

すくすく 健やか

子どもの健康

新生児聴覚検査、産婦健康診査、新生児家庭訪問・こんにちは赤ちゃん訪問、乳幼児健康診査、小児科一覽、予防接種、産後ケア事業、産後のこころとからだの健康、乳幼児期の食育セミナー・育児相談など、子どもと歯、小児歯科一覽

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

新生児聴覚検査

生まれた時からの「耳のきこえにくさ」がないかを調べる検査です。出産した病院などで、耳の聞こえについて検査を受けましょう。(費用助成あり)

産婦健康診査

出産1か月後の健診で、お母さんの心と身体の回復について健診を受けましょう。(費用助成あり)

新生児家庭訪問・こんにちは赤ちゃん訪問

生後4か月までの赤ちゃんのいるすべての家庭に訪問し、子育てを応援しています。

主に初めての赤ちゃん、小さく生まれた赤ちゃん(新生児・未熟児訪問)

保健師または助産師等が訪問します。赤ちゃんの体重測定やお母さんの体調、授乳相談などに応じます。市外に里帰りの方は、里帰り先の市町村等に依頼することも可能です。ご相談ください。

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

主に第二子以降の赤ちゃん

こんにちは赤ちゃん訪問員が地域の育児情報などをお届けしながら、お話を伺います。

【問い合わせ】こども家庭支援課 こども若者相談担当(保健福祉センター1階) ☎82-3341(専用電話)

乳幼児健康診査

■日程/健康カレンダーまたは市ホームページをご確認ください。
■場所/保健福祉センター1階 健診諸室

お子さんの成長を確認でき、安心して子育てができるよう乳幼児健康診査を実施しています。8～10か月児健康診査のみ指定医療機関での個別健診です。直接予約してから受診してください。
※状況により内容の一部が変更になる場合があります。

事業・対象	内容
<input checked="" type="checkbox"/> 4か月児健康診査 (4か月になる月)	身体計測・腎エコー検診・診察・育児相談・離乳食の話
<input checked="" type="checkbox"/> 8～10か月児健康診査 (8か月になる日の前日～11か月になる前々日)	個別・指定医療機関
<input checked="" type="checkbox"/> 1歳6か月児健康診査 (1歳6か月になった翌月)	身体計測・診察・歯科健診・歯科相談・育児相談 栄養相談
<input checked="" type="checkbox"/> 2歳児歯科健康診査 (2歳になった翌月)	歯科健診・フッ素塗布(100円)・歯科相談 こどもの食育・育児相談・栄養相談
<input checked="" type="checkbox"/> 3歳6か月児健康診査 (3歳6か月になった翌月)	身体計測・診察・歯科健診・こどもの食育・育児相談 栄養相談・視聴覚検査

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

小児科一覽

医療機関名	電話番号	所在地	診療科目	休診日
秦野赤十字病院	81-3721	立野台1-1	内・小(他、多数)	土・日・祝(★)
独立行政法人国立病院機構 神奈川病院	81-1771	落合666-1	内・アレ・小(他、多数) ※アレ・小は要紹介状	土・日・祝(★)
宮野内科・小児科医院	81-2802	寿町5-14	内・小	日・祝 (土曜日は午後休診)
内藤医院	81-0221	寿町8-5	小・内・アレ	木・日・祝 (土曜日午後は 1時から3時診療)
すずきこどもクリニック	83-3715	大秦町1-8 トミービル2F	小・アレ	木・日・祝 (土曜日は午後休診)
関野小児科内科クリニック	84-2580	尾尻942-9	小・内	木・日・祝 (土曜日は午後休診)
中村医院	77-0813	鶴巻北1-22-10	内・小(初診不可) ※小児ワクチン、8～10か月 健診のみ初診可	月～金・祝 (日曜日は午後休診)
こが医院	88-0030	柳町1-4-12	内・小・アレ	日・祝 (木曜日は午前休診 土曜日は午後休診)
石原小児科	87-8686	柳町1-17-11	小	木・日・祝 (土曜日は午後休診)

