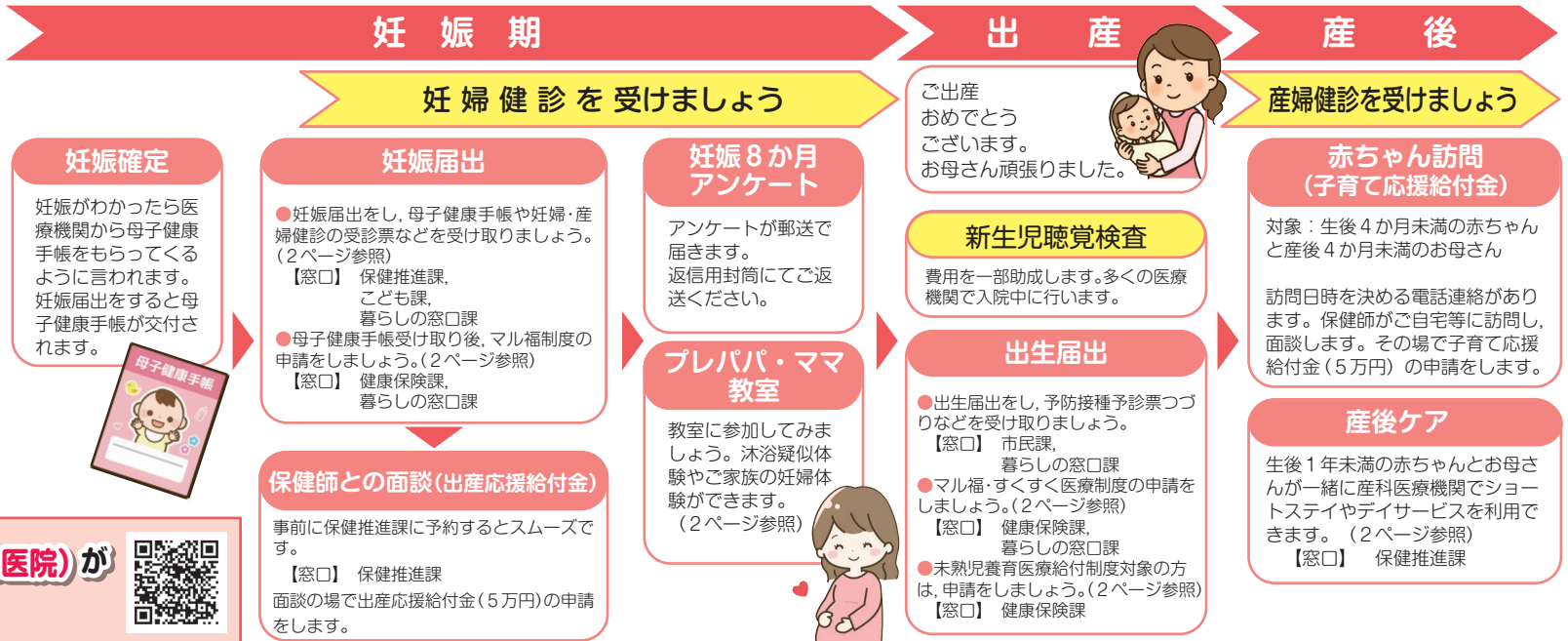


安心して赤ちゃんを産み育てるために

こどものいる暮らしを楽しむことは、赤ちゃんを育てるのに大切です。育児情報にふり回されて神経質になったり、不安になったり、孤独を感じたりしていませんか。

市では、皆様が頑張りすぎず、より安心して妊娠・出産・子育てができるよう、妊娠期から子育て期まで保健師が継続的に相談をお受けする「伴走型相談支援」を行っています。妊娠・出産・育児のこと、一人で抱え込まず、気軽にお話ししてください。また、子育ての節目ごとに健康診査や教室・相談事業を行っています。ぜひご参加ください。

菅生町に産婦人科(寺田医院)が
開設されました!



