

すくすく 健やか

こどもの健康

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、産後のこころとからだの健康、乳幼児健康診査、小児科一覽、産後ケア事業、予防接種、乳幼児期の食育セミナー・育児相談など、守ってあげたいこどもの歯、小児歯科一覽

済んだら
チェックしよう！

☐ 新生児聴覚検査 費用助成あり

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。

☐ 産婦健康診査 費用助成あり

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。

【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)

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。産後ケア(P18,19参照)を利用したり、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!」と、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

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
☒ 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 ※ブックススタートについては、23ページをご覧ください。
☒ 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
☒ 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
☒ 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
☒ 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) ※原則、紹介状が必要	土・日・祝(★)
宮野内科・小児科医院	81-2802	寿町5-14	内・小	日・祝 (水・土は午後休診)
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	木・日・祝 (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。

※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をして、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(希望者のみ別途ランチ代)
- 場所 市ホームページで確認してください。

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

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

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

おうちケア

- ・卒乳の相談をしたい

2回利用

合計7回利用

mama's Voice

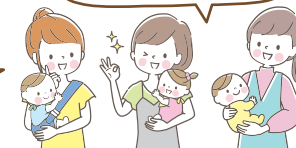
産後ケア事業を利用された方のお話を聞きました

心身ともに疲れていたもので、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て、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。

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

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。

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ください。

にあります。



予防接種時に必要なもの

- ☐ 母子健康手帳
- ☐ マイナ保険証、資格確認書または住所・生年月日がわかるもの

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ください。

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	対象(無料で受けられる)期間 目安にしたい期間	接種内容	わが子の接種時期 小児科の先生に聞いてこどもの 接種時期を記入しておきましょう。
BCG							1歳未満								1回接種	☒
ロタウイルス 感染症		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	☒
		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	☒
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)	☒
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	☒
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	☒
麻しん・風しん (第1期・第2期)							[第1期] 1歳以上2歳未満			[第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／第1期：1回接種／第2期：1回接種 第2期は、いわゆる幼稚園・保育所などの年長児の 期間に無料で接種できます。	☒
日本脳炎(第1期)									①②③				生後6か月から 7歳6か月未満		3回接種／第1期初回：6日～28日間隔で2回接種 第1期追加：第1期初回終了後、おおむね1年あけて1回接種	☒
水痘(水ぼうそう)							①②						生後1歳から3歳未満		2回接種／開始時期：1歳から1歳3か月で初回接種 2回目は初回終了後6～12か月の間隔をあける	☒

■ 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℃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

健康カレンダー



【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。

乳幼児期の食育セミナーと育児相談



秦野市食育キャラクター
「ボンチウス」

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はかがでしょうか！
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か」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6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 年8回開催



予約制

ニコニコきずり相談

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

七田式
SHICHIDA
秦野教室
秦野市寿町4-16 宇山ビルディング201

子供の才能を引き出す、七田式教室。

赤ちゃん
～0歳5ヶ月

幼児
0歳6ヶ月～6歳

幼児英語
0歳6ヶ月～6歳
※小学生コースも
ございます

体験
レッスン
受付中

サポートブックご持参の方のみ
**赤ちゃん無料体験
相談会(30分)プレゼント!**
(ご予約方法)
TEL: 0463-82-6464 / 080-2581-1574
Mail: shichidahadano@gmail.com
「サポートブックを見た」とお伝えください

ブックスタート

赤ちゃん
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和家人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の読み聞かせの体験とともに、赤ちゃんとの絵本の楽しみ方をご紹介します。家庭ですぐに絵本をひらいて楽しめるよう、絵本をプレゼントします。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んなで応援しています。

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 こ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たおはなし会や、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。

こども向けイベント

こ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



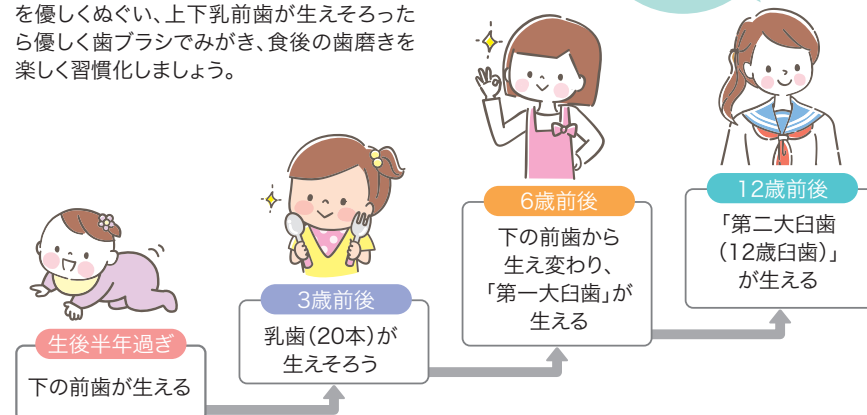
見直しましょう メディア漬け

- 日本小児科医会では、2歳まではスマホ、タブレットなどの視聴は控えること、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。
- 適切にメディアを利用できるようにルールを決め、こどもの発達に影響がでないように大人が心がけていくことが大切です。

守ってあげたいこどもの歯

歯の生え変わり

下の乳歯が生え始めたら、ガーゼや綿棒で歯を優しくぬぐい、上下乳前歯が生えそろったら優しく歯ブラシでみがき、食後の歯磨きを楽しく習慣化しましょう。



「乳歯がむし歯になっても生え変わるから大丈夫」ではありません！

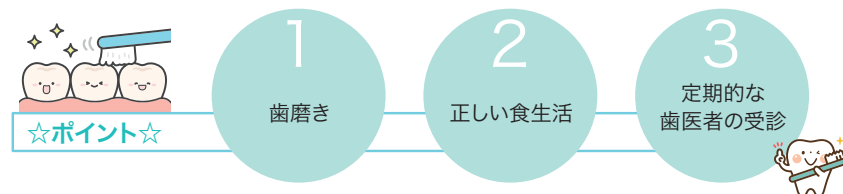


むし歯が重症化した乳歯の根に膿がたまり、下に埋まっている永久歯の成長を妨げることがあります。また、乳歯は永久歯が生えてくる場所の確保という大切な役割があります。乳歯をひどいむし歯にしたり、早い時期に失うと乳歯が移動してしまい、永久歯の生えるスペースがなくなり、歯並びが乱れたり、永久歯が生えてこない場合があります。

むし歯の治療と予防



歯医者さんで定期的に治療を受け、予防するとともに、正しい歯みがきを習慣づけましょう。こどもが安心して歯医者さんに通うには「歯医者さんは怖いところ」というイメージを植え付けないことが大切です。フッ素を塗ることや市販のフッ素入り歯みがき粉の使用も有効です。大人からむし歯菌がうつることもあります。1歳半から3歳ぐらいの間はうつったむし歯菌が定着しやすいです。大人が一度口に入れた食べ物を食べさせないことや、大人が使った橋などで赤ちゃんに食事をさせないようにし、砂糖を控えてむし歯菌を増やさないようにしましょう。



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	82-8749	秦野市緑町17-40	月・日曜(第1除く)・祝日
奥津歯科医院	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	84-6288	秦野市尾尻942-5	金・日曜・祝日
田中歯科医院	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	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	84-6739	秦野市尾尻871-11	水・日曜・祝日
かわしま歯科医院	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	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	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	81-0603	秦野市寿町3-11	木・日曜・祝日
平沢歯科医院	84-0800	秦野市平沢1152-1	日曜・祝日 (土曜日は17時まで)

G

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。