小…小児科/内…内科/アレ…アレルギー科
(★)診療科により診療時間が異なります。詳しくは病院にお問い合わせください。

なかしん
キッズ倶楽部
特典いろいろ
会員随時募集中
HPは
こちらから
QRコード

© 中栄信用金庫

町を良く知るタクシーが
あなたの暮らしを
サポートします。
K 神奈中タクシー
KanachuTAXI
QRコード

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

あかちゃんがかきた
あかちゃんがかきた
すくすく健やか
頼りたい預けたい
親子でおでかけ
困ったときは
秦野マップ

予防接種

予防接種はお子さんを病気から守り、感染症の流行を防ぐものです。冊子「予防接種と子どもの健康」を読んで、お子さんの体調の良いときに受けましょう。予防票は医療機関予防接種を実施している医療機関は、市ホームページで確認して下さい。



予防接種時に必要なもの

- 母子健康手帳
- 健康保険証(または、住所・生年月日がわかるもの)

にあります。

定期予防接種 ※個別接種(市契約医療機関では無料です)

※市契約医療機関以外で接種を希望する場合は、接種前にお問い合わせ下さい。

種類	出生時	2か月	3か月	4か月	5か月	8か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	接種内容	接種時期	
BCG							1歳未満							1回接種	<input checked="" type="checkbox"/>	
ロタウイルス感染症	ロタリクス	①	②			24週								2回経口接種/生後6週~24週まで 1回目は14週6日まで 1回目と2回目は27日以上あける	<input checked="" type="checkbox"/>	
	ロタテック	①	②	③		32週								3回経口接種/生後6週~32週まで 1回目は14週6日まで 1回目と2回目、2回目と3回目は27日以上あける	<input checked="" type="checkbox"/>	
B型肝炎		①	②		③		1歳未満							3回接種/開始時期:生後2か月から 1回目と2回目は27日以上、1回目と3回目は139日以上あける (0歳のうちに3回接種)	<input checked="" type="checkbox"/>	
小児用肺炎球菌		①	②	③		④							5歳未満	4回接種/開始時期:生後2か月~7か月未満 初回:27日以上の間隔をおいて3回接種 追加:初回終了後、60日以上の間隔をおいて生後12か月以降に1回接種	<input checked="" type="checkbox"/>	
五種混合 ジフテリア・破傷風・百日せき 不活化ポリオ・Hib(ヒブ)		①	②	③		④							7歳6か月未満	4回接種/開始時期:生後2か月~7か月未満 初回:20日以上の間隔をおいて3回接種 追加:初回終了後、6か月以上の間隔をおいて1回接種	<input checked="" type="checkbox"/>	
麻しん・風しん (1期・2期)							[1期] 1歳以上2歳未満			[2期]				5歳以上7歳未満で 小学校就学前の1年間	各期1回接種/1期:1回接種/2期:1回接種 2期は、いわゆる幼稚園、保育所などの年長児の4/2~3/31の間に無料で接種できます。	<input checked="" type="checkbox"/>
日本脳炎(1期)									①②③					3回接種/1期初回:6日~28日間隔で2回接種 1期追加:1期初回終了後、おおむね1年あけて1回接種	<input checked="" type="checkbox"/>	
水痘(水ぼうそう)							①②							2回接種/開始時期:1歳から1歳3か月で初回接種 追加接種は初回終了後6~12か月の間隔をおいて1回接種	<input checked="" type="checkbox"/>	



わが子の接種時期
小児科の先生に聞いて子どもの接種時期を記入しておきましょう。

済んだらチェックしよう!

■ 予防接種を受けられないお子さん

- ・明らかに発熱している(体温が37.5°Cを超えている)
- ・重篤な急性疾患にかかっている
- ・予防接種を受けてひどいアレルギーを起こしたことがある
- ・その他、医師が不適当な状態と判断した場合

接種間隔にご注意!

注射生ワクチン
BCG、麻しん・風しん、水痘

27日以上あける

次の注射生ワクチンの予防接種

※就学後の予防接種は健康カレンダーなどを参照ください。

詳しくは、健康カレンダーをご覧ください。

設置場所 市役所、保健福祉センター、公民館、秦野・渋沢・東海大学前・鶴巻温泉駅連絡所など



任意予防接種 妊婦インフルエンザ予防接種…感染症予防の一つとして、接種費用の一部を補助します。詳細は10月頃の

【問い合わせ】こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604
「広報はだの」でお知らせします。

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

産後ケア事業(予約制)

赤ちゃん和妈妈の大切な時間をサポートします。
「授乳がうまくいかない」「疲れがたまっているけれど赤ちゃんが気になって休めない」「赤ちゃんのお世話の仕方がよく分からない」そんなママのお悩みに、産後ケアを利用してみませんか。



