

# 青木村乳幼児健診・相談等事業のご案内



## 産後ケア事業

出産後、お母さんと赤ちゃんが自宅での生活をスムーズにスタートできるように、出産した施設を退院後、医療機関または助産所等へ通いまたは宿泊により、助産師のサポートを受けながら授乳や育児に慣れていくことができます。

利用には費用がかかり、村へ申請が必要です。詳細は母子手帳交付時にお渡ししているチラシまたは村のホームページを確認してください。

<対象者> 青木村に住民票がある赤ちゃんとお母さん

<利用できる施設>

あべ母乳・子育て相談室 助産所とうみ 助産所ひめぐり等  
県内の助産所

## 乳幼児健診

青木村では実施日の約1ヶ月前に対象のお子さん宛におたずね票(問診票)をお送りしています。この用紙の裏面に記載している対象年齢・日程は予定となります。日時を変更する可能性がありますのでおたずね票を確認してください。

健診日にお子さんや保護者の皆さんの体調がすぐれない場合には別の日程をご案内しますので、健診を欠席される場合は事前にご連絡ください。

<時間> 午後1時～4時頃  
(受付時間は午後1時～1時15分)

お誕生相談は午前9時30分～11時頃  
(受付時間は午前9時30分～9時45分)

<場所> 保健センター

## 母子相談・離乳食相談

お子さんの発育や発達のこと、授乳のことや離乳食の進め方、お母さんの身体のこと…いろいろな子育ての悩みを相談してみませんか?保健師、助産師、栄養士がみなさんのお話を伺います。

相談したいことがなくても、お子さんの身体計測だけでも構いません。お気軽におでかけください。

<時間>

母子相談 : 午前9時～11時45分  
離乳食相談 : 午前9時30分～11時45分  
授乳相談 : 午前9時30分～11時30分

<場所> 保健センター 集団検診室

<持ち物> 母子健康手帳

<予約> 予約不要



## ママパパ子育て講座(要予約)

子育て講座「ペアレント・プログラム」を開催します。お子さんの行動や関わり方、褒め方がわからない等と悩むことはありませんか。子どもの行動を理解し、楽しく子育てに望む自信を身につける講座です。全6回のプログラムとなります。

- 第1回 現状把握表を書いてみよう!
- 第2回 行動で書いてみよう!
- 第3回 同じカテゴリーを見つけよう!
- 第4回 ギリギリセーフを見つけよう!
- 第5回 ギリギリセーフをきわめよう!
- 第6回 ペアプロで見つけたことを確認しよう!

<時間> 午前10時～11時30分頃

<講師> たんとキッズあおき

<場所> 保健センター

<託児> 託児は予約制ですので申込時に伝えてください。

<持ち物> 筆記用具

<予約先> 青木村役場 住民福祉課 保健衛生係  
電話 0268-49-0111 またはあおき電話 8-5741

### 性と健康の助産師相談(長野県)

予期せぬ妊娠や避妊法等を含めた妊娠の種類、その他出産や育児の種類等  
長野県が長野県助産師会に委託して実施しています。

☎0263-31-0015

毎週木曜日 10時～14時、19時～21時(祝日・年末年始は除く)

### 長野県救急安心センター

急な病気やケガ等で病院に行くか救急車を呼ぶか迷ったときには

子ども(15歳未満の場合)は#8000へお電話で相談

(ダイヤル回線、IP電話の場合は☎026-231-3021へおかけください)

症状を伺った上で、看護師がアドバイスします。

平日 19時～翌8時 土・日・祝日・年末年始 20時～翌8時

### 上田市内科・小児科初期救急センター(旧上田市立産婦人科病院2階)

夜間に突然お子さんの具合が悪くなり、翌日まで待てないときご利用ください。

出かける前にお電話をしてから受診してください。

☎0268-21-2233(15歳以下)

☎受付時間: 午後7時～午後11時

☎診療時間: 午後8時～午後11時(最終受付は午後10時30分)

☎診療日: 毎日(8月14日～16日、12月30日～1月3日以外)

### ONLINE こどもの救急

夜間や休日などの診療時間外に病院を受診するかどうか迷ったときに、判断の目安をウェブで確認できます。右下QRコードからアクセスするか、「こどもの救急」で検索してください。

