

平成31年度



にいみすくすくガイド



0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	2歳	3歳
保健師・栄養士の育児相談														
赤ちゃん訪問			3~4か月児健診			9~10か月児健診			1.6歳児健診			2.6歳児健診		3歳児健診 (3歳6か月頃)
BABYすくう〜る														
親子ふれあい教室														
母乳・育児相談、産後ヘルパー訪問														
産後ケア入院														

～保健師・栄養士の育児相談～ いつでも、気軽に相談してくださ〜い♪

★保健師、栄養士

赤ちゃんの成長や赤ちゃんとの生活・育児、離乳食・幼児食・お母さんの食事などの相談を個別にお受けします。

★母子保健コーディネーター

妊娠・出産・育児のワンストップ相談窓口です。妊娠期から子育て期まで切れ目のない支援を行います。



赤ちゃんが生まれたお家に訪問しま〜す♪

★こんにちは赤ちゃん訪問 (全てのご家庭が対象です)

対象：生後4か月頃までの赤ちゃんとお母さん、お父さん

体重測定をしたり、子育ての心配など保健師が相談にのります。



～親子ふれあい教室～

ふれあい体操を通して、成長に合わせた声かけや遊び方を運動指導士や臨床心理士などと一緒に伝えます。子どもの情緒の成長にもつながる教室です。対象者のご家庭には1か月前に保護者あてにご案内をします♪

対象：生後4～12か月の赤ちゃんとお母さん、お父さん

場所：新見市役所南庁舎1階

※日程は市報やHPにも掲載しています。



何度参加してもOKです♪



～BABYすくう〜る～

離乳食を栄養士と一緒に作ったり、小児科医から気を付けておきたい病気の話や保健師から生活リズムの話があります。この教室は、離乳食が安心して進められるよう相談できる場づくりとなっています。対象者のご家庭には1か月前に保護者あてにご案内をします♪

対象：生後5～11か月の赤ちゃんとお母さん、お父さん

場所：新見市役所南庁舎1階

※日程は市報やHPにも掲載しています。



～乳幼児健診について～

健診は子どもの成長の確認ができる大切なものです。健診時に必要なものなど、健診の詳細については健診日の概ね1か月前までに、保護者あてにご案内しますので必ず受けてくださいね♪

- ★3～4か月児健診
- ★1歳6か月児健診
- ★3歳児健診（3歳6か月頃）
- ★9～10か月児健診
- ★2歳6か月児健診

場所：新見市役所南庁舎1階

※日程は市報やHPにも掲載しています。

※3～4か月児健診と9～10か月児健診は同日開催となります。



～母乳・育児相談～

「母乳が出てないかも…」「お乳が痛いな～」などお乳のトラブルや、「赤ちゃんはちゃんとお乳が吸えているかな」「赤ちゃんの体重が増えているかな」など、助産師や看護師が母乳や育児の相談をお受けします。

利用を希望される場合は、健康づくり課又は、メディカルクリニックにご相談ください。

対象：生後1歳までの赤ちゃんとお母さん

場所：国際貢献大学校メディカルクリニック

日時：月～金曜日（9：00～17：00）

※要予約（☎96-9188）

～産後ヘルパー訪問～

「子育てに疲れて家事が出来ない」というお母さんが休めるように、ヘルパーが訪問して家事のお手伝いをします。

利用を希望される場合は、健康づくり課にご相談ください。

対象：生後1歳までの赤ちゃんのおられるお母さん



～産後ケア入院～

「出産後、このまま家に帰っても子育てが不安」「退院後、やっぱりまだ、子育てができる体調じゃない」というお母さんと赤ちゃんが休めるように、病院に短期間入院できます。

利用を希望される場合は、健康づくり課又は、メディカルクリニックにご相談ください。

対象：生後4か月までの赤ちゃんとお母さん

場所：国際貢献大学校メディカルクリニック



ひとりで悩まないで!!
保健師・栄養士はお母さんを応援します☆

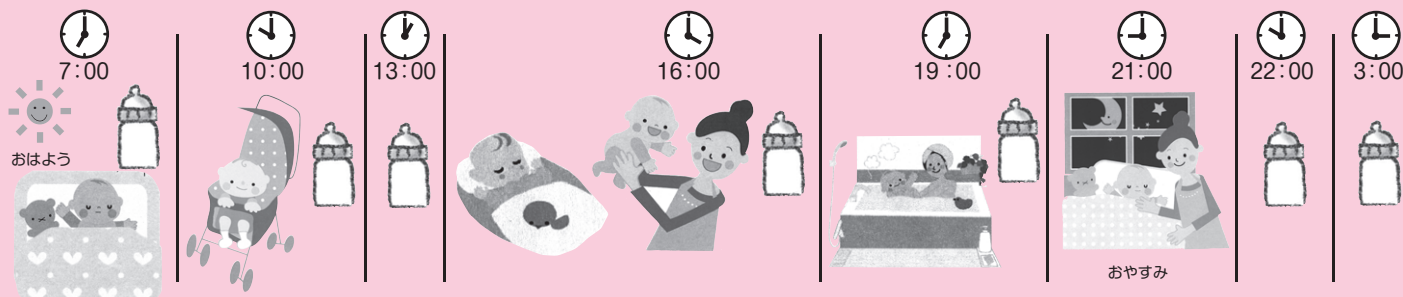


赤ちゃんの生活リズム

♡ 3～4か月頃の生活

徐々に昼夜の区別がつき、起きている時間も長くなります。夜の寝つきを良くするために、日中は、お散歩したり、体を動かす遊びを取り入れましょう。

※授乳の回数や睡眠の時間等はあくまで目安です。



♡ 5～6か月になると1日1回の離乳食がスタートします。（詳しくはBABYすくう～るでお話します）

問い合わせ先

- 新見市健康づくり課……TEL72-6129／FAX72-6613
（新見市役所南庁舎1階）
- 大佐支局地域振興課……TEL98-2111／FAX98-2000
- 神郷支局地域振興課……TEL92-6111／FAX92-6644
- 哲多支局地域振興課……TEL96-2111／FAX96-2777
- 哲西支局地域振興課……TEL94-2111／FAX94-2117