

令和5年度 小美玉市 母子保健事業年間予定表

【窓口・問い合わせ先】 午前8時30分～午後5時15分 (土・日・祝日を除く)	美野里	四季健康館(健康増進課)	☎ 0299-48-0221
	小川	小川保健相談センター	☎ 0299-58-1411
	玉里	玉里保健福祉センター	☎ 0299-48-1111

玉里保健福祉センターは本庁経由(内線3310)

☆妊娠したら

☆母子健康手帳
医療機関を受診し出産予定日がわかりましたら、早めに妊娠届出をして、母子健康手帳をもらいましょう。
交付窓口：子育て世代包括支援センター(四季健康館内)
※交付時には、妊娠・出産をサポートするため、すべての妊婦さんを対象に**必ず専門職が面接を行います。(伴走型相談支援)**
持参物：出産予定日がわかるもの・マイナンバーカードまたは通知カード
申請者の身分証明書・印鑑・保険証・通帳
※代理の方が申請する場合は、事前に妊婦本人が記入した妊娠届出書をお持ちください。
届出様式は各保健センター窓口・市ホームページにあります。



☆子育て世代包括支援センター
妊娠から出産・子育てに関して保健師・助産師・社会福祉士がサポートします。
困っていること・心配なことなどお気軽にご相談ください。
場 所：四季健康館内 ☎専用電話：0299-48-2220
(相談時間：午前9時～午後5時)
※ママや赤ちゃんの体調等についてお伺いするため、ご連絡することがあります。



☆妊婦・産婦健康診査
母子健康手帳別冊(受診票綴り)をご利用ください。
妊娠中14回(多胎の方は16回)・産後2回、週数に応じた健診料の一部助成を受けることができます。
※市外へ転出した場合は、小美玉市の受診票は使用できません。
※県外で妊産婦健診を希望される方は、2週間前までに各保健センターにて手続きが必要です。

☆ハローベビー教室【要予約】 ※各会場にお申し込みください。
対象：妊婦及びご家族
時間：午前9:00～12:00
内容：妊娠・出産の経過のお話
妊婦体験・沐浴体験など
※妊婦編・育児編はセットで受講です。

妊婦編	育児編	妊婦編	育児編	妊婦編	育児編	妊婦編	育児編
5月18日	6月10日	9月22日	10月14日	11月20日	12月9日	2月8日	3月9日
木	土	金	土	月	土	木	土
玉里	美野里	玉里	美野里	小川	美野里	小川	美野里
<参加目安> R5.7～9月出産予定の方		<参加目安> R5.10～12月出産予定の方		<参加目安> R6.1～3月出産予定の方		<参加目安> R6.4～6月出産予定の方	

☆こどもが生まれたら

☆産後ケア事業 <産後>
お母さんの育児不安軽減のため、医療機関や助産師による心身のケアやサポートが受けられます。
<利用できる方> 産後のお母さんと赤ちゃん(利用可能時期は施設により異なる)
・ご自宅での回復に不安のある方 ・育児不安等のある方 ・母子ともに医療行為の必要がない方
<ケアの内容>
・お母さんのケア：健康状態の確認、乳房ケア、休養の確保、授乳・沐浴指導、育児相談など
・赤ちゃんのケア：健康状態の確認、発育や発達チェックなど

<利用の手続き>
事前に申請が必要になります。申請は出産後から可能です。市内の保健センターまでお越しください。
持参物：母子健康手帳・印鑑
※ご利用には自己負担が生じます。詳しい内容につきましては、子育て世代包括支援センターまでお問い合わせください。
☎専用電話：0299-48-2220

☆新生児聴覚検査 <生後～1か月未満>
母子健康手帳別冊(受診票綴り)内にある「新生児聴覚検査受診票」をご利用ください。検査は出産した医療機関等で概ね生後2日～退院までの間に実施します。検査前に受診票を医療機関に提出してください。 ※医療機関によっては実施していない場合があります。

☆コスモス教室【要予約】 <入園前>
対象：お友達とうまく遊べない・言葉が遅いなど発達面で心配のあるお子さん
時間：午前10:00～11:45
内容：月1回、親子遊び
場所：四季健康館・小川保健相談センター
※予約等は各会場へお問い合わせください。



☆こんにちは赤ちゃん訪問 <退院後～>
4か月までの赤ちゃんのいる全てのご家庭を訪問しています。出生届出時に「出生連絡票」を提出してください。市の保健師・助産師等がお伺いします。
<内容> 赤ちゃんの身体測定、予防接種・健診の受け方のお話など
※市外で出生届を出された方は各保健センターへ「出生連絡票」を提出してください。

☆かばちゃん教室【個人通知】 <4歳>
受付：午後1:00～1:20
内容：ブラッシング指導(フッ素塗布なし)

11月17日	12月5日	1月17日	2月6日	2月20日	3月4日
金	火	水	火	火	月
美野里	玉里	美野里	美野里	玉里	玉里

☆予防接種 <2か月～>
出生届出時に予防接種予診票綴りと説明書をお渡しします。よく読んで、計画的に受けましょう。
※市外で出生届を出された方や転入の方は各保健センターでお渡ししますので、母子健康手帳を持って窓口までお越しください。
※市外へ転出した場合は小美玉市の予診票は使用できません。

