

筑後市

こども家庭サポートセンター

妊娠・出産・子育てについての相談窓口です

産前・産後のからだのこと、こころのこと、育児のこと、気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

妊 娠

初めての妊娠、出産で不安。
なんとなく気分が落ち込む……



産 後

赤ちゃんが泣いてばかり。
心も体もへとへと……
ミルクや母乳、足りてるのかな……



子 育 て

体重が増えているのかな……
離乳食ってどうしたらいい？
こどもの発達が気になる……



こども家庭サポートセンターは、
妊娠期から子育て期にわたり支援を行います

子育て支援機関や医療機関等と連携し、みなさんの子育てを応援します

お問い合わせ先 | 筑後市こども家庭サポートセンター

場所 〒833-8601 筑後市大字山ノ井898番地
筑後市役所 本庁舎1階

TEL 0942-48-1968

OPEN 月～金曜日(祝日、年末年始除く) 8:30～17:15

★一人で悩まず相談を★
保健師・助産師がお待ちしています



妊娠・出産・子育て期の基本スケジュール

妊娠期

出産期

子育て期

3か月(8~11週)

母子健康手帳交付

心拍が確認できるようになったら母子健康手帳の交付を受けましょう。母子健康手帳交付には妊娠届出書が必要です。

★妊婦健診

「妊婦健康診査補助券」を使い、妊娠週数に合わせて妊婦健診を受けましょう。

里帰り出産する場合は・・・

母子健康手帳をもらったら、里帰り先の医療機関に分娩予約をしましょう。里帰り先(福岡県内、佐賀県・大分県・熊本県・長崎県を除く)では「妊婦健康診査補助券」が使用できません。里帰りされる1か月前までにこども家庭サポートセンターにご相談ください。

4か月(12~15週)

働いている場合は・・・

出産を機に退職するのか、育児休業をとって復帰するのかなど、今後の予定も含めて職場に報告をしましょう。

歯科健診

安定期に入ったら、「妊婦歯科健診補助券」を使い、歯科健診を受け、必要であればむし歯の治療を済ませましょう。

きょうだい児の預け先

第2子以降の場合は、ご家族の協力や一時保育の利用など、きょうだい児の預け先を考えておきましょう。

6か月(20~23週)

マタニティクラス

体調がよければ、マタニティクラスに参加し、育児、出産の知識を得ましょう。

もうすぐパパママ教室

市で実施の夫婦で参加できる教室です。出産、育児について、市で実施しているサービス等についても情報提供します。

8か月(28~31週)

お産に向けての準備

陣痛が起きたときの家族への連絡や、入院先への交通手段を考えておきましょう。



妊娠中~1歳6か月位

おっぱい教室

妊娠中の乳房ケアと、授乳の仕方や乳房トラブルの対処法、卒乳など育児全般について助産師がアドバイスします。

10か月(36~39週)

出産育児一時金

加入されている健康保険組合に確認し、手続きをします。

出生後 0歳~1か月

出生届

出生から14日以内に出生届を提出してください。

健康保険証の手続き

国民健康保険の場合は市役所で、社会保険の場合は勤務先で健康保険の加入手続きをしてください。

子ども医療

お子さんが入院や通院をされた時の医療費を助成する制度です。

児童手当

これからの社会を担うお子さんの健やかな成長を支援する制度です。

産後1か月児健診(自費)

産後の体調やお子さんの成長の確認のため出産した医療機関にて、受診しましょう。



2か月

新生児訪問、乳児家庭全戸訪問

ご自宅で、赤ちゃんの体重測定や健康状態の確認を行い、育児や、お母さんの体調の相談をお受けします。訪問日は担当者より電話連絡いたします。

予防接種

順調に成長してきているようであれば、2か月を過ぎたら定期予防接種をかかりつけ医に予約して接種しましょう。

職場復帰に向けて情報収集を

職場復帰の際の、子どもの預け先を検討しましょう。まずは情報収集から始めて、ウェブサイトや保育所担当窓口等から情報を集め、保育施設を見学するなど、実際に確認することが大切です。職場復帰後の残業時や病気の時の対処についても早めに調べておきましょう。

~4か月

4か月児健診

集団健診で、小児科と整形外科の診察と離乳食の相談やブックスタート事業なども行います。

4か月~

乳幼児教室

赤ちゃん体操や離乳食の進め方などについて教えます。

~10か月

10か月児健診

集団健診で、小児科の診察と歯科指導、育児に関する相談なども行います。

1歳

1歳6か月児健診

集団健診で、歯科と小児科の診察、育児に関する相談なども行います。

2歳前後~

こころほっと相談(予約制)

ことばや行動面が気になるお子さんの相談を臨床心理士や言語聴覚士が受けています。

3歳

3歳児健診

集団健診で、歯科と小児科の診察、育児に関する相談や、心理相談なども行います。

5~6歳(年長児)

就学前健診

集団健診で、各小学校で実施します。



★一人で悩まず相談を★

筑後市こども家庭サポートセンター
電話番号:0942-48-1968