宿泊型(お泊まりケア)

ママと赤ちゃんが医療機関に宿泊してケアを受けます。

- 対象 概ね2か月までの赤ちゃん和妈妈
- 内容 ママ・赤ちゃんの身体のケア、母乳ケア、休養、育児指導、赤ちゃんのお世話等
- 費用 1泊2日 12,000円(1泊増えるごとに6,000円追加)
- 実施時間 午前10時～翌日午後2時
- 場所 アクアベルクリニック



訪問型(おうちケア)

助産師がママと赤ちゃんのいるお宅に訪問して、ケアを行います。

- 対象 1歳未満の赤ちゃん和妈妈
- 内容 ママ・赤ちゃんの身体のケア、母乳ケア、休養、リフレッシュ、育児相談、卒乳相談等
- 費用 1,800円
- 実施時間 2時間
- 場所 ひまわり助産院、助産院LunaLuna

日帰り型(お出かけケア)

ママと赤ちゃんが助産院等の施設でケアを受けます。

市直営(ぽっかぽか)

- 対象 1か月児健診後～4か月児健診終了月
- 内容 赤ちゃんとのふれあい(足のマッサージ、手遊び等)、体重測定、授乳相談(母乳ケアは不可)、育児相談、ママ同士の交流、ランチ等
- 実施日時 概ね月1回、午前10時～午後1時
- 費用 100円(別途ランチ代600円)
- 場所 保健福祉センター2階教養娯楽室

助産院

- 対象 1歳未満の赤ちゃん和妈妈
- 内容 ママ・赤ちゃんの身体のケア、母乳ケア、休養、リフレッシュ、育児相談、卒乳相談等
- 費用 2,000円
- 実施時間 4～5時間
- 場所 ひまわり助産院、助産院LunaLuna



産後ケア事業の共通事項

- 事前の申請と予約が必要(こども家庭支援課 ☎82-9604)
- 利用回数の上限は7回(宿泊型は1泊で2回とカウントし、日帰り型[市直営]は回数に含めない)
- 費用については、市県民税非課税世帯、生活保護世帯の方は利用料の減免があります。

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604



こんな使い方ができます

※利用回数の上限は7回(日帰り型[市直営]を除く)



出産 お泊まりケア ・赤ちゃんのお世話の仕方を知りたい ・しっかり休みたい 3回(2泊3日)利用 Aさん	6か月頃 お出かけケア ・赤ちゃんのミルクが足りているか心配 ・ゆっくりランチしたい 2回利用	1歳の前夕日 おうちケア ・ママの復職に向けて育児相談したい 2回利用
合計7回利用		
おうちケア ・1か月健診前に母乳ケアをしてほしい 2回利用 Bさん	お出かけケア ・母乳が出ているか相談したい 2回利用	お出かけケア ・離乳食と授乳のごと、相談したい ・夜泣きが始まった少し休みたい 1回利用
合計7回利用		

mama's voice

産後ケア事業を利用された方の話を聞きました

心身ともに疲れていたため、助かりました。

おいしいランチを食べて、たくさん話もできてリフレッシュできました。

明日からまた頑張れそうです。

久しぶりに大人とゆっくり会話ができ、ほっとしました。

授乳がうまくいかず悩んでいましたが、指導してもらえたことで自信ができました。

産後のこころとからだの健康

産後は、急激なホルモン分泌の変化や、慣れない育児、睡眠不足などにより、こころやからだの不調を感じやすくなっています。家族のサポートを受けたり、地域の子育てサービスを利用したりして、無理をしないようにしましょう。

● パパやご家族の方へ ●

赤ちゃんは昼夜を問わずよく泣きます。ママの健康を守るためには、パパや家族の力が必要です。ママの話に耳を傾け、それが否定的な内容であったとしても「大変だったね」と受け止めてあげてください。ママが安心できるのは、ひとりじゃない、一緒に子育てしていると思えることです。また、赤ちゃんとの慣れない生活で、ママだけでなく、気持ちが落ち込んでしまうパパもいます。「頑張っているね」、「毎日お疲れ様!」、お互いに感謝の気持ちを伝えましょう。それでも子育てが大変だと感じるときは、周りの人にSOSを出してください。

