

## ◎産婦健康診査（母子健康手帳持参）

産後間もない時期のお母さんのからだところの健康状態を確認するため、問診、診察、体重・血圧測定、尿検査、ところの健康チェックなどの産婦健診を行っています。

●対象 山陽小野田市に住民登録がある人で、①②の期間にあてはまる人

①産後 7～21日までの産婦およびその子（産後2週間健康診査）

②産後25～45日までの産婦およびその子（産後1か月健康診査）

●費用 無料（上記以外の検査等については実費）

●受診方法 実施医療機関に電話にて申込み

●問い合わせ先 健康増進課（☎71-1815）

※実施医療機関は市ホームページをご覧ください。



## ◎産後ケア事業

退院後の母子に対して、心身のケアや育児サポート等を実施することで、産後も安心して子育てができることを支援します。まずはココシエにご相談ください。

●対象 家族等から十分な家事、育児等の援助が受けられない産婦（おおむね産後4か月未満）およびその子で、産後に心身の不調または育児不安等がある人（入院加療の必要がない人）

●内容 ・ショートステイ 日額1,500円（1泊2日の場合3,000円）

・デイサービス 日額1,000円

※食事代等の実費負担があります。 ※非課税世帯、生活保護世帯は利用料が無料です。

●問い合わせ先 子育て世代包括支援センター・ココシエ（☎82-2526）

### 【すくすく相談】（母子健康手帳持参）

●対象 乳幼児とその保護者

●内容 乳幼児の身体計測、育児相談、栄養相談

#### ■保健センター

○とき 5月10日(木)、6月7日(木)  
9:30～11:15

#### ■スマイルキッズ

○とき 5月24日(木) 9:30～11:15

### 【すくすくベビーサークル】

●対象 0歳～1歳3か月児とその保護者

#### ■保健センター

○とき 5月10日(木) 10:00～11:30

○内容 折り紙で作る「こいのぼり」

#### ■スマイルキッズ

○とき 5月24日(木) 10:00～11:30

○内容

厚紙で作る「びっくりねずみとびっくりむし」

### 【幼児食に向けてのステップアップ教室】

（母子健康手帳・筆記用具持参）

離乳の完了まであと少し。「食」と子どもの成長を楽しむ気持ちで参加してみませんか。

### ■スマイルキッズ

●対象 1歳前後の幼児とその保護者

●とき 5月17日(木) 10:00～11:30

●内容 幼児食のポイント、虫歯予防、生活リズムについて

### 【健康相談】（健康手帳持参）

#### ■厚狭地区複合施設

●とき 5月8日(火) 9:30～11:30

●内容 血圧・体重・体脂肪率測定など

※健康手帳をお持ちでない人は、無料で交付します。

### 【小野田医師会 健康ミニ講座】

●とき 5月24日(木) 14:00～15:00

●ところ 中央図書館

●演題

「転ばぬ先の杖～寝たきりを予防する～」

●講師 瀬戸 信夫（瀬戸病院院長）

●聴講料 無料

●定員 80人（先着順）

●問い合わせ先 健康増進課

※講座修了後、希望者には保健師による健康相談を行います。