【のびのび子育て相談】 内容：身体測定、相談(保健師・栄養士) 日程は、3ページをご覧ください。

【発達相談】 お子さんのことばや発達が心配な場合は、心理士に相談できます。

予防接種	乳児健診	離乳食教室(前期)	離乳食教室(後期)	12か月児健診	1歳6か月児健診	2歳児教室	3歳児健診	3歳6か月児歯科健診	5歳児健康相談
生後2か月からスタートしましょう。予診票・母子健康手帳・保険証などを持って受診します。(5~8ページ参照)	要予約 内容：診察(医師)、身体計測、相談(3ページ参照)	要予約 内容：離乳初期の話、事故予防の話(3ページ参照)	要予約 内容：離乳後期の話、親子遊び(3ページ参照) 乳児一般健康診査 対象： 9か月~1歳未満 予防接種予診票つづりの中の受診票を使い、医療機関で受診します。	要予約 内容：診察(医師)、むし歯予防の話、身体計測、相談、「えほんにたっち」(ブックスタート・絵本プレゼント)(3ページ参照)	要予約 内容：診察(医師・歯科医師)、フッ化物塗布(希望者)、身体計測、相談(4ページ参照)	要予約 内容：身体計測、歯みがき指導、相談(4ページ参照) 2歳児歯科健診 2歳のお誕生日翌月に受診票が届きます。市内協力医療機関へ予約をして受診します。	要予約 内容：診察(医師・歯科医師)、フッ化物塗布(希望者)、相談、身体計測、尿・視力・聴力検査、眼科(屈折・眼位)検査、心理士による相談(希望者)(4ページ参照)	要予約 内容：診察(歯科医師)、フッ化物塗布(希望者)、身体計測、相談(4ページ参照)	対象： 平成31年4月2日~令和2年4月1日生 内容：身体計測、集団活動、お子さんとの面談、保護者面談・相談 詳細は、個別通知をご覧ください。

※妊婦健診、新生児聴覚検査、産婦健診、予防接種、乳児一般健康診査、2歳児歯科健診(いずれも上記のクリーム色の箇所)は、医療機関で受けます。医療機関に予約をして受診しましょう。

●妊娠がわかったら早めに妊娠届を提出し**母子健康手帳**の交付を受けましょう。交付時に妊婦一般健康診査受診票・新生児聴覚検査受診票・産婦健康診査受診票をお渡します。母子健康手帳の交付前は、妊婦健診の助成が受けられませんので、ご注意ください。

拡充!! 妊婦一般健康診査の助成回数が前年度より2回分増え**16回**になりました。

【申請窓口】 保健推進課(常総市保健センター)
こども課(本庁舎)・暮らしの窓口課(石下庁舎)

●伴走型相談支援(1ページ参照)に加え、出産や子育てにかかる費用負担を軽減するための「経済的支援(出産・子育て応援給付金の支給)」を行っています。妊娠届出後と出産後、保健師との面談を受けた方にそれぞれ5万円を給付します。出産応援給付金は、出産後に申請することはできません。妊娠届出後は早めに面談を受け、給付金の申請を行ってください。

【面談窓口】 保健推進課(常総市保健センター)

問い合わせ【保健推進課】☎0297-23-3111

産後ケア事業

問い合わせ・申し込み

【保健推進課】☎0297-23-3111

お母さんと赤ちゃんが一緒に産科医療機関でショートステイやデイサービスを利用できる事業です。詳細については、お問い合わせください。

拡充!! 期間が延びました!

