

令和5年度

親子健康🍀すくすくカレンダー



妊娠中の方・お子様・保護者の方の健やかな生活と子育てを応援します。市役所『健康・子育て支援室』まで気軽にお電話下さい

●わくわく・すくすく交付金事業（出産・子育て応援交付金）

妊娠・出産・子育て期の様々な相談に応じ、必要な支援につなぐ、切れ目のない『伴走型相談支援』と、出生した子どもを養育する方に対し、妊娠届出後「わくわく交付金」（5万円相当）、こんにちは赤ちゃん訪問後「すくすく交付金」（5万円相当）の『経済的支援』を一体的に実施しています。
保健師・助産師から、妊娠中・産後にお電話や面談をさせていただきますので、お気軽にご相談ください。



●母子健康手帳発行教室

場所 名張市保健センター
内容 母子健康手帳の交付をします。妊娠経過と健康管理についての説明や子育て支援事業等の説明をします。

受付時間	9:50～10:00	13:20～13:30	受付時間	9:50～10:00	13:20～13:30
4月	7日	21日	10月	27日	13日
5月	12日	26日	11月	24日	10日
6月	9日	23日	12月	22日	8日
7月	7日	21日	※1月	19日	5日
8月	4日	18日	※2月	16日	2日
9月	1日・29日	15日	※3月	15日	1日・29日

祝日・年末年始を除く隔週金曜日に実施 ※令和6年1月～3月
母子健康手帳発行教室や、窓口で妊娠届出をされた方には、面談とアンケート後に、「わくわく交付金」の申請書類をお渡しします。

●低出生体重児の届出

出生体重が2500g未満の場合は、健康・子育て支援室に届け出てください。保健師が伺い、相談や訪問を実施します。

●助産師による母乳・育児相談

場所 名張市保健センター
内容 予約制の個別相談です。おむね生後6か月未満が対象です。

	10:00～	13:30～
4月	7日・21日	14日・28日
5月	12日・26日	19日
6月	9日・23日	2日・16日・30日
7月	7日・21日	14日・28日
8月	4日・25日	18日
9月	8日・22日	1日・15日・29日
10月	6日・20日	13日・27日
11月	10日・24日	17日
12月	8日・22日	1日・15日
※1月	5日・19日	12日・26日
※2月	2日・16日	9日
※3月	8日・22日	1日・15日・29日

祝日・年末年始を除く毎週金曜日に実施 ※令和6年1月～3月

●宿泊型産後ケア

※利用料金1日につき2500円
事前相談と申請手続きが必要です

場所 委託医療機関(産科)
内容 市が委託した産科医療機関への宿泊を通じて、産後のママの心身のケアや育児サポート等の支援を行います。

妊娠

出産

●妊婦一般健康診査・妊婦歯科健診

「母子保健のしおり」（妊婦一般健康診査票）を使用し、最大14回の妊婦健診で**一部助成**が受けられます。なお、多胎妊娠の場合には追加して妊婦健診の一部助成が受けられます。産科医師の指導のもと健診を受けましょう。健診の結果、必要に応じて助産師等から電話させていただくことがあります。「母子保健のしおり」内に妊婦歯科健診受診券がありますので、受診して下さい。



●妊娠8か月のアンケート【伴走型相談支援】

妊娠8か月時に、妊娠中の困りや心配事がないかアンケートを送付します。希望者には面談を行います。

●新生児聴覚検査（令和5年度開始）

新生児聴覚スクリーニング検査費用の一部助成が受けられます。

●生後2週間目全戸電話相談

出生届出後、すべてのご家庭に、助産師等が健康状態や困りごと等がないかお電話します。訪問や教室もご案内します。

●産婦健康診査

産後2週間・1か月の産婦健診の助成を受けられます。県外で受診された方は手続きが必要です。（申請期限は受診した日から90日以内）



●おっぱいケア事業

助産師による母乳育児相談と乳房ケアに対する助成が受けられます。出生届出後、ハガキで案内します。



●こんにちは赤ちゃん訪問

赤ちゃんを出生されたすべてのご家庭に主任児童委員等が訪問し、市や地域の子育て支援に関する情報提供とともに予防接種の予診票をお届けします。事前にハガキなどで日程をお知らせします。訪問時に、「すくすく交付金」の申請書類をお渡しします。



