

妊娠期から子育て期までサポートします！

母子健康包括支援センター

母子健康包括支援センターでは、安心して妊娠・出産・子育てができるよう、妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援を行っています。保健師または助産師の専門の資格を持つ相談員が相談に応じます。

お気軽にご利用ください。

☎健康支援課 ☎238-9925 FAX 238-9946



母子健康包括支援センターって、どんなところ？

はじめての妊娠。喜びも大きいけど、分からないことや不安なこともたくさん…



保健福祉センター健康課内にあるのでお気軽にお立ち寄りください

美浜区相談員 羽生さん

母子健康手帳の交付や応援プランの作成をしています

妊娠届を受け付け、母子健康手帳を交付しています。その際、面接・相談を行い、応援プランを作成します。

応援プランとは、妊娠届出時に妊婦さんの状況を確認し、妊娠中の生活面の目標を決めるものです。

作成した応援プランをもとに、安心して妊娠・出産・子育てができるように、今後必要になるサービスや地区担当保健師の紹介を行っています。

妊娠中はどんな風に過ごしたらいいのかな

安心して出産できるよう、全ての妊婦さんに応援プランを作成しています



妊娠後期面接を行っています

妊娠後期の方を対象に面接や相談などを行っています。

妊婦さんの体調や生活状況、手伝ってくれる人がいるかどうかの確認、陣痛がきた時の対応、産後の過ごし方などを一緒に考えます。妊娠中から産後の生活をイメージすることで、より安心して赤ちゃんとの生活を迎えることができます。

出産や退院後の準備をしっかりしておきたいけど、なにをしたらいいのかな

妊娠後期面接で産後の生活をイメージしておきましょう



退院後の生活が不安です。どんな準備をしたらいいですか？

退院の日の昼食や赤ちゃんの寝る場所などを具体的にイメージしましょう。パートナーやサポートしてくれる人と役割分担を決めておくのも大切です。

産後の生活をイメージしておきましょう

赤ちゃんのはじめての生活では、想像していなかったことが突然起こり、慌ててしまうこともあります。落ち着いて子育てができるよう、サポートしてくれる方と一緒に、産後の育児や家事をイメージしておきましょう。

