



### さらに充実！産後のサポート

①産後の健康診査が始まります  
産婦健康診査 10月スタート!!

指定の項目は無料  
ですので、ぜひ受  
診してください。



母子保健課  
仮屋崎 主査

### 産後に受けましょう 産婦健康診査

- 内容** ①問診(生活環境・授乳状況・育児不安など)、②診察(子宮復古状況・乳房の状態など)、③体重・血圧測定、④尿検査(蛋白・糖)、⑤心の健康状況
  - 対象** 今年10月1日以降に出産した人
  - 受診時期** 産後2週間・1カ月(計2回)
  - 料金** 無料(上記の項目以外は有料)
- ※県外の里帰り先で受診する人は、別途手続きが必要です。お問い合わせください

出産という大仕事を成し遂げたお母さん。特に、産後間もない時期は、慣れない育児や夜中の授乳もあり、身体的にも精神的にも大変です。不思議なくらい涙もろくなったり、不安になったりすることもあります。「産婦健康診査」は、お母さんの体と心の健康をサポートします。

## かごしま市は、 新しい命の誕生を 一緒に支えます

本市は、「子育てをするなら鹿児島市」を掲げ、子育てをしやすい環境づくりに取り組んでいます。今月は、産後の健康支援や相談先、地域での仲間づくりなどを特集しました。

【母子保健課 ☎216・1485】

②赤ちゃんのいる家庭を訪問します  
新生児訪問・こんにちは赤ちゃん事業

助産師や保健師などが、赤ちゃんの生まれた家庭を訪問し、無料で赤ちゃんの体重測定(新生児訪問のみ)や育児などのアドバイスを行います。授乳(母乳・ミルク)、夜泣き、皮膚のトラブル、上の子どもへの接し方、お母さんの体調のことなど、何でも相談してください。

「お母さんセット」  
の中にあるはがき  
を出してくださいね。



母子保健課  
松崎 保健師

③産後に助産院を利用できます  
産後ケア

助産院に宿泊してゆっくり過ごしながら、授乳やもく浴の仕方などを教えてもらえます。日帰りでの利用もできます。

- 対象** 出産後3カ月までの人と乳児
- 期間** 7日以内
- 料金** 宿泊型1日9258円、  
日帰り型1日4629円

※市民税非課税世帯や生活保護世帯は減免があります

- 申し込み** 直接利用を希望する助産院へ
- 鹿児島中央助産院 ☎210・7560  
(伊敷六丁目17-18)
- マミー助産院 ☎263・5503  
(中山町2598)
- ふるた助産院 産前・産後ケアハウス  
サクララン ☎230・7882  
(宇宿九丁目6-5-4階)

新生児訪問を受けたいけれど、子育ての不安や困り事があって、また来てほしい…

そんなときは

### 育児支援家庭訪問

- 申請のあった家庭を助産師が訪問し、育児相談・援助などを行います。
- 対象** 出産後おおむね1年未満の家庭
- 料金** 無料
- 回数** 1家庭4回まで
- 問い合わせ** こども福祉課  
☎216-1260 FAX216-1284



初めての出産・育児は不安なもの。  
みんなで学びませんか？

母親・父親になるための準備教室  
(ママ・パパ学級)

初めての出産を迎える人と家族を対象に、妊娠中の過ごし方や出産の準備、育児の基本を学ぶ教室を開催しています。

- 日時** 11月5日～19日の毎週月曜日(全3回)
- 場所** 東部保健センター
- 定員** 20組(先着順)
- 料金** 無料
- 申し込み** 電話で10月15日から東部保健センター ☎216・1310へ

### 育児教室

初めての子育てをするお母さんお父さんなどを対象に、育児教室を開催しています。同じくらしい年齢の赤ちゃんを持つ親同士の交流の場にもなっています。

- 対象** 今年4月～7月に生まれた初めての子どもを持つ親と家族
- 日時** 11月6日～20日の毎週火曜日(全3回)
- 場所** 中央保健センター
- 定員** 30組(先着順)
- 料金** 無料
- 申し込み** 電話で10月15日から中央保健センター ☎258・2364へ



▶西部保健センター

教室は各保健センターで行っています。日時は事前に市民のひろばなどでご案内します。通常は21面～23面に掲載しますので、ご覧ください。