



平成30年10月
OPEN!

八戸市 子育て世代包括支援センター

～妊娠・出産・子育ての相談窓口～

妊娠生活を**健やか**に過ごし、**安心**して出産を迎え、**楽しく**子育てができるように、さまざまな悩みや質問にお答えする相談窓口を開設しました。

はちまむ相談 をご利用ください!

妊娠期から子育て期にわたる不安・悩みに対し、保健師・助産師等の専門職が電話、窓口、訪問で対応します。

「妊娠・出産について相談できる人がいなくて心配」、「おっぱい・ミルクが足りているか不安」、「夜泣きがひどくてしんどい…」など、心配なことがありましたらご相談ください。

『はちまむ』とは…

妊産婦・乳幼児の保護者たちが気軽に相談する所、**はち**のへの**ママ**たちを応援したいという意味です。



気軽に相談してネ

相談窓口・問合せ先

八戸市子育て世代包括支援センター

場所：八戸市内丸一丁目1番1号 市庁別館2階

八戸市保健所 健康づくり推進課内

時間：8：15～17：00（平日）※土日祝・年末年始は除く

電話：0178-43-2234（直通）



八戸市子育て世代包括支援センターでは 妊娠期から出産・子育て期にわたる切れ目のない支援を行います

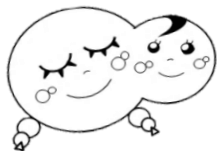


はちまむ相談

妊娠期から出産・子育て期にわたる妊産婦および乳幼児の保護者等の心身の不安や悩み、育児などの相談に対し、保健師・助産師等の専門職が面接相談・電話相談による支援を行います。

庁内には、ゆっくりとお話をうかがうことができるよう「はちまむ相談室」を設けております。授乳についての相談もできます。

妊産婦さんへの支援
を強化しました。



は・ち・ま・む 応援メッセージ

は なしを聴きます。
保健師・助産師などが一人ひとりに寄り添います。

ち よっと一息。
「はちまむ相談室」にいらっしゃいませんか？

ま まと一緒に考えます。
一人で悩まずに一緒に考えましょう。

む りしないでね。
頑張りすぎないで、周りのサポートやサービスを利用しましょう。

妊娠中

NEW

セルフプランの作成

【対象】妊婦

【内容】母子健康手帳交付時に、保健師・助産師等が個別に面接します。それぞれの妊婦さんの気持ちに寄り添いながら、妊婦さんと一緒に、妊娠から出産・子育てまでのプラン「はちまむ応援プラン」を作成します。

産前・産後サポート事業 「妊娠中の電話支援」

NEW

【対象】妊娠8～9か月頃の妊婦

【内容】安心して出産・育児できるように保健師・助産師が電話連絡し、妊婦さんに対し不安や悩みなどの状況を個別にうかがいながら、一緒に考えお手伝いします。また、必要な方には家庭訪問もしております。

両親学級

初めて赤ちゃんを迎えるための心の準備・親の役割について、ご夫婦で学ぶための両親学級を開催しています。

【対象】夫婦共に八戸市に住民票があり、初めて出産する妊婦と夫（妊娠16週～31週）

【内容】赤ちゃんの育て方（講義）、沐浴・着替え・オムツ交換体験、妊婦体験ジャケットの試着

【会場】八戸市庁 別館2階会議室

※日程は広報はちのへ、市ホームページをご覧ください。

出産後

赤ちゃん訪問

【対象】生後4か月未満の赤ちゃんと言婦

【内容】保健師・看護師が赤ちゃんのいるすべてのご家庭に訪問し、赤ちゃんの体重測定その他、母乳や育児・予防接種、産婦さんの体調管理についての相談に応じます。また、安心して子育てしていけるよう産婦さんと一緒に「はちまむ応援プラン」を作成します。

産後ケア事業

NEW

【対象】支援者がいない、身近に相談者がいない産後4か月までの産婦と赤ちゃん

【内容】市が委託している助産院で、産婦さんの心身のケアや育児のサポート等を受けられます。

【利用方法】事前に申請が必要です。また、利用料の一部を負担していただきます。詳細については、八戸市子育て世代包括支援センターにお問合せ下さい。

【問合せ先】八戸市子育て世代包括支援センター
電話 0178-43-2234（直通）



