

★★★ 令和6年度 茂原市保健センター母子保健事業案内 ★★★

保健センターでの各事業は予約制になっていますので、必ずお問い合わせください。
最新情報は市ウェブサイトをご確認ください。 令和6年4月1日現在

<p>ママ・パパ教室</p> <p>健やかな赤ちゃんを産み育てるために、 出産を迎える仲間同士で楽しく一緒に学びましょう♪</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%;"> <p>1回目 出産準備編</p> <p>妊娠中・陣痛・お産の時の過ごし方 パパができるマッサージ体験 歯・栄養のお話 他</p> </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%;"> <p>2回目 沐浴・妊婦体験編</p> <p>赤ちゃんのお風呂入れ体験 パパ“力”アップミニ講座 他</p> </div> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; width: 30%;"> <p>3回目 授乳・ミルク作り体験編</p> <p>母乳育児のお話 ミルク作り・赤ちゃんの抱っこ体験 先輩ママ・パパへの質問コーナー 他</p> </div> </div> <p>※全3回の参加がオススメです♪ ※出産予定日の2か月前までの参加を推奨いたします。</p> <p>対象者：妊婦とその家族 費用：無料 受付時間：9:00～9:15 終了時間：12時頃 持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル2枚（2回目のみ）</p> 	<p>助産師相談</p> <p>出産前の育児の準備、産後の母乳相談など、妊娠・出産・育児に関するお悩みについて個別にご相談に応じます♪</p> <p>相談時間枠 ① 9:10～10:00 ② 10:10～11:00 ③ 11:10～12:00</p> <p>対象者：妊娠中の方、子育て中のママ 費用：無料 ※電話相談も実施しています。</p>  	<p>妊娠後期面談</p> <p>産後の過ごし方や出産を控えて気になること等について、妊娠7か月頃を目安に対象の方へアンケートを送付し、希望者には助産師等が面談(オンラインも可能)を行っています。</p> <p>※後日、保健センターから日程調整のご連絡をいたします。</p> <p>対象者：妊婦(夫・パートナー、同居家族も同席できます。) 費用：無料</p> 
	<p>妊婦歯科健診</p> <p>ママと生まれてくる赤ちゃんのお口と歯の健康のためにもぜひ歯科健診を受けましょう。</p> <p>対象者：茂原市に住民票のある妊婦 場所：指定医療機関 内容：口腔内診査・歯科保健指導 費用：500円(生活保護世帯の方は無料です) 受診方法：指定医療機関に電話で予約のうえ、受診してください。</p>  	<p>オンライン(妊婦・育児)相談</p> <p>保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士がオンライン(ビデオ通話)で妊婦さんやお子さんの健康に関することや育児についてのご相談に応じます。</p> <p>対象者：妊婦、乳幼児の保護者 費用：無料</p>  <p style="border: 1px solid orange; padding: 5px;">妊娠中や産後で体調が優れず、保健センターまで来所できない方は、訪問にて対応させていただくことも可能です。</p>

