

子育て世代包括支援センターの取り組み

ママサポ電話

健康管理をお手伝いします

妊娠中の健康管理を目的に、ママサポ保健師が妊婦の皆さんに電話をかけます。その際、「ママサポ119」への登録、赤ちゃん訪問などを紹介しています。小さな悩みや不安など気になることは何でもお話しください。

ママサポベビー電話

不安定な産後を支援します

産後2週間ごろは、赤ちゃんとお母さんの時間が増えたり体のホルモンバランスが大きく変化したりすることで心の状態が不安定になりやすいです。この時期に、保健師がお母さんの心と体の健康や育児について電話でアドバイスをを行います。

妊婦さんを支えたい



ママサポ保健師
梅津 京子 保健師

健康づくり課のママサポ保健師として、妊婦の皆さんに電話をかけてお話を伺っています。

妊娠中は情緒が不安定になりやすく、ささいなことでも不安な気



持ちになりやすいです。ママサポ電話・ママサポベビー電話では、妊婦さんが抱えている悩み事への相談に応じています。顔の見えない電話だからこそ相談できることがあると思います。私たちがから電話があったときは何でも話してください。

お母さんと赤ちゃんが笑顔で出会えるように、妊婦の皆さんを支えていきたいと思っています。

産婦健康診査

産後初期の産婦を支援します

おおむね産後2週間および産後1カ月の産婦を対象に、健康診査に係る費用を助成しています。産後の心と体の健康を確認しましょう。産婦健康診査の受診後、安心して育児に取り組めるようにサポートします。

助成対象となる産婦健康診査内容

問診(生活環境・授乳状況・育児不安・精神疾患の既往歴・服薬歴など)／診察(子宮復古状況・悪露・乳房の状態など)／体重・血圧測定／尿検査(蛋白・糖)／エジソンバラ産後うつ病質問票(EPDS)

対象となる回数

対象者1人につき2回以内(公費負担上限5000円。公費負担額を超えた残額は自己負担)

県内の医療機関を受診する場合

産婦健康診査依頼票に必要事項を記入し、医療機関へ提出してください。産婦健康診査依頼票の有効期限は出産後8週以内です。

医療機関(県外)または助産院を受診する場合

母子健康手帳交付時に発行した産婦健康診査依頼票が利用できないため、健康づくり課で新たに交付する産婦健康診査依頼票を利用してください。後日、償還払いにて費用をお支払いします。

償還払い申請時に必要なもの

- 助成対象となる健康診査料金(内訳)が確認できる領収書と明細書の写し
 - 母子健康手帳
 - 産婦健康診査結果が確認できる書類
 - 印鑑(朱肉が必要なもの)
 - 通帳の写し
 - 委任状(申請者名と振込指定金融機関が異なる場合)
- ※申請期限は出産日から1年以内



市ホームページ

赤ちゃん訪問

育児や産後の心身の健康を支援します

赤ちゃんが生まれてからしばらくの間は育児に慣れていない時期で、お母さんの心や体が不安定になりやすい状態です。出産から4カ月ごろまでに保健師が訪問し、赤ちゃんの発育発達・授乳・生活環境・健康診査・予防接種など育児に関わることやお母さんの健康相談に応じます。

保健師さんは心の支え

小島 亜伊里さん(川上町高山)
伊織ちゃん(8カ月)



赤ちゃん訪問のことはママサポ電話で知りました。私の場合は産後1カ月ごろに保健師の方に来ていただきました。自宅では難しい体重測定もこの

訪問時にしていただき、子どもの成長が確認できるのでとても助かっています。

初めての出産・子育てでどうしてもわからないから、子どもの体重や授乳などについて悩むこともありましたが、赤ちゃん訪問で保健師の方と顔を合わせて相談することができ、分かりやすくアドバイスもしていただけなので非常に心強く感じています。

私が住んでいる川上町でも子育てサロンがあり、同世代の子どもと一緒に遊ばせることができそうです。そのような施設を利用しながら、お母さん同士のつながりも広がっていききたいと思っています。

電子母子手帳アプリ

アプリで記録を管理できる

母子健康手帳と併用し、妊娠・出産・子育ての記録をスマートフォンなどで管理できる電子母子手帳アプリを導入しました。

機能について

胎児発育曲線で赤ちゃんの状態を把握することができ、妊娠時の体重グラフから推奨体重増加量を知ることができ、妊婦健康診査や歯科健診の結果を記録することができ、

予防接種管理

出産日と接種状況を基に最適な接種日が提案される／登録した接種日が近づくとプッシュ通知が届く／地域の医療機関ごとに接種で

きるワクチンの種類を検索したりかかりつけ医を登録したりすることができ、

子育て情報の入手

乳幼児健康診査などの情報、地域の子育て関連イベント行事に関する情報、子育て支援施設に関する情報を入手することができます。記録の自動バックアップ

アプリ上で登録した記録が自動でバックアップされるため、母子手帳を紛失した場合でも保存した記録を確認することができます。

※QRコードからダウンロードできます。



母子手帳アプリ「母子モ」



胎児バージョン



幼児バージョン