●産後ママ＊ゆったりスペース

場所 赤目保育所マイ保育ステーションのとなり
実施日 毎週月曜日（祝日除く）**実施時間** 10:00～15:00
内容 妊婦さんや赤ちゃん和妈妈が、少し休んだり、くつろげる場です。助産師が健康や育児の相談に応じます。



●安心育児・おっぱい教室

要予約
場所 こども支援センターかがやき ☎0595-67-0250
実施日 毎週木曜日（祝日除く）
内容 助産師による個別相談(母乳・育児相談&身体計測)
実施時間 ①10:00～(3組まで)
②13:00～(3組まで)
1組約30分の相談となります。



●4か月児健康診査・10か月児健康診査

三重県内の医療機関に予約し、母子手帳と「母子保健のしおり」を持って受診ください。
◆4か月児健康診査：生後4か月0日～4か月30日まで
◆10か月児健康診査：生後10か月0日～10か月30日まで



●1歳6か月児健康診査

会場 名張市保健センター
受付時間 13:00～14:00
※健診月の前月の中旬にお知らせを郵送します。



	健診実施日	健診対象児
4月	11日(火)・12日(水)	令和3年 9月生
5月	9日(火)・16日(火)	令和3年 10月生
6月	6日(火)・13日(火)	令和3年 11月生
7月	4日(火)・11日(火)	令和3年 12月生
8月	1日(火)・8日(火)	令和4年 1月生
9月	5日(火)・12日(火)	令和4年 2月生
10月	3日(火)・17日(火)	令和4年 3月生
11月	7日(火)・14日(火)	令和4年 4月生
12月	5日(火)・6日(水)	令和4年 5月生
※1月	10日(水)・16日(火)	令和4年 6月生
※2月	6日(火)・14日(水)	令和4年 7月生
※3月	5日(火)・6日(水)	令和4年 8月生

※令和6年1月～3月



健診日でご都合が悪い方はご連絡下さい。

●予防接種【令和5年4月1日現在】

生後2か月から予防接種を開始しましょう。ワクチンによって、接種年齢や回数などが違うため、かかりつけ医に相談しながらスケジュールをたてましょう。
*転入された方、予診票を紛失された方は、母子健康手帳を持って、健康・子育て支援室までお越しください。



4か月

10か月

1歳6か月

1歳7か月

2歳

3歳5か月

3歳6か月

4歳

5歳

入学

●乳幼児健康相談

受付時間 9:30～10:30
内容 身長・体重測定、保健師・助産師による健康相談
管理栄養士による栄養相談



●離乳食教室

受付時間 13:20～13:30（15:00終了予定）
内容 管理栄養士による離乳食の進め方についての話



どちらも下記の日程で保健センターで行っています。

4月26日(水)	8月 9日(水)	12月27日(水)
5月24日(水)	9月 6日(水)	※1月24日(水)
6月 7日(水)	10月 4日(水)	※2月 7日(水)
7月 5日(水)	11月22日(水)	※3月21日(木)

※令和6年1月～3月

●3歳6か月児健康診査

会場 名張市保健センター
受付時間 13:00～14:00
※健診月の上旬にお知らせを郵送します。



	健診実施日	健診対象児
4月	18日(火)・25日(火)	令和元年10月生
5月	23日(火)・30日(火)	令和元年11月生
6月	20日(火)・27日(火)	令和元年12月生
7月	25日(火)・26日(水)	令和 2年 1月生
8月	22日(火)・29日(火)	令和 2年 2月生
9月	26日(火)・27日(水)	令和 2年 3月生
10月	24日(火)・31日(火)	令和 2年 4月生
11月	21日(火)・28日(火)	令和 2年 5月生
12月	12日(火)・19日(火)	令和 2年 6月生
※1月	23日(火)・30日(火)	令和 2年 7月生
※2月	20日(火)・27日(火)	令和 2年 8月生
※3月	12日(火)・19日(火)	令和 2年 9月生

※令和6年1月～3月

●5歳児健康診査

会場 市内幼稚園・保育所(園)・認定子ども園で年中児を対象に実施します。
※通園されていない方、市外園に通園されている方には、子ども発達支援センターからお知らせします。



転入された方は健康・子育て支援室までご連絡ください。

名張市役所 健康・子育て支援室 1階 9番窓口 ☎0595-63-6970
(子育て世代包括支援センター) 〒518-0492 名張市鴻之台1番町1番地
health@city.nabari.lg.jp FAX:0595-63-4629
平日【月～金】午前8時30分～午後5時15分 ※土・日・祝日・年末年始を除く