<p>妊娠・分娩時の費用について</p> <p>出産育児一時金 出産費用の負担を軽減するため医療保険から子ども1人につき50万円(産科医療補償制度に加入していない医療機関等で出産した場合には48.8万円)が支給されます。</p> <p>高額療養費 帝王切開など保険適用となる出産・入院の場合には、自己負担額が一定の限度額を超えると高額療養費が支給されます。</p> <p style="text-align: center;">—お問い合わせ先—</p> <p>国民健康保険に加入の方 国保年金課 電話：0475(20)1503</p> <p>被用者保険または被扶養者の方 ご自身またはご家族の会社の人事福利厚生担当</p> 	<p>出生時の手続き</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <thead> <tr> <th>チェック</th> <th>申請・健診</th> <th>内容</th> <th>問い合わせ先</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td>出生届</td> <td>出生後14日以内に、母子健康手帳、出産証明書(産院からもらえます)、届出者の印鑑を持って提出してください。 【提出場所】 ①茂原市役所市民課、本納支所 ②赤ちゃんの出生地の市区町村窓口 ③父母の本籍地の市区町村窓口</td> <td>市民課 0475(20)1502</td> </tr> <tr> <td></td> <td>赤ちゃん訪問</td> <td>出生後、助産師、看護師などが自宅に訪問します。市役所8階の子育て支援課へ『出生通知書』を提出してください。 ※里帰り中の方は郵送してください。</td> <td>保健センター 0475(25)1725</td> </tr> <tr> <td></td> <td>予防接種</td> <td>出生後、初回の予防接種については市役所2階の健康管理課にて予診票をお渡ししています。</td> <td>健康管理課 0475(20)1574</td> </tr> <tr> <td></td> <td>児童(扶養)手当・子ども医療費受給券</td> <td>出生後、市役所8階の子育て支援課でお手続きしてください。</td> <td>子育て支援課 0475(20)1573</td> </tr> </tbody> </table> <ul style="list-style-type: none"> • 休日の翌日は混み合いますので、時間に余裕をもってお越しください。 • 国民健康保険証加入のお手続きについては、国保年金課にお問い合わせください。 • 市外の里帰り先で赤ちゃん訪問をご希望の方は、『出生通知書』に里帰り先の住所・連絡先・滞在期間をご明記ください。 	チェック	申請・健診	内容	問い合わせ先		出生届	出生後14日以内に、母子健康手帳、出産証明書(産院からもらえます)、届出者の印鑑を持って提出してください。 【提出場所】 ①茂原市役所市民課、本納支所 ②赤ちゃんの出生地の市区町村窓口 ③父母の本籍地の市区町村窓口	市民課 0475(20)1502		赤ちゃん訪問	出生後、助産師、看護師などが自宅に訪問します。市役所8階の子育て支援課へ『出生通知書』を提出してください。 ※里帰り中の方は郵送してください。	保健センター 0475(25)1725		予防接種	出生後、初回の予防接種については市役所2階の健康管理課にて予診票をお渡ししています。	健康管理課 0475(20)1574		児童(扶養)手当・子ども医療費受給券	出生後、市役所8階の子育て支援課でお手続きしてください。	子育て支援課 0475(20)1573
チェック	申請・健診	内容	問い合わせ先																		
	出生届	出生後14日以内に、母子健康手帳、出産証明書(産院からもらえます)、届出者の印鑑を持って提出してください。 【提出場所】 ①茂原市役所市民課、本納支所 ②赤ちゃんの出生地の市区町村窓口 ③父母の本籍地の市区町村窓口	市民課 0475(20)1502																		
	赤ちゃん訪問	出生後、助産師、看護師などが自宅に訪問します。市役所8階の子育て支援課へ『出生通知書』を提出してください。 ※里帰り中の方は郵送してください。	保健センター 0475(25)1725																		
	予防接種	出生後、初回の予防接種については市役所2階の健康管理課にて予診票をお渡ししています。	健康管理課 0475(20)1574																		
	児童(扶養)手当・子ども医療費受給券	出生後、市役所8階の子育て支援課でお手続きしてください。	子育て支援課 0475(20)1573																		

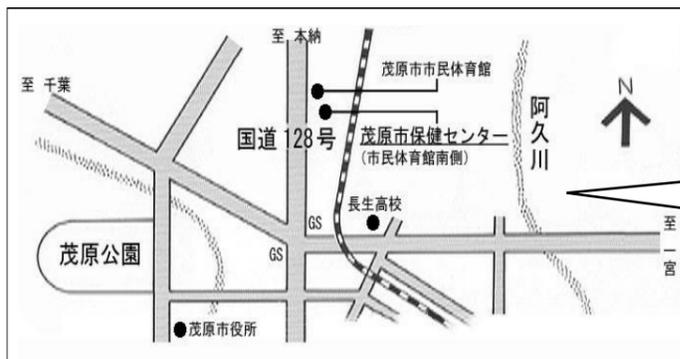
茂原市保健センター案内

※返信をメールでご希望の場合は、パソコンからのメール受信ができるように設定をお願いいたします。

住所：茂原市高師3001
電話：0475-25-1725
開庁日：平日8:30～17:15(土日・祝日を除く)
e-mail：hoken@city.mobara.chiba.jp



市ウェブサイト
「子育て・家庭」



バスの最寄り『高師四角』より徒歩10分かかります。
茂原駅南口 小湊鉄道(ロングウッドステーション・労災病院行き)
茂原駅東口 小湊鉄道(緑ヶ丘リゾーン行き)
※時刻に関しては小湊鉄道ウェブサイトをご覧ください。
(<http://www.kominato-bus.com/>)



妊娠・出産・子育てのことでお困りのことがあればお気軽にお電話ください。助産師や保健師等が対応します。また、体調の確認などでお電話することがありますので、保健センターの電話番号に回答できるように設定をお願いします。

