすることができます。

待機児童解消に向けて

市内には保育園が12園あります。現在、0〜2歳の低年齢児で保育園入園待機児童が発生しています。が、私立保育園の園舎建替え支援による定員拡大を強化しながら、平成28年度には待機児童ゼロを目指します。

