

\ パパ・ママ必見! /

子ども・子育てインフォメーション

「ブックスタートパック」の受け取り忘れはありませんか？

固図書館 ☎22-0266

赤ちゃんと保護者が絵本を通じて、ゆっくりと心ふれあうひとときを持つきっかけをつくるために、総合健診センターで行われる乳児股関節脱臼検診の終了後、「ブックスタートパック」を配布しています。他の医療機関で受診した場合など、まだ受け取っていない人は、図書館の窓口にお越しください。

- **対象** 生後90日～1歳の誕生日前日までの乳児とその保護者で、ブックスタートパックをまだ受け取っていない人
- **配布場所** 図書館、南郷図書館、図書情報センター
- **時間** ▷図書館・南郷図書館 (月)～(金)9時～19時、(土)(日)(祝)9時～17時 ※休館日を除く
▷図書情報センター (月)～(金)10時～20時、(土)(日)(祝)10時～18時 ※休館日を除く
- **持ち物** 母子健康手帳(必須)
- **配布物** 布製バッグ、図書館の利用案内、おすすめ絵本リストなど、絵本『じゃあじゃあびりびり』(まつのりこ/作・絵 偕成社)、ぬくもりつみき
※既に『じゃあじゃあびりびり』をお持ちの場合は、別の絵本を選択できます。



妊娠がわかったら、早めに妊娠の届け出をしましょう

固すくすく親子健康課 ☎38-0711

市では、妊娠がわかったら早めに(妊娠11週まで)妊娠届出を行うことをお勧めしています。

- **妊娠の届け出をした人に、下記のものを交付しています**

八戸市に 住民票が ある人	母子健康手帳	妊娠・出産の経過や子どもの出生時からその後の発育状態などを記入する手帳
	妊婦委託健康診査受診票	健診費用の一部を助成
	妊婦歯科健康診査受診票	妊娠期間中に1回無料で歯科健康診査が受けられる
	産婦健康診査受診票	健診費用の一部を助成

- **持ち物** 妊娠届出書・妊婦連絡票(医療機関で配布)、マイナンバー(個人番号)確認書類、本人確認書類、振込口座(金融機関、店番、口座番号、口座名義人)が分かる通帳などの写し
- **届出場所** すくすく親子健康課



詳しくはこちら

子育て出前講座をご活用ください 要申込

申問すくすく親子健康課 ☎38-0712

乳幼児の保護者の皆さんが子育てや健康に関する正しい知識を知り、安心して子育てできるよう、市内各地区の子育てサロンなどに、市の保健師・栄養士が出向き、講話をしています。ご利用の際は、市内の乳幼児の保護者などが参加する団体の申請が必要です。実施希望日の2か月前までにお申し込みください。



詳しくはこちら



プレコンセプションケア講演会を開催します 要申込

申問 すすく親子健康課 ☎38-0714

プレコンセプションケアとは、将来の妊娠を考えながら女性やカップルが自分たちの生活や健康に向き合うこと、つまり「妊娠前の健康管理」という意味です。健康な生活習慣を身に付けることで、よりすてきな人生を送ることにつながります。

講演会に参加して、いま一度自身の健康や将来について考えてみませんか。男性の参加も大歓迎です。

講演会の後には、助産師・保健師による個別相談も実施します。

- **日 時** 11月23日(土・祝)10時～12時
- **場 所** 総合保健センター1階 大ホール
- **演 題** 将来の妊娠を見据えたところとカラダづくり ～プレコンセプションケアでもっとHAPPYに！～
- **講 師** 堺香奈子(八戸学院大学 健康医療学部 看護学科助教)
- **対 象** 市内の学生(高校～大学、専門学校など)とその保護者、養護教諭や性教育に関わる人、将来の妊娠について考えていきたい人など
- **定 員** 50人(先着順)
- **申込方法** 電話または申込フォームより申し込み
- **申込期限** 11月15日(金)



詳しくは
こちら



申込フォームは
こちら

11月は児童虐待・DV防止推進月間です～あなたの電話で救われる親子がいます～

【児童虐待相談】身体的、性的、心理的虐待、ネグレクト(育児の怠慢・拒否など)

八戸市こども家庭相談室 (八戸市こども家庭センター)	☎38-0704(直通) ☎こども家庭相談室 ※メール相談も受付
児童相談所 虐待対応ダイヤル	☎189(全国共通) ※24時間受付・通話無料
子ども虐待ホットライン (青森県八戸児童相談所)	☎0120-74-6552 ※24時間受付・通話無料



女性に対する
暴力根絶のための
シンボルマーク

【DV相談】配偶者や恋人、パートナーからの身体的、精神的、性的な暴力に悩んでいる人

八戸市配偶者暴力相談支援センター	☎38-7339(直通) ☎八戸市配偶者暴力相談支援センター ※メール相談も受付
DVホットライン (青森県女性相談支援センター)	☎0120-87-3081 ※24時間受付・通話無料
DV相談ナビ	☎#8008
DV相談+	☎0120-279-889 ※24時間受付・通話無料 10か国語に対応



