



ご利用ください

保健センター (妊婦から乳幼児)

育児を応援する行政サービスガイド

ママ7レ

子育てに役立つ情報がいっぱいです。ぜひ一度アクセスしてください (市庁「所沢市子育て応援サイト」をクリック)。

お気軽にお電話ください!

日～金曜日午前8時30分～午後5時15分
相談電話 ☎2991-1813

「いつもと様子がちがう」「体重が増えないのが心配」「食事を食べないけど、どうしたらいいかしら?」「歯磨きを嫌がるけど、いい方法はないかな?」など『健康』に関する相談を行っていますので、ご利用ください。

地域に根ざした子育て支援を行う母子愛育会(280人)は、市内8地区にて離乳食教室・救急救命講習会・3世代交流まつりなど

『所沢市母子愛育会』

お子さんと健康をテーマとした活動を地区ごとに行っています。まちづくりセンターなど子育て教室を共催することもあります。また、保健センターの4か月児健康診査、乳幼児健康相談、子育てサロンに協力しています。

毎年11月に保健センターで開催している「健康まつり」では「親子で遊ぼうコーナー」を担当し、ビーズづくりや折り紙など昔遊びを子どもたちに伝えています。

「ママが大好き」地域のために何かできれば...と思っている方、一緒にボランティア活動をしてみませんか?

保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813

名称	対象者
ちゅーりっぷ(※)	ふたご・みつごとと保護者
ひまわり(※)	口蓋裂の子と保護者
たんぼぼ	体重2,000g未満で生まれた乳幼児と保護者
ところっこ	妊娠中の10代の方、10代で出産した方と乳幼児
ひばりっこ	妊娠中の40代の方、40代で出産した方と乳幼児
アップの会(※)	ダウン症児と保護者

※妊娠中の方も参加可能です。

『子育てサロン』

妊娠中の方や乳幼児と保護者を対象に交流会を行っています。参加希望の方は、ご相談ください。日程や内容をお伝えします。

◎詳細は、広報ところざわ15頁「けんこう」をご覧ください。



△母親学級と離乳食教室の参加者の交流
妊婦さんが赤ちゃんを抱っこさせてもらう様子

保健センターは、赤ちゃんからご年配の方までの健康に関する相談などを行っている所沢市の施設です。今回は、妊婦さんから乳幼児のお子さん向けに、保健センターが行っている教室・健康診査・予防接種・訪問などを紹介します。

保健センターでは安心して妊娠・出産・子育てができるよう、お手伝いします。

ママの体調のこと、赤ちゃんのこと、経済的なこと、パートナーのことなど、不安や気がかりなことがあるときには、一人で抱え込まずに相談ください。

〒359-0025 上安松1-224-1
保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813 関2995-1178

子育て情報カレンダー

3歳3か月	3歳	2歳6か月	2歳	1歳6か月	1歳	10か月	6か月	5か月	4か月	2か月	1か月	出産	後期	中期	前期	妊娠
<p>◆3歳児健康診査</p> <p>歯科健診・内科健診・発育測定・尿検査を行います。歯磨きや食育の楽しいエプロンシアターも行っています。</p>	<p>◆2歳児歯科健康診査</p> <p>2歳6か月～7か月児を対象に歯科診察、フッ化物塗布などを行います。歯磨き相談、栄養相談も行っています。</p>	<p>◆1歳6か月児健康診査</p> <p>歯科健診・内科健診・発育測定を行います。</p>	<p>◆10か月児健康診査(個別)</p> <p>市内協力医療機関で1歳になる前日までに受診してください。</p>	<p>◆4か月児健康診査</p> <p>首の座り、股関節の様子、発育状況などを確認しています。また、育児相談や離乳食の展示もあります。</p>	<p>◆BCG(集団接種)</p> <p>接種会場では、ボランティアによる「はじめてのおもちゃ・絵本コーナー」を行っています。</p>	<p>◆新生児・産婦訪問</p> <p>こんにちは赤ちゃん訪問</p>	<p>◆母親学級</p> <p>中期・栄養・歯科・後期</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳などを交付します。保健センター、市役所1階保健医療課、まちづくりセンター(並木は除く)に届け出てください。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>	<p>◆妊婦健康診査</p> <p>母子健康手帳と一緒に妊婦健康診査受診票・助成券を渡します。妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するための健診です。必ず受けましょう。</p>

乳幼児健康相談

お子さんの発育測定を行い、希望者には育児・栄養・歯科の相談を行っています。

保健センター

◆離乳食・食事・かみかみ期

◆出張乳幼児健康相談

まちづくりセンター、市庁舎など、詳細は、広報ところざわ15頁「けんこう」をご覧ください。

赤ちゃんの健診や予防接種は どうしたらいいの?

乳幼児健康診査や予防接種は、時期が近づいてきたら案内が郵送で届きます。引越してきたママ友は保健センターに連絡して、市で利用できる健康診査や予防接種の予診票を郵送してもらってまじら。

保健センターを上手に利用するにはどうしたらいいの?

まずは、教室などのイベントに参加してみるごママ友もできるし、意外と楽しいですよ。赤ちゃんだけでなく、自分の体のご相談できるからどんどん利用してみてください。

保健センターって どんどころ?

先輩ママ(Aさん)に聞いてみました!

◆母乳学級って何が学べるの?

母乳学級は、母乳の量を増やすことや、母乳の質を良くする方法を学ぶことができます。また、母乳のトラブルや、母乳不足の悩みを相談することもできます。

◆ママ友づくりにも参加していいの?

ママ友づくりは、ママ同士の交流や、子育ての悩みを相談できる場です。また、ママ友と一緒に出かけたり、遊ぶこともできます。

◆赤ちゃんの健康相談は、どうしたらいいの?

赤ちゃんの健康相談は、保健センターで行われています。また、出張相談も受け付けています。