

## 切れ目のない子育て支援

### 妊娠が分かったら

- ・母子健康手帳を交付（全員に面談を実施）
- ・妊婦健診・歯科健診
- ・プレママサロン・つどいの広場など

### 赤ちゃんが生まれたら

- ・出生届
- ・児童手当を交付（中学校卒業まで）
- ・子ども医療費の助成（18歳まで） **↓↓トページ**
- ・新生児訪問指導（生後28日未満）
- ・こんにはは 赤ちゃん訪問（4か月児健診までに）
- ・乳児一般健診（生後1か月～1歳未満）
- ・4か月児健診（絵本をプレゼント）
- ・乳児後期健診（生後9か月～1歳未満）
- ・パパっこクラブ・子育てサロンなど

### 子どもが1歳に

- ・1歳6か月児健診
- ・2歳6か月児歯科健診
- ・3歳6か月児健診
- ・就学時健診
- ・市のオリジナルランドセル配布

### 小学校入学



◀毎年12月頃、新小学一年生に市のオリジナルランドセルを配布しています。

## 【特集】

# 子育てに安心を



### ピックアップ

## 子ども医療費助成の対象 4月から18歳までに拡大



市は、子どもや若者の健やかな成長を支えることが、全ての世代の安心と活力につながるとして、子ども医療費助成の対象を、4月から高校卒業年齢までに拡大します。所得制限はありません。

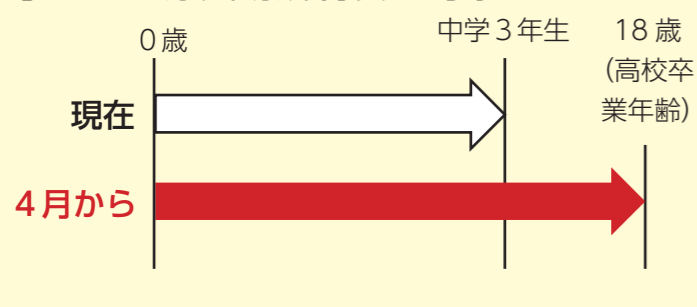
子ども医療費助成は、子どもの入院・通院の医療費の一部を助成するもので、現在、市では中学生までが対象です（下グラフ）。

助成を受けるには医療証の交付申請が必要です。申請書は1月上旬に対象者に郵送していますので、まだの人はお早めに申請ください（現在、医療証をお持ちの人は申請不要です）。

### ★ひとり親家庭の医療費助成は対象が22歳までに

4月から、ひとり親家庭の医療費助成制度も対象が拡大し、大学などの教育機関に在学する19歳～22歳の学生とその保護者になります（所得制限あり）。

### 子ども医療費助成制度の対象者



市では、安心して子育てできるように、親子の健康増進や育児支援に取り組んでいます。

母子の健診や、赤ちゃん訪問など相談事業の充実によって、切れ目のない子育て支援を目指しています。

今年度から母子健康手帳の交付時に、全員に面接を実施するようにしました。来年度からは、子ども医療費助成の対象者を18歳までに拡大するなど、更なる支援の充実を進めています。

市の子育て支援の取り組みなどを紹介します。

# 妊娠が分かったら

〜子育ての前に知っておこう〜



## ★母子健康手帳

〜今年度から全員に

面談を実施〜

産婦人科で妊娠の確定診断を受けたら、市役所1階・保健福祉課で母子健康手帳の交付を受けましょう。

母子健康手帳は、お母さんの健康状態や、子どもの成長・発達を記録しておく大切な手帳です。外国人の人に



は、外国語版もあります。今年度から、手帳の交付時に保健師または助産師が面談し、母子健康手帳の使い方や妊娠中の生活・食事についての説明などを行っています。安心して出産、子育てが

# 子どもが生まれたら

〜何でも気軽に相談しよう〜

## ★出生届

赤ちゃんが生まれたら、出生日を含め14日以内に、出生届を提出してください。

## ★国民健康保険

国民健康保険に加入している世帯で赤ちゃんが生まれたとき、国民健康保険の加入が必要となります。出生届の提出と合わせて国保年金

## ★保健師・助産師が 家庭を訪問

保健師や助産師が赤ちゃんのいる家庭を訪問しています。発育や栄養などについての育児相談に応じていますので、お気軽にご相談くだ

課の窓口で届け出ましょう。  
※国保以外の場合はそれぞれ加入の健康保険に届け出ましょう。

## ★妊婦健診

〜費用の助成〜

母子手帳交付時に、妊婦健診の受診券（14枚）を交付します。受診券があれば健診の費用の助成が受けられます。大阪府内の医療機関で使用できます（府外で受診した場合は還付制度あり）。

## ★妊婦歯科健診

母子手帳交付時に、妊婦歯科健診の受診券を交付します。市内の歯科医療機関で無料で歯科健診を受けられます。

## ★電話相談

・家庭訪問

保健師や助産師が、妊娠中の健康のことや悩みごとの相談に応じます。ご希望により家庭訪問もしています。まずは気軽にお電話ください（保健福祉課 ☎06(6383)1386）。

