妊娠から出産まで

産婦や新生児の訪問、学級

1 妊産婦・新生児（乳児）訪問

はじめての育児や赤ちゃんの発育の悩みなどの不安解消のため、助産師や保健師がご家庭にうかがって育児その他の相談に応じます。

対　象 **生後2か月までの赤ちゃんとお母さん**
※市内への訪問に限ります。
里帰り先での訪問を希望される方もご相談ください。

方　法 電話または右のホームページから▶

問い合せ 子育てサポート課 ☎095-829-1255

2 こんにちは赤ちゃん訪問

生後２か月ごろに、訪問担当者がお伺いし、子育ての情報をお届けしたり、お子さんの様子や育児のことをお尋ねします。育児に関する不安や悩みがありましたらお話しください。

対　象 **生後2か月ごろのお子さんとその保護者**
※個別通知でご案内いたします。※生後２か月を過ぎても訪問可。

問い合せ 子育てサポート課 ☎095-829-1255

3 育児学級

育児について詳しく学び、お友達づくりができる教室です。赤ちゃんの月齢で内容が異なります。

日時・場所 ホームページや広報紙でお知らせします。（育児学級を除く）　**問い合せ** 各総合事務所　地域福祉課、口腔保健支援センター ☎→P41

育児学級 要予約
- 対　象　2か月～12か月未満児と保護者（第1子）
- 費　用　無料
- 日時・場所　個別通知でお知らせします

ツインズ広場 要予約
- 対　象　4歳未満のふたご以上のお子さんと保護者やふたご以上を妊娠しておられる妊婦と家族
- 費　用　無料

離乳食教室 要予約
- 対　象　4か月～9か月未満の赤ちゃんの保護者
- 費　用　無料

むし歯予防教室 要予約
- 対　象　乳幼児とその保護者
  ※詳細は広報等でご確認ください。
- 費　用　無料

幼児食教室 要予約
- 対　象　9か月～2歳未満の赤ちゃんの保護者
- 費　用　無料

4 育児に関する相談

育児に関すること、子どもの食事（離乳食・幼児食）に関すること、むし歯予防に関する悩みに保健師・栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。

日　時 平日（祝祭日除く）
午前8時45分～午後5時30分随時受付

問い合せ 各総合事務所　地域福祉課、口腔保健支援センター ☎→P41

子どもの発達相談

就学前のお子さんで、言葉が増えない、落ち着きがないなど、お子さんの発達や発育の悩みについて、保健師等が個別で相談に応じます。お電話でお問い合わせください。

問い合せ 各総合事務所　地域福祉課 ☎→P41

産後ケア

長崎市民の方で、産後の体調不良や育児に不安がある方を対象に、産科医療機関及び助産院または訪問において「産後ケア」を提供します。（医療行為が必要な方は、対象になりません。）

種　類
- ●ショートステイ（宿泊）型
- ●デイケア（日帰り）型
- ●アウトリーチ（訪問）型

実施内容
- ●産婦の母体管理や生活面の相談　●乳房管理　●沐浴、授乳等の育児指導や相談
- ●乳児の世話、発育、発達等のチェック　●その他の必要な保健指導や情報提供

費用 所得に応じた利用者負担があります。（負担額の一部を免除します。）
※里帰り先でも利用できますので、事前にお問い合わせください。
※生活保護、市町村民税非課税世帯は無料です。

問い合せ 子育てサポート課 ☎095-829-1255　詳しくはコチラ▶

妊産婦の駐車場優先利用

1 おもいやり駐車場制度（旧パーキング・パーミット制度）

障害者等用駐車場のうち、管理者の協力を得た駐車場を、県内共通のおもいやり駐車場利用証を掲示することで利用できる制度です。この制度は、身体に障害のある方、高齢者などで歩行困難な方のほか、妊産婦の方（母子健康手帳取得時から産後１年）も利用できます。

申請に必要なもの 母子健康手帳（妊産婦の方）

手続き 各地域センター

問い合せ 長崎県福祉保健部　福祉保健課 ☎095-895-2410
長崎市福祉部　障害福祉課 ☎095-829-1141

コラム Column　乳幼児突然死症候群って何？

SIDS（Sudden Infant Death Syndrome）＝乳幼児突然死症候群
それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく睡眠中に突然死亡する病気です。日本では、およそ6,000人～7,000人に1人の赤ちゃんがこの病気で亡くなっていると推定されています。生後2カ月～6カ月に多く、まれに1歳以上でも発症することがあります。

SIDS から赤ちゃんを守るためのポイント
SIDS の原因はまだわかっていませんが、「うつぶせ寝は避ける」「両親が煙草をやめる」「できるだけ母乳で育てる」といったことで発症リスクの低減が期待されています。