対象者 常総市に住民票があり、①②に該当する**産後1年未満**の産婦とその赤ちゃん
①家族などから十分な支援が受けられず、家事育児等が困難な場合
②産婦の体調や育児に不安がある場合(母子ともに、医療行為が必要な方は利用できません)

赤ちゃん訪問(予約制)

問い合わせ【保健推進課】☎0297-23-3111

赤ちゃんが生まれたご家庭に日程調整の上、保健師が全戸訪問しています。訪問では、赤ちゃんの体重測定、お母さんの健康相談、育児相談などを行っています。こちらからご連絡しますが、早めの訪問をご希望の場合はお電話をお願いします。

母子手帳アプリ「きぬっこナビ」

妊娠中から子育てまでをアプリでサポートします。これからの子育てに役立つ機能が沢山あります!ぜひ、紙の母子健康手帳と併せてお使いください。



●母子健康手帳の交付を受けた方は、**マル福制度**により医療費の一部が助成されます。(妊産婦の方と配偶者(婚姻予定・事実婚も含む)の所得要件あり)
●赤ちゃんが生まれたら、18歳までマル福・すくすく医療制度により、医療費の一部が助成されます。手続きには母子健康手帳、保険証、印鑑、預金口座の確認ができるもの、所得金額と扶養人数の記載のある証明書(転入された方等)が必要です。

【申請窓口】 健康保険課(本庁舎)・暮らしの窓口課(石下庁舎)

問い合わせ【健康保険課】☎0297-23-2111

未熟児養育医療給付制度

問い合わせ【健康保険課】☎0297-23-2111

身体の発育が未熟なまま生まれた赤ちゃんが、指定医療機関で入院治療を必要とする場合に、その治療に関する医療費を公費により負担する制度です。

プレパパ・ママ教室 (要予約)

問い合わせ・申し込み

【保健推進課】☎0297-23-3111

会場	常総市保健センター	
受付時間	午前9:15~9:30	
持ち物	母子健康手帳、飲み物	
実施日	妊娠期編	出産・育児編
	令和6年 4月18日(木)	令和6年 5月19日(日)
	7月21日(日)	8月22日(木)
	10月25日(金)	11月24日(日)
内容	●妊娠の経過と過ごし方 ●妊娠中の歯の衛生 ●妊娠中の栄養 ●ご家族の妊婦体験(希望者)	●お産の経過と呼吸法 ●産後の生活について ●母乳育児について ●沐浴疑似体験(希望者)
	●令和7年 2月 2日(日)	
その他	※どちらからでも参加できます。なるべく2コースでお受けください。 ※ご家族の方も、ぜひ一緒にご参加ください。 ※途中にストレッチが入ります。動きやすい服装でお越しください。	

拡充!! 日曜日の教室が
はじまりました!



妊産婦と乳幼児の健康

予防接種

検診

65歳以上の健康づくり

献血・熱中症予防
感染症対策・救急

乳幼児健康診査・相談 要予約

【保健推進課】 ☎0297-23-3111

すべての健診・相談・教室は事前の**ご予約**が必要です。
 体調が悪い場合は、日程の変更をお願いします。お電話にてご連絡ください。
 対象月は目安です。ご都合の良い会場でご予約ください。
 ※健診・教室・相談の内容は、状況により一部変更することがあります。

●乳児一般健康診査

医療機関での個別受診（無料）です。
 「予防接種予診票つづり」の中の「乳児一般健康診査受診票」を使います。
 医療機関へ予約をして、『9 か月～1 歳のお誕生日前日まで』に受けましょう。

●2歳児歯科健診

医療機関での個別受診（無料）です。
 2歳のお誕生日翌月に受診票が届きます。
 市内協力医療機関へ予約をして、『2歳～2歳6か月まで』に受けましょう。

●のびのび子育て相談

受付時間 9:45～10:15

対象 乳幼児

実施日	会場
令和6年 4月25日(木)	常総市保健センター
5月15日(水)	常総市保健センター
6月18日(火)	常総市保健センター
7月 2日(火)	常総市保健センター
8月 8日(木)	常総市保健センター
9月25日(水)	常総市保健センター
10月29日(火)	常総市保健センター
11月 7日(木)	常総市保健センター
12月 3日(火)	常総市保健センター
令和7年 1月22日(水)	常総市保健センター
2月 4日(火)	常総市保健センター
3月18日(火)	常総市保健センター