[問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

乳幼児期の食育セミナー・育児相談など



秦野市食育キャラクター
「ボンチヌ」

お子さんの健康や子育てに役立つ情報や、離乳食情報など、お母さんお父さんも楽しめるいろいろな講座を開いています。ぜひこの機会に参加してみたいかがでしょうか！
詳しい日程や時間、会場についてはお問い合わせください。健康カレンダーまたは市ホームページでもご案内しています。

5分でわかる
離乳食のコツ！
初めての食育



離乳食のコツやポイントを動画で紹介しています。

離乳食セミナー

スタート編 「固さはどれくらい？」「どのようにあげればいいの？」といった疑問を解決し、離乳食を楽しむためのヒントがたくさんのご講座です。

- 対象 4か月～6か月のお子さんとその家族
- 場所 保健福祉センター 2階 教養娯楽室
- 日程 月1～2回開催

ステップアップ編 2回食や3回食への進め方、離乳食の形態の目安など、離乳食のポイントが詰まった講座です。

- 対象 7か月～10か月のお子さんとその家族
- 場所 保健福祉センター 2階 教養娯楽室
- 日程 年5回開催



予約制



幼児食と歯のセミナー

歯が生えてきて、色々なものが食べられるようになると、食事やむし歯の心配も出てきます。生活リズムや歯磨きのポイントを知るチャンスです。

- 対象 11か月～1歳3か月のお子さんとその家族
- 場所 保健福祉センター 2階 教養娯楽室
- 日程 月1回開催（4月、7月、9月、12月は除く）



予約制

ニコニコぎっず相談

お子さんのからだの発育発達、食事や言葉のことなど、子育てで心配なことを相談できます。

- 対象 就学前までのお子さん
- 場所 保健福祉センター1階 健診諸室
- 日程 月1回開催

[上記セミナー・育児相談の問い合わせ] こども家庭支援課 親子健康担当(保健福祉センター1階) ☎82-9604

ブックスタート

赤ちゃんとお母さん
心ふれあうひとときを…。



ブックスタートは、絵本をきっかけに赤ちゃんとお母さんのふれあいを応援する取り組みです。4か月児健康診査の会場で絵本をプレゼントしながら、赤ちゃんとの絵本の楽しみ方をご紹介します。おすすめの絵本のリストもお渡ししています。赤ちゃんの幸せを願い、赤ちゃんが健やかに成長することを地域のみなんで応援しています。

図書館へ来てみませんか

おはなし会の開催

ボランティアの方の協力により、次のようなおはなし会を開催しています。

- ① 赤ちゃんといっしょのおはなし会
月に1回開催しています。絵本や手遊びを交えた参加型のおはなし会です。
- ② 子ども向けのおはなし会
月に3～5回開催しています。秦野市の民話や季節にあわせてのおはなし会や、上智短期大学の学生による英語のおはなし会も開催しています。

お楽しみ袋・おまかせセット

どんな本を選んだらいいかわからない時、図書館スタッフがお子さんの年齢や乗り物や動物といったようなテーマに合った本を選び、中がわからないように袋につめて本のお楽しみ袋(おまかせセット)として貸出を行っています。

子ども向けイベント

子どもたちの好奇心を刺激する図書の企画展示や図書館の裏側を見学できる図書館探検、親子で楽しめる映画会など楽しいイベントを行っています。

開館時間 水・木・金・土・日曜日 午前9時～午後7時
火曜日・祝日 午前9時～午後5時

休館日 月曜日(祝日と重なったときは開館、翌日以降の最初の平日が休館日)
資料整理休館日(おおむね毎月最後の金曜日)
年末年始・その他

ぜひご家族で図書館へお越しください。

詳しくは、図書館のホームページや広報はだの等でご確認ください。 [問い合わせ] 図書館 ☎81-7012



知っとう
コラム

スマホ時代の子育て

- 日本小児科医会では「メディア漬けの予防は乳幼児から」として、2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えること、すべてのメディア接触は1日2時間までを推奨しています。
- 同じ光の明るさでも、大人より子どものほうが光を感じやすく、夜更かしの傾向が強くなります。
- 寝る前には、スマホなどの明るい光や動画を見るのはやめ、絵本を読む等、親子でおだやかな時間を過ごすようにしてみてください。