さい。

◎新生児訪問指導 〓 生後28日未満の子どもがいる家庭

◎こんにちは赤ちゃん訪問 〓 生後4か月児までの子どもがいる家庭（全戸訪問）

◎未熟児訪問指導 〓 生まれた時の体重が2千500グラム未満または入院治療や養育を必要とする子どもがいる家庭

◎訪問指導 〓 4か月児健診後、就学前の子どもがいる家庭

## ★児童手当

0歳から中学校修了（15歳に達する日以後最初の3月31日）前の子どもを養育している人に支給される手当です。出生届の提出と合わせて、子育て支援課で手続きをします。

支給額 〓 3歳の誕生日まで 〓 月額1万5千円 〓 3歳以上 〓 月額1万円  
※第3子は3歳〜小学校修了前まで月額1万5千円  
※所得制限限度額を超える場合は一律5千円



## ★プレママサロン

年に12回、コミュニティプラザ、鳥飼保育所、べふこども園で「プレママサロン」を開催しています。

それぞれ2回の講座で、妊娠中の生活、お産の経過、育児について、食事についてなどが学べます。先輩ママや赤ちゃんとの交流会も開催していますので、お友達づくりにも活用できます。男性も参加できます。日程などについては、市ホームページや広報紙27ページでお知らせしています。



（保健師からアドバイス）

## 妊娠中に 出掛けてみましょう



「市で開催しているプレママサロン（右記で紹介）では、妊娠しているママと友達になることもできます。プレパパの参加も歓迎です。妊婦体験ジャケットで、ちょっぴりママの気持ちを知ってもらえるかも。

つどいの広場（10ページで紹介）など、妊娠中からの参加も大歓迎です。

インターネットや雑誌などで子育て情報を学んだりすることも良いですが、友達との何気ない会話は、気持ちがぐっと楽になりますよ！

（助産師からアドバイス）

## 気軽に 相談してくださいね



「妊娠中や出産後は、ホルモンバランスの変化や睡眠不足などで疲れが出やすい時期です。不安やつらい気持ちなどは、健診や市の赤ちゃん訪問などの際に気軽にお話くださいね。

赤ちゃんのことでなくても結構です。自分の健康状態や気持ち、気になることなど、何でも話してみてください。

地域にも子育ての相談ができる場所がありますので、ぜひ足を運んでみましょう（相談窓口一覧を11ページに掲載。）

## ★パパっこクラブ

パパが子育てについて学んだり、親同士で交流したりできる親子教室「パパっこクラブ」を年に2回、春と秋に実施しています。5回の連続講座で、パパが参加しやすいようにと隔週土曜日の開催です。



体を使った親子遊びを保育士と一緒に楽しむほか、パパたちが案を出し合っ、活動内容を決めていきます。参加者同士で交流できるだけでなく、今までに参加した先輩パパとの交流もあり、パパ同士のつながりの輪が広がります。

本広報紙27ページで募集しますので、ご確認のうえ申込みください。次は4月に募集予定。

# 健診・予防接種 ・離乳・緊急時は

## ★健診を受けましょう

健康に育っているか、病気はないかなどを確認する健診。対象月に受診するよう心掛けましょう。  
乳児一般健診の受診票は母子健康手帳別冊にとじ込んであります。ほかは健診前に対象者に個別通知します。



## (保健師からアドバイス) 歯の健診も忘れずに



「健診は子どもの発育・発達の節目を確認する大事な機会です。健診日については、市から通知しますので、忘れずに受診してください。ご案内日で都合の悪い場合はご連絡ください。次回をご案内します。」

1歳6か月児の歯科健診では、虫歯のある子どもは0.6%でしたが、2歳6か月児では7.9%、3歳6か月児では17%と、年齢が上がるごとに増えています。規則正しい生活リズムで、健康な歯を育てましょう」

## ◎ブックスタート

4か月児健診では、親子のふれあいや子どもの発育促進のため、絵本の配布を行っています。読み聞かせも体験できます。



## ★健診の種類

名称	対象	備考
乳児一般健診	生後～1歳未満児	府内の医療機関
4か月児健診	4～5か月児	保健センター
乳児後期健診	生後9か月～1歳未満児	府内の医療機関
1歳6か月児健診	1歳6か月児	保健センター
2歳6か月児歯科健診	2歳6か月児	保健センター
3歳6か月児健診	3歳6か月児	保健センター

## ★予防接種の種類

ワクチン名	接種年齢	接種回数
ヒブ	生後2か月以上5歳未満	1～4回(初回接種の年齢によって異なる)
小児用肺炎球菌	生後2か月以上5歳未満	1～4回(初回接種の年齢によって異なる)
四種混合(DPT+不活化ポリオ)	生後3か月以上7歳6か月未満	1期初回 3回 1期追加 1回
二種混合(DT)	11歳以上13歳未満	1回
BCG	1歳未満	1回
MR(麻しん風しん)1期	1歳以上2歳未満	1回
MR(麻しん風しん)2期	年長児(小学校入学前の1年間)	1回
水痘(水ぼうそう)	1歳以上3歳未満	2回
日本脳炎	生後6か月以上7歳6か月未満	1期初回 2回 1期追加 1回
日本脳炎2期	9歳以上13歳未満	1回
HPV(子宮頸がん予防ワクチン)	小学校6年～高校1年相当	3回



