



母子保健事業

本市では、出産前後や子育て中のお母さん、お父さんたちをサポートする事業を行っています。

問合せ 八代市保健センター ☎ 32-7200
八代市鏡保健センター ☎ 52-5277

母子健康手帳と妊婦健康診査 受診券の交付

医療機関で妊娠と診断されたら、**妊届出**をする必要があります。届出の窓口は、市保健センターと市鏡保健センターです。手帳の交付時には、妊娠中の過ごし方や妊娠・出産・育児に関する制度などをお話します。医療機関から案内があったら早めに届出をしてください。

両親学級

第1子を妊娠中の夫婦を対象とした教室です。父親・母親の役割や赤ちゃんの特徴などをお話します。妊婦体験や赤ちゃんの抱っこ体験などもあります。(要予約)

家庭訪問

(乳児家庭全戸訪問・未熟児訪問)

生後4カ月までの乳児がいる全ての家庭を保健師や助産師が訪問し、子育てに関する不安や悩み、お母さんの心と体に関する不安などの相談に応じます。

乳幼児健康診査

子どもの健康状態や身長・体重などの発育状態を確認し、子育ての相談に応じます。4カ月児健診、7カ月児健診、1歳6カ月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診があります。

もぐもぐ教室

赤ちゃんの保護者や祖父母などを対象に離乳食教室を行います。離乳食前期・後期に分けて実施します。(要予約)

赤ちゃん広場

生後1カ月から3カ月までの赤ちゃん
と保護者を対象に実施します。内容は身体計測、ふれあい遊び、生活リズム、栄養、予防接種についてなど。保護者同士の交流の場にもなります。第1子が生まれた家庭を対象に、はがきで案内します。(要予約)

ことばや子育ての相談

「ことばが増えない」「落ち着きがない」などの相談や子育ての悩みについて専門スタッフが相談に応じます。(要予約)

個別相談・電話相談

子どもの発達や予防接種などの相談に応じます。



赤ちゃんが生まれたら

・母子手帳交付時に配布した「出生連絡票」を出生届と一緒に市民課に提出するか、保健センターに郵送してください。
・低体重児(2500g未満)の届出は、住所地の市町村に必ず届出をすることになっています。「出生連絡票」が低体重児届出書を兼ねています。必ず提出してください。

スマホに子守りをさせないで

この言葉は、日本小児科医会が作成したポスターの言葉です。子どもへのメディアの影響を考えてみましょう。



子ども期は心と身体の基礎作りの大切な時期です。子どもは、身近な人との関わり合いや遊びなどの実体験を重ねることで人間関係を築き、心と身体を成長させます。

最近ではスマートフォンやゲーム、ビデオなどいろいろなメディアがあふれています。親も子どももメディア漬けの状態は、子どもの育ちをゆがめたり、親子で会話や体験を共有する時間を奪ったりする恐れがあることなどが指摘されています。便利なメディアは子どもにも弊害を与えることも知り、使い方を家庭で話し合ってみましょう。

★メディア漬け予防5つの提言

参考 一般社団法人日本小児科医会

- ① 2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えましょう。
- ② 授乳中、食事時のテレビ・ビデオの視聴はやめましょう。
- ③ 全てのメディアに接触する総時間を制限することが重要です。1日2時間までを目安にしましょう。
- ④ 子ども部屋にテレビ、ビデオ、パソコンを置かないようにしましょう。
- ⑤ 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。