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。

子どもと歯

子どものむし歯予防は

「歯みがき」「正しい食生活」「定期的な受診」の3つが大事です。
 生後半年を過ぎると下の前歯が生え、3歳前後で乳歯(20本)が生えそります。
 6歳前後になると下の前歯から生え変わり、一番奥の歯は生え変わりでなく「第一大臼歯(6歳臼歯)」、12歳前後に第二大臼歯(12歳臼歯)が生え全部で28本の永久歯が生えます。
 下の乳前歯が生えはじめたら、ガーゼや綿棒で歯をやさしくぬぐい、上下乳前歯が生えそったらやさしく歯ブラシでみがき、食後の歯みがきを楽しく習慣化していくことがポイントです。

むし歯を放っておくと…

「乳歯がむし歯になっても、生えかわるから」とむし歯を放置すると、永久歯にも影響が出ます。
 重症化した乳歯の根の先に膿がたまり、下に埋まっている永久歯の成長を妨げることがあります。
 また、乳歯は永久歯が生えてくる場所の確保という大切な役割があります。乳歯をひどいむし歯にしたり、早い時期に失ってしまうと、隣の歯が空いたスペースに移動してしまい、永久歯の生えるスペースがなくなって、歯並びが乱れたり、永久歯が生えてこない場合があります。

むし歯の治療方法

たとえむし歯になっても、おいしく食べたり、楽しくおしゃべりができるように、それぞれの子どもに合ったケアを行うことが大切です。

歯医者さん=痛い・怖い、でなくなるよう、定期的に検診を受け、予防するとともに、正しい歯みがきをする習慣をつけましょう。子どもが安心して歯科医院に通うには、「歯医者さんはこわいところ」だというイメージを植えつけないことが大切です。「歯医者さんは痛い歯を治してくれるところ」と教えてあげてください。

予防のためにフッ素を塗ることも有効です。市販のフッ素入り歯みがき粉の使用も有効です。子どもの正しい成長をうながすためにも、定期的に歯医者さんに行きましょう。

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、むし歯菌はいません。それなのに、なぜむし歯になってしまうのでしょうか？ それは、いつも身近で世話をするとおとなからむし歯菌がうつってしまうのです。特に、1歳半から3歳ぐらいの間は、子どもの口にうつったむし歯菌が定着しやすい時期と言われています。逆に、3歳ごろまでむし歯菌の感染をできるだけ少なくし、砂糖をひかえてむし歯菌を増やさないようにすることができれば、他の善玉の常在菌が口の中に住みついて、その後もずっとむし歯になりにくくなります。お子さんにむし歯がなるべくうつらないように、次のことに注意しましょう。

☆自分のむし歯治療をし、歯みがきをしっかりと、自分たちの口内むし歯菌を減らしておくことが大切です。

☆大人が一度口に入れたものを食べさせたり、大人が使った箸やスプーンで、なるべく赤ちゃんに食事をさせないように注意しましょう。



小児歯科一覧

医療機関名	電話番号	所在地	休診日
あかつき矯正歯科クリニック	0463-82-8749	秦野市緑町17-40	月・日曜(第1除く)・祝日
奥津歯科医院	0463-81-0034	秦野市寿町8-9	木・日曜・祝日 (土曜日は午後休診)
さとう歯科医院	0463-84-6288	秦野市尾尻942-5	金・日曜・祝日
田中歯科医院	0463-81-0565	秦野市桜町1-10-15	日曜・祝日 (木曜日は午後休診)
平野歯科医院	0463-83-0081	秦野市曾屋1-5-6	日曜・祝日 木・土曜午後
おち歯科・矯正歯科医院	0463-84-6739	秦野市尾尻871-11	水・日曜・祝日
かわしま歯科医院	0463-75-8618	秦野市堀川667	木・日曜・祝日
くさやま矯正歯科&小児歯科	0463-81-7880	秦野市平沢1455	月・金・日曜・祝日
こいずみ歯科・矯正・歯科口腔外科	0463-57-8580	秦野市今川町2-15 リバーサイド小泉201	第1・第3・第5木・日曜・祝日
渋谷歯科医院	0463-81-0603	秦野市寿町3-11	木・日曜・祝日
平沢歯科医院	0463-84-0800	秦野市平沢1152-1	日曜・祝日 (土曜日は17時まで)

F

平野 歯 科 医 院

小児歯科 口腔外科 一般歯科

月火水金 10:00~12:30
14:30~18:00

木曜土曜 午後休診
日曜祝祭日 休診

秦野市曾屋 1-5-6
0463-83-0081

『お子様の健やかな成長を“お口”から』お気軽ご相談下さい。

※市外局番は、特に表記がない場合すべて「0463」です。