※天災等の不測の事態により、事業を延期または中止する場合は市ウェブサイトに掲載いたしますのでご確認ください。

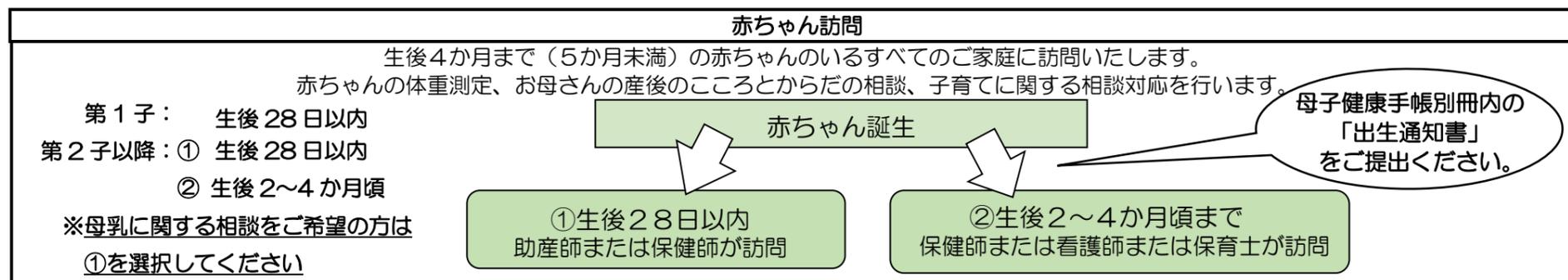
★★★ 茂原市子育て期応援プラン ★★★

シート作成日：令和 年 月 日

母子健康手帳交付担当：

地区担当保健師：

産後ケア	時期 年(月)齢	新生児期			乳児期								ママのわ	
		0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	12か月
<p>ママが休息したり、育児の悩みを相談したりすることでゆったりとした気持ちで育児ができるようお手伝いします。</p> <p>対象者</p> <p>①ご家族等から産後の家事や育児などの援助が十分に受けられないママと赤ちゃん</p> <p>②心身の不調がある、育児不安が強いママと赤ちゃん</p> <p>サービス内容と利用期間</p> <p>●宿泊型・・・産後30日まで</p> <p>●日帰り型・・・産後4か月まで</p> <p>●訪問型・・・産後1年まで</p> <p>利用方法・自己負担額等</p> <p>希望される方は妊娠8か月頃から随時保健センターにご相談ください。</p>	<p>健康診断 健康相談</p> <p>訪問事業</p> <p>予防接種</p> <p>保健センターで利用できる事業</p> <p>その他サポート</p>	<p>☐新生児聴覚スクリーニング検査(産院)</p> <p>☐1か月児健康診査(産院)</p> <p>☐3~6か月児健康診査(小児科)</p> <p>☐6か月児健康診査(保健センター)</p> <p>☐9~11か月児健康診査(小児科)</p> <p>☐赤ちゃん訪問(乳児家庭全戸訪問)</p> <p>☐口たウイルスワクチン選択・返信</p> <p>☐予防接種予約(小児科) ☐予防接種開始</p> <p>＜産前産後サポート事業＞ ☐助産師相談(妊娠中から子育て期まで) ☐産後ケア事業(宿泊型：産後30日まで、日帰り型：産後4か月まで、訪問型：産後1年まで) ☐ママのわミニセミナー・離乳食編(離乳食開始前まで) ☐ママのわミニセミナー・卒乳編(3歳頃まで)</p> <p>＜相談事業＞ ☐健康相談(開庁日、予約制 お子さんの身体計測や相談に保健師・助産師が対応します。) ☐栄養相談・歯科相談(毎月第1日曜日、予約制 栄養士・歯科衛生士が対応します。)</p> <p>☐病児保育所(ラッココ) ☐児童センター、子育て支援センター(キッズラボ) ☐認定こども園・保育所(生後57日から)</p> <p>※詳しくは「もばらで子育てガイドブック」または茂原市ウェブサイトでご確認ください。</p>	<p>☐公立保育所等の一時預かり事業</p> <p>☐ファミリー・サポート・センター</p> <p>☐公立保育所等の一時預かり事業</p> <p>☐ファミリー・サポート・センター</p>	<p>保健センターの各事業は予約制となっています。 ご希望の方は保健センターまでお気軽にお電話ください。</p>	<p>同じ月齢の赤ちゃん和妈妈同士で気軽に集まり、日ごろの子育ての悩みを共有する場です。赤ちゃんとの過ごし方について助産師から専門的なアドバイスを受けることもできます！</p> <p>受付時間：9:50~10:00 終了時間：12:00頃 費用：無料</p>	<p>内容： 予防接種のお話、ママヨガ with ベビー、ママのお悩み解決、手遊びわらべ歌等</p> <p>内容： 栄養士が解決!! 離乳食のギモン 手遊びわらべ歌等</p>	<p>持ち物：母子健康手帳、筆記用具、赤ちゃんに必要なオムツやミルク等(ねんね編のみ動きやすい服装、汗拭きタオル、ママの飲み物)</p> <p>※ミニセミナー離乳食編、卒乳編、小児救急編、災害編も開催予定です。</p>							
<p>保健センターでの身体計測・育児相談</p> <p>初めての妊娠・出産で不安、母乳やミルクが足りている心配、育児や離乳食について相談したい等、妊娠や育児に関する不安や悩みを保健師や助産師等に相談できます。 ※事前にお電話でご予約の上、ご来館ください。 (計測・相談を希望する旨をお伝えください。) ※来所時には母子手帳とバスタオルをご持参ください。</p>	<p>制度 助成金 手続き</p> <p>仕事 関係</p>	<p>☐出生届出 ☐出生通知書の提出 ☐出産・子育て応援給付金申請(赤ちゃん訪問時に申請案内)</p> <p>☐児童手当申請 ☐子ども医療費助成制度申請 ☐公的医療保険の加入</p> <p>☐未熟児養育医療給付申請(該当者のみ) ☐児童扶養手当申請(該当者のみ) ☐妊婦健康診査費用助成申請(子育て支援課)</p> <p>☐育児休業給付金の申請(該当者のみ、原則会社経由) ☐出産後、慣らし保育期間などを踏まえて、職場復帰の時期を改めて検討</p> <p>☐産前産後の社会保険料(健康保険・厚生年金) ☐保育所についての情報集め(子育て支援課への問い合わせや、保育所の見学)</p> <p>免除申請(該当者のみ、原則会社経由)</p> <p>☐育児休業取得中の社会保険料(健康保険・厚生年金) ☐職場復帰に向けて家族で育児・家事の分担や働き方を話し合い</p> <p>免除申請(該当者のみ、原則会社経由) ☐職場復帰後の働き方(短時間勤務や残業免除等)について会社と相談</p>	<p>歯科相談・助産師相談・栄養相談</p> <p>歯科衛生士、助産師、栄養士が個別にご相談に応じます♪</p>	<p>歯科相談</p> <p>助産師相談</p> <p>※表面参照</p> <p>栄養相談</p>										