内容	●身体計測 ●相談（育児、栄養等）
	持ち物 母子健康手帳 バスタオル など

●乳児健診

受付時間 1:00～1:45

※受診時期の目安は3～5か月です。

対象の目安	実施日	会場
令和5年 12月生	令和6年 4月25日(木)	常総市保健センター
令和6年 1月生	5月14日(火)	石下総合福祉センター
	5月15日(水)	常総市保健センター
2月生	6月 4日(火)	常総市保健センター
3月生	7月 2日(火)	常総市保健センター
4月生	8月 7日(水)	石下総合福祉センター
5月生	9月25日(水)	常総市保健センター
6月生	10月 1日(火)	石下総合福祉センター
7月生	11月 7日(木)	常総市保健センター
8月生	12月25日(水)	常総市保健センター
9月生	令和7年 1月21日(火)	石下総合福祉センター
	1月22日(水)	常総市保健センター
10月生	2月 4日(火)	常総市保健センター
11月生	3月26日(水)	常総市保健センター

内容	●診察（医師） ●身体計測 ●相談（育児・栄養等）
	持ち物 母子健康手帳、バスタオル など

●12か月児健診

受付時間 12:45～1:30

対象の目安	実施日	会場
令和5年 3月生	令和6年 4月24日(水)	常総市保健センター
4月生	5月28日(火)	石下総合福祉センター
5月生	6月18日(火)	常総市保健センター
6月生	7月24日(水)	常総市保健センター
7月生	8月 6日(火)	石下総合福祉センター
8月生	9月 3日(火)	常総市保健センター
9月生	10月29日(火)	常総市保健センター
10月生	11月19日(火)	石下総合福祉センター
11月生	12月 3日(火)	常総市保健センター
12月生	令和7年 1月20日(月)	常総市保健センター
	令和6年 1月生	2月18日(火)
2月生	3月18日(火)	常総市保健センター

内容	●診察（医師） ●身体計測 ●むし歯予防の話 ●相談（育児・栄養等） ●「えほんにたっち」 （ブックスタート・絵本プレゼント）
	持ち物 母子健康手帳、バスタオル など

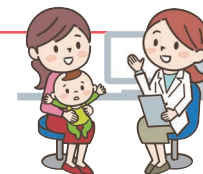
●離乳食教室

会場 常総市保健センター
 受付時間 9:45～10:00

※希望者多数の場合は時間変更をお願いすることがあります。

前期	後期
〈対象〉 5～6か月頃	〈対象〉 9～11か月頃
令和6年 4月23日(火)	令和6年 5月16日(木)
6月 6日(木)	7月19日(金)
8月20日(火)	9月 4日(水)
10月 9日(水)	11月14日(木)
12月 4日(水)	令和7年 1月10日(金)
令和7年 2月13日(木)	3月 6日(木)
内容	内容
●離乳初期の話 ●事故予防の話	●離乳後期の話 ●親子遊び

持ち物 母子健康手帳



●1歳6か月児健診

常総市保健センター		石下総合福祉センター
受付時間 12:45~1:30		
対象者	実施日	実施日
令和4年 9月生	令和6年 4月10日(水)	令和6年 4月19日(金)
10月生	5月20日(月)	6月19日(水)
11月生	6月5日(水)	
12月生	7月31日(水)	8月2日(金)
令和5年 1月生	8月29日(木)	
2月生	9月30日(月)	10月11日(金)
3月生	10月28日(月)	
4月生	11月8日(金)	12月19日(木)
5月生	12月9日(月)	
6月生	令和7年 1月23日(木)	令和7年 2月5日(水)
7月生	2月17日(月)	
8月生	3月13日(木)	※4月実施予定。 [令和7年度常総市健康カレンダー]をご覧ください。
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●診察(医師・歯科医師) ●フッ化物塗布(希望者) ●身体計測 ●相談(育児・栄養・歯みがき等) 	
持ち物	母子健康手帳, バスタオル 歯ブラシ など	