ひとり親家庭・寡婦家庭への就学支度資金・修学資金の貸付相談を実施します 要申込

申問 こども家庭相談室 ☎38-0703

- **実施時期** 11月～7年1月
 - **対 象** 7年4月に高校・大学・専門学校などに進学する子どもがいる家庭
- ※申請書類の準備や審査に時間がかかりますので、お早めにご相談ください。



詳しくは
こちら



11月の相談・教室など

会場名の記載がない事業の実施場所は、総合保健センター(田向三丁目6-1)です。
記号の説明  オンライン相談  電話相談  面談による相談 **要申込** 申し込み必要

		名称	日時・場所	対象・定員	内容・持ち物	申込期間	申し込み先 問い合わせ先
妊産婦など	相談	はちまむ相談 (母子健康相談)   	(月)～(金) ※(祝)を除く 8:15～12:00 13:00～17:00	助産師・保健師などが妊産婦や乳幼児の保護者の心身の健康、子育てについて面談・電話・オンライン相談で応じます。 (はちまむとは、八戸のママたちを応援・相談する所です)			すくすく親子健康課 ☎38-0711
	交流会	はちまむサロン (妊産婦交流会) 要申込	15(金)10:00～12:00	妊婦と産後4か月ごろまでの産婦 ●定員 10組	妊産婦が交流する場です。 ●持ち物 母子健康手帳	前日まで	オンライン相談は、市ホームページからも申し込み可
	ケア	産後ケア事業 要申込	随時(施設受入可能日) 受託医療機関など	育児不安などのある産婦と赤ちゃん	日中の通所型や宿泊型のケア ※利用料一部負担あり	1週間前まで	
	教室	両親学級 ～初めてパパ・ママになる方へ～ 要申込	10(日) 午前の部 9:30～11:30 午後の部 13:30～15:30	出産予定日が12/23～7年4/27で、夫婦ともに八戸市に住民票がある初産妊婦とその夫 ●定員 各回24組	赤ちゃんの育て方、パパの沐浴・着替え・オムツ交換体験	10/23(水)～25(金) (先着順)	すくすく親子健康課 ☎38-0711 ☎38-0712
乳幼児	相談	赤ちゃん健康相談 	13(水) 受付 9:45～10:00 終了は12:00ごろ	生後4か月～1歳未満	身長・体重測定、子育てや離乳食についての相談 ●持ち物 母子健康手帳、バスタオル	申し込み不要	すくすく親子健康課 ☎38-0712
		よちよち健康相談 		1歳～2歳ごろ			
		2～3歳児発達相談 のびのびクラス 要申込 	21(木)9:30～15:10 (初回相談 14:00～15:10)	おおむね 2歳～3歳5か月	子どもの発達についての相談 ※来所時間は予約時にお知らせします。	2週間前まで	
		3～5歳児発達相談 あいあいクラス 要申込 	14(木)9:30～15:15 (初回相談 9:30～10:30)	おおむね 3歳6か月～5歳			
		療育相談 要申込	18(月)9:30～12:00	身体の発育、運動などに心配のある子どものための個別相談	専門医が相談に応じます。 ●持ち物 母子健康手帳、バスタオル	1週間前まで	
		栄養士による個人相談  	6(水)10:00～12:00 13:00～16:00	子どもの食生活について、栄養士が相談に応じます。なお、電話相談も随時受け付けています。			
	健診	乳児股関節脱臼検診 要申込	毎週(水) 受付 12:40～13:00 総合健診センター(田向)	生後90日～120日	●持ち物 母子健康手帳、バスタオル、「乳児健診受診票(一式)」に同封されている「股関節脱臼検診受診券」と「親と子の健康度調査アンケート」	受診希望日の3週間前まで	総合健診センター(田向) ☎70-5563
		1歳6か月児健康診査	5(火) 19(火)	5年3/26～4/9生 5年4/10～4/22生	対象者には約1か月前にお知らせします。		すくすく親子健康課 ☎38-0712
		3歳児健康診査	12(火) 26(火)	3年5/17～6/2生 3年6/3～6/22生			
	教室	すくすく離乳食教室 要申込	8(金) 午前の部 10:30～11:30 午後の部 13:30～14:30	3～5か月の赤ちゃんの保護者 ●定員 各回15組	講話、離乳食作りの見学 ●持ち物 母子健康手帳、筆記用具	1週間前までにすくすく親子健康課 ☎38-0712 母子手帳アプリ 母子モからも申し込み可	
その他	相談	不妊専門相談 要申込 	16(土)15:00～16:00	不妊や不育症で悩む夫婦など ●定員 2組	専門医が相談に応じます。	1週間前まで	すくすく親子健康課 ☎38-0714 (専用電話)
		性と健康の相談  	(月)～(金) ※(祝)を除く 9:00～16:00	性や妊娠・生殖に関することについて保健師・助産師が相談に応じます。			