赤ちゃん訪問についてのお願い

- 赤ちゃん訪問ではお伺いする相談員が自宅や携帯電話から直接お母さんへご連絡をしています。
- 心当たりのない電話番号から着信があった場合、相談員からのご連絡の可能性がります。お手数ですが連絡へのご協力をお願い申し上げます。

幼児健診、相談事業の日程案内

- 対象月のおよそ2~3週間前に受診票、案内文等を郵送いたします。
- 受診日を変更される場合には保健センターまたは子育て支援課(こども家庭センター)までご連絡ください。

6か月乳児相談		1歳6か月児健康診査		2歳児歯科健康診査		3歳児健康診査	
受付時間 9:00~10:30/ 13:00~14:30 (時間指定あり)		受付時間 12:50~13:30 (時間指定あり)		受付時間 8:50~9:00/9:10~9:20 9:30~9:40/9:50~10:00		受付時間 12:50~13:30 (時間指定あり)	
日程	対象者	日程	対象者	日程	対象者	日程	対象者
4月25日(木)	R5. 10月生	4月16日(火)	R4. 10月生	4月18日(木)	R3. 10~11月生	4月17日(水)	R2. 10月生
5月16日(木)	R5. 11月生	5月14日(火)	R4. 11月生	6月13日(木)	R3. 12~R4.1月生	5月15日(水)	R2. 11月生
6月20日(木)	R5. 12月生	6月11日(火)	R4. 12月生	8月22日(木)	R4. 2~3月生	6月12日(水)	R2. 12月生
7月11日(木)	R6. 1月生	7月9日(火)	R5. 1月生	10月17日(木)	R4. 4~5月生	7月10日(水)	R3. 1月生
8月8日(木)	R6. 2月生	8月20日(火)	R5. 2月生	12月12日(木)	R4. 6~7月生	8月21日(水)	R3. 2月生
9月19日(木)	R6. 3月生	9月17日(火)	R5. 3月生	2月6日(木)	R4. 8~9月生	9月18日(水)	R3. 3月生
10月24日(木)	R6. 4月生	10月15日(火)	R5. 4月生			10月16日(水)	R3. 4月生
11月14日(木)	R6. 5月生	11月12日(火)	R5. 5月生			11月13日(水)	R3. 5月生
12月19日(木)	R6. 6月生	12月10日(火)	R5. 6月生			12月11日(水)	R3. 6月生
1月16日(木)	R6. 7月生	1月14日(火)	R5. 7月生			1月15日(水)	R3. 7月生
2月13日(木)	R6. 8月生	2月4日(火)	R5. 8月生			2月5日(水)	R3. 8月生
3月6日(木)	R6. 9月生	3月4日(火)	R5. 9月生			3月5日(水)	R3. 9月生