●2歳児教室(受付時間にご注意ください)

常総市保健センター		石下総合福祉センター
受付時間 9:45~10:15		受付時間 2:45~3:15
対象者	実施日	実施日
令和4年 3月生	令和6年 5月20日(月)	令和6年 4月19日(金)
4月生		
5月生	7月24日(水)	6月19日(水)
6月生		
7月生	9月3日(火)	8月2日(金)
8月生		
9月生	11月8日(金)	10月11日(金)
10月生		
11月生	令和7年 1月20日(月)	12月19日(木)
12月生		
令和5年 1月生	3月13日(木)	令和7年 2月5日(水)
2月生		
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●身体計測 ●歯みがき指導 (希望する方には染め出しチェックを行います。汚れても良い服装でお越しください。) ●相談(育児・栄養・歯みがき等) 	
持ち物	母子健康手帳, タオル 歯ブラシ, コップ など	

●3歳児健診

常総市保健センター		石下総合福祉センター
受付時間 12:45~1:30		
対象者	実施日	実施日
令和3年 3月生	令和6年 4月16日(火)	令和6年 5月17日(金)
4月生	5月22日(水)	
5月生	6月17日(月)	7月5日(金)
6月生	7月17日(水)	
7月生	8月21日(水)	9月20日(金)
8月生	9月18日(水)	
9月生	10月10日(木)	11月20日(水)
10月生	11月13日(水)	
11月生	12月11日(水)	令和7年 1月8日(水)
12月生	令和7年 1月31日(金)	
令和4年 1月生	2月19日(水)	3月7日(金)
2月生	3月12日(水)	
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●診察(医師・歯科医師) ●フッ化物塗布(希望者) ●相談(育児・栄養・歯みがき等) ●身体計測 ●尿・視力・聴力検査 ●眼科(屈折・眼位)検査 ●心理士による相談(希望者) 	
持ち物	母子健康手帳, バスタオル 歯ブラシ, 問診票, 尿検体 など	

●3歳6か月児歯科健診

常総市保健センター		石下総合福祉センター
受付時間 12:45~1:30		
対象者	実施日	実施日
令和2年 7月生	令和6年 5月23日(木)	令和6年 4月11日(木)
8月生		
9月生	7月23日(火)	6月20日(木)
10月生		
11月生	9月27日(金)	8月27日(火)
12月生		
令和3年 1月生	11月12日(火)	10月8日(火)
2月生		
3月生	令和7年 1月28日(火)	12月13日(金)
4月生		
5月生	3月11日(火)	令和7年 2月14日(金)
6月生		
内容	<ul style="list-style-type: none"> ●診察(歯科医師) ●フッ化物塗布(希望者) ●身体計測 ●相談(育児・栄養・歯みがき等) 	
持ち物	母子健康手帳, バスタオル 歯ブラシ, 問診票 など	

※対象のお子さんには、約2週間前に個別通知します。
※問診票を必ずご持参ください。

※対象のお子さんには、約2週間前に個別通知します。
※問診票を必ずご持参ください。

健診会場での眼科(屈折・眼位)検査が導入されました。
この検査は、弱視・斜視・眼疾患の早期発見に役立ちます。
ご自宅での視力検査とあわせて行うことが有効です。

問い合わせ・申し込み【保健推進課】 ☎ 0297-23-3111

健診はお子さんの成長発達を確認する大切な機会です。
幼稚園・保育所の就園に関わらず、ぜひ受けてくださいね。
日ごろ感じているちょっとした疑問や不安なことを医師や
保健師・栄養士とお話しすることもできます。
同じ月齢のおともだちにも出会えますよ！