子どもを病気から守ってくれる予防接種。接種期間が決まっているので、忘れずに必ず受けるようにしましょう。

## ★予防接種を忘れずに

## (保健師からアドバイス) かかりつけ医を見つけましょう



「予防接種の種類も回数も複雑になっています。相談時には、母子健康手帳を見せていただくとスムーズです。」

初めての予防接種を受ける機会に、今後、長くお世話になる小児科を決めてはいかがでしょうか。予防接種も、普段の健康状態をよく知る、かかりつけ医で接種すれば、何かと安心です」

## ★離乳のススメ

離乳は生後5～6か月頃から始めていくのが一般的ですが、あせらずその子のペースで離乳を進め、一緒に食べることを楽しみましょう。市の講習会なども利用できます。



★離乳食講習会(前期・中期・後期食) 先着25人

★後期食講習会(満8か月～12か月児)

先着15人※一時保育あり

※場所はいずれもコミュニティプラザ・調理実習室です。開催日については、本広報紙27ページに毎月掲載。

## (栄養士からアドバイス) 食べる楽しみを伝えましょう

「離乳食は生涯の食の健康づくりへの第一歩です。食べる機能(飲み込む・かむなど)を育む期間というだけでなく、食べる楽しみもたくさん伝えていきましょう。」

4か月児健診時に、手軽に作れる離乳食のメニューの冊子をお渡ししています。また、離乳食講習会(右記で紹介)も開催しています。参加者は皆さん、離乳食づくり1年生です。お母さん同士で交流しても楽しいですよ」

## 救急車? 病院? 迷ったときは

### 救急安心センター おおさか

# 7119 (携帯電話・NTTのプッシュ回線)

06-6582-7119 (ダイヤル回線やIP電話など)

突然の病気やケガで救急車を呼ぶべきか迷ったとき、相談できる救急医療相談窓口。24時間365日。

### 小児救急電話相談

# 8000 (携帯電話・NTTのプッシュ回線)

06-6765-3650 (ダイヤル回線やIP電話など)

休日・夜間の急な子どもの病気の対処や、病院の診療を受けた方がいいのかなど判断に迷ったときに、相談ができます。午後8時～午前8時365日。

## 応急処置



### ●発熱

熱が出て食欲があり、機嫌がよく、よく眠れるなら慌てる必要はありません。温めすぎないようにして、おでこを冷たいタオルで冷やし、心地良い環境をつくってあげましょう。

脱水症状を起こしやすいので、水分補給はこまめにしあげ、様子を見て小児科を受診しましょう。

### ●下痢やおう吐

下痢でもほかに何の症状も見られず、機嫌よく、体重の増えも良いのであれば、特別な治療は必要ありません。熱やおう吐、機嫌が悪い、食欲がないなどの場合は早めに受診しましょう。また、激しい下痢やおう吐をくり返す場合は、脱水症状を起こす危険もあるので、水分補給に気を配りましょう。

### ●鼻血

子どもは鼻をいじったり、打ったりしてよく鼻血を出します。鼻に詰め物をせずに指で圧迫するのがポイントです。

子どもを抱っこするか座らせ、頭を少し下げ鼻をつまむように押えます。鼻のまわりを冷たいタオルで冷やすと血管が収縮してよ

り止血しやすくなります。

### ●頭を打った

頭を打っても、大声で泣き、泣いた後の機嫌が良い場合は心配ありませんが、意識がない場合や繰り返し吐く場合は早急に小児科または脳外科で受診しましょう。

### ●けいれん

まずは落ち着いて衣服などをゆるめ、楽に呼吸ができるように寝かせます。からだをゆすったり、無理にけいれんを止めようとしてはいけません。けいれんが激しく続いたり、ひどい下痢やおう吐などの症状を伴ったりする場合は、すぐ受診しましょう。

### ●やけど

水道水やシャワーなどの流水で痛みがなくなるまで患部を冷やします。やけどの程度は「広さ」「深さ」「部位」によって決まります。必要時には受診しましょう。水ぶくれは感染の危険があるのでつぶさないことが大切です。

※日曜・祝日などに子どもが体調を崩した際には、市立休日小児急病診療所や高槻島本夜間休日応急診療所(17ページ)が利用できます。

▲急病の時は慌ててしまいます。目立つ所に貼ったり、携帯電話に登録しておくで安心です。

# 相談窓口

## ◎健康育児相談

連絡先：保健福祉課 ☎ 06-6383-1386  
 内容：乳幼児（0～6歳）の育児に関する相談に、保健師・栄養士が応じます（要予約）。身体計測も実施（予約不要）  
 場所：保健センター1階  
 相談方法：面談  
 日時：毎月第3木曜日午前10時～11時（本広報紙26ページに毎月掲載）  
 ※保健福祉課で随時、電話相談や面談を実施

## ◎子育て相談

連絡先：地域子育て支援センター ☎ 072-631-9676  
 内容：保育士による子育て相談。離乳食のことや、断乳、トイレトレーニング、睡