

# 安心がキーワード

シリーズ1 安心して出産  
 安心して育児

**一人ひとりと向き合ういなべ市の取り組み**  
 「安心して子どもを産み育てること…」それは、みなさん共通の願いではないでしょうか。それには、自分自身や周りの人たちが正しい知識とゆとりをもって生活することが大切だと私たちは考えます。

こんにちは赤ちゃん訪問  
 やさしいまなざしで赤ちゃん  
 に話しかける保健師

妊娠中は体調が不安定になりますし、出産後は赤ちゃんの発育や発達も気になります。でも、一人で悩まないでください。いなべ市にはさまざまな相談（電話・面接・訪問・教室など）できる場所があります。妊婦教室や離乳食教室に参加して同じ月齢の赤ちゃんとそのママやパパと、喜びを分かち合い交流することでお友達になれます。また、専門の知識をもった保健師・看護師・栄養士が助産師・歯科衛生士などと連携し、妊娠・出産・育児の情報をわかりやすくお伝えしています。私たちは「安心」をキーワードに、一人ひとりと向き合っています。

## 妊娠したら

### 母子健康手帳の交付

妊娠の届出をされると「母子健康手帳」をお渡しします。この手帳は、妊婦自身の記入欄、健診結果や予防接種歴などお母さんと赤ちゃんの健康記録として大切なものです。妊婦健診・乳幼児健診・予防接種など、診察や保健指導を受けるときは必ずご持参ください。

**交付場所：**各庁舎総合窓口課、健康推進課（大安庁舎）

**必要書類：**妊娠届



母子健康手帳

### 妊婦教室

**日程と実施内容：**母子健康手帳交付時にお渡しする「妊娠おめでとうございます」をご覧ください。

**実施場所：**大安老人福祉センター 2階保健室

**申込方法：**事前に電話予約が必要です

**持ち物：**母子健康手帳など

※詳しくはお問い合わせください。

**参加費：**無料

### ① 母と子のお口の健康について

**スタッフ：**歯科衛生士



歯科衛生士からブラッシングの方法を学びます

喫煙による害や歯の大切さなど学び、再確認の場となっています



### 妊婦一般健康診査

母子手帳交付時にお渡しする「母子保健のしおり」にある妊婦一般健康診査依頼票を使って、妊娠中に2回（前期・後期）無料（公費負担）で健康診査が受けられます。

**受診場所：**三重県内の産科等の医療機関

（県外の医療機関では使えません）