☀️ おみたま子育て OMITAMA PARENTING

- ※妊娠から出産・子育てまでをサポート
- ※忘れがちな予防接種の予定をサポート
- ※施設探しの地図機能も充実
- ※成長記録がつけれます

子育てに関する情報は子育てサイトから
<http://www.omitama-kosodate.jp/>

☆乳児一般健康診査(個別健診) <3か月～>
母子健康手帳別冊(受診票綴り)内にある青色の受診票を利用し、県内の医療機関(小児科)で無料で受けられます。
使用時期：第1回 生後3～6か月 ※市の集団健診とは間隔をあけて受診しましょう。
第2回 生後9～11か月

◆乳幼児健診(集団)受付時間：午後1:00～1:30

【個人通知】健診日に都合がつかないときには問い合わせ先までご連絡ください。
健診の対象者は目安であり、健診月が前後することがあります。

対象	4～5か月児健診 (4か月～6か月頃)	1歳6か月児健診 (1歳6か月～8か月頃)	2歳児歯科健診 (2歳5か月～6か月頃)	3歳児健診 (3歳5か月～6か月頃)	
美野里地区	健診日	4月6日(木)	4月14日(金)	5月10日(水)	5月12日(金)
	対象者	R4.10～11月生	R3.8～9月生	R2.11～12月生	R1.11～12.15生
	健診日	6月2日(金)	6月16日(金)	7月12日(水)	7月13日(木)
	対象者	R4.12～R5.1月生	R3.10～11月生	R3.1～2月生	R1.12.16～R2.2月生
	健診日	8月10日(木)	8月18日(金)	9月6日(水)	9月15日(金)
	対象者	R5.2～3月生	R3.12～R4.1月生	R3.3～5.15生	R2.3～4月生
	健診日	10月19日(木)	10月13日(金)	11月15日(水)	11月9日(木)
	対象者	R5.4～5月生	R4.2～3月生	R3.5.16～6月生	R2.5～6月生
	健診日	12月8日(金)	12月15日(金)	1月10日(水)	1月12日(金)
	対象者	R5.6～7月生	R4.4～5月生	R3.7～8月生	R2.7～8月生
健診日	2月1日(木)	2月9日(金)	3月6日(水)	3月1日(金)	
対象者	R5.8～9月生	R4.6～7月生	R3.9～10月生	R2.9～10月生	
会場	会場はすべて美野里(四季健康館)				

対象	4～5か月児健診 (4か月～6か月頃)	1歳6か月児健診 (1歳6か月～9か月頃)	2歳児歯科健診 (2歳5か月～7か月頃)	3歳児健診 (3歳5か月～6か月頃)	
小川・玉里地区	健診日	5月30日(火)	5月23日(火)	4月13日(木)	4月11日(火)
	対象者	R4.12～R5.1月生	R3.9～11.15生	R2.9～11.14生	R1.10～12.10生
	会場	小川	玉里	玉里	小川
	健診日	7月25日(火)		6月7日(水)	6月22日(木)
	対象者	R5.2～3月生		R2.11.15～R3.1月生	R1.12.11～R2.1月生
	会場	玉里		小川	玉里
	健診日	9月19日(火)	9月26日(火)		8月22日(火)
	対象者	R5.4～5月生	R3.11.16～R4.2月生		R2.2～3月生
	会場	小川	玉里		小川
	健診日	11月7日(火)	11月28日(火)	10月11日(水)	10月26日(木)
対象者	R5.6～7月生	R4.3～5.14生	R3.2～4月生	R2.4～5月生	
会場	玉里	小川	小川	玉里	
健診日	1月16日(火)		12月7日(木)	12月19日(火)	
対象者	R5.8～9月生		R3.5～6月生	R2.6～7月生	
会場	小川		玉里	小川	
健診日	3月5日(火)	3月12日(火)	2月7日(水)	2月15日(木)	
対象者	R5.10～11月生	R4.5.15～8月生	R3.7～8月生	R2.8～9月生	
会場	玉里	小川	小川	玉里	

◆子育て相談

事業名	内容等	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
10か月児相談 【個人通知】	対象：9～11か月児と保護者 受付：午前9:30～10:00 内容：身体計測・離乳食相談 育児相談・保育士の親子遊び 歯科衛生士による歯科相談	7 金		14 水	4 火	16 水	12 火	20 金	14 火	13 水	9 火	2 金	13 水
		R4.5～6月生 美野里		R4.7～8月生 美野里	R4.6～9月生 玉里	R4.9～10月生 美野里	R4.10～11月生 玉里	R4.11～12月生 美野里	R4.12～R5.1月生 玉里	R5.1～2月生 美野里	R5.2～3月生 玉里	R5.3～4月生 美野里	R5.4～5月生 玉里
育児相談 【予約不要】	対象：乳幼児と保護者・妊婦 受付：午前9:30～11:00 内容：身体計測・栄養・母乳相談 育児相談・妊娠中の相談	18 火	11 木	13 火	11 火	29 火	14 木	25 水	10 金	26 火	11 木	13 火	11 月
発達相談 【要予約】 各会場へご相談ください	対象：ことばや発達面で心配のある幼児 時間：午前9:00～12:00 内容：1人1時間程度の個別面談	26 水	19 金	16 金	6 木	18 金	7 木	13 金	16 木	15 金	18 木	9 金	8 金
		小川	美野里	美野里	小川	美野里	玉里	美野里	玉里	美野里	小川	美野里	美野里

年間予定表・子育てに関する情報は、小美玉市子育てサイト (<http://www.omitama-kosodate.jp/>) でも確認できますのでご利用ください。