



母子健康手帳を受け取ったら 確認しておきましょう



- 母子健康手帳に名前を書きましたか。
1～3ページも記入しましょう。
- 妊婦健康診査の受診券（別冊）の使い方はわかりましたか。あらかじめ 受診券に氏名・住所・
出産予定日などの記入をしておきましょう。
- 子育て世代包括支援センターと健康推進課の
電話番号を登録しましたか。
- 里帰り出産をする場合は、妊娠初期のうちに、
里帰り先の医療機関に分娩予約をしましょう。
- 県外受診をする方は、事前申請をしましたか。
受診する医療機関が決まりましたら、申請に
お越してください。
- 彦根市から他市町に引っ越された場合は、現在
お持ちの受診券は使えません。転入先で、別冊
を交換してください。

～出産予定日が近づいたら～

- 出産・育児物品の準備はできましたか。
- 入院時の車や、上のお子さんの対応などの
手配は済んでいますか。

問い合わせ先

<彦根市子育て世代包括支援センター>

☎ 0749-26-0192

Fax 0749-24-5870

E-mail : kenko@ma.city.hikone.shiga.jp

お問い合わせや、相談にはこちらの電話を
ご利用ください。

<彦根市健康推進課>

☎ 0749-24-0816

子育て世代包括支援センターからお電話を
するときは、こちらの電話を使用すること
が多いです。お問い合わせにもご利用いた
だけます。

<相談受付時間>

午前8時30分～午後5時15分
(土曜・日曜・祝日・年末年始は除く)

妊娠中から育児のことまで

彦根市子育て世代 包括支援センター

彦根市八坂町 1900 番地4
くすのきセンター2階
彦根市健康推進課内

「彦根市 子育て世代包括支援センター」とは、妊娠期、出産後、子育て期の親子の健康づくりや育児に関する相談窓口です

妊娠 出産について こんな不安はありませんか？



- ・初めての妊娠で心配。
- ・妊娠出産のことを知りたい。
- ・身近に協力者がいなくて不安。
- ・この機会にタバコをやめたい。(妊婦・ご家族)
- ・思いがけない妊娠。
- ・からだのこと。 ころのこと。

こんな相談などが利用できます。

- | | |
|------|---------|
| 電話相談 | 個別の母親教室 |
| 家庭訪問 | 面接での相談 |
| 禁煙相談 | |

出産後 こんな悩みごとはありませんか？



- ・体調がすぐれない。 気分がすぐれない。
- ・子育てをされていて孤独を感じる。
- ・地元のことをわからない。
- ・産後から眠れない。涙が出る。
- ・子育てが楽しく思えない。
- ・上の子もいるので大変。

こんな相談などが利用できます。

- | | |
|---------|-------------|
| 新生児訪問 | こんにちは赤ちゃん訪問 |
| 乳幼児個別相談 | 電話相談 |
| 産後ケア | 他機関の紹介 |

子育て中 ちょっと相談したいことありませんか？



- ・赤ちゃんの体重は増えているのかな。
- ・子どもの成長、発達は順調かな。
- ・ごはんを食べない、偏食。
- ・予防接種の受け方について知りたい。
- ・両親や友達に聞いても言うことが違う。
- ・イライラして子どもにあたってしまう。

こんな相談などが利用できます。

- | | |
|---------|--------|
| 乳幼児健康診査 | 電話相談 |
| 乳幼児個別相談 | 栄養相談 |
| 発達相談 | 他機関の紹介 |

◆電話相談

妊娠、出産、育児について、わからないことや心配なことなど、どんなことでもお電話ください。保健師や助産師がご相談に応じます。

◆個別の母親教室（両親教室）

妊婦さんやご家族の方に、妊娠から育児のことなど、ご希望の項目についてのお話や、人形を使って着替えや沐浴などの疑似体験をすることができます。また、お父さんの妊婦体験もできます。

◆新生児訪問

助産師または保健師が訪問し、赤ちゃんの体重測定や育児相談に応じます。

◆こんにちは赤ちゃん訪問

民生委員、主任児童委員の方が、地域の子育て情報を持って訪問します。子育ての相談もできます。

◆ぴよぴよサロン

2～4か月頃の赤ちゃんとお母さんが対象です。助産師を囲んで、みんなで気軽に話ができる集いです。

◆乳幼児個別相談

子どもの成長、育児や食事について保健師や栄養士が相談に応じます。

◆産後ケア事業

医療施設においてショートステイ（宿泊）やデイケア（日帰り）で授乳指導や育児相談等が受けられます。（利用条件に該当する方のみが対象になります。）

◆その他の機関の紹介

- ・ホームスタート
- ・子育て支援センター
- ・ファミリーサポートセンター



お気軽に、彦根市子育て世代包括支援センターにご相談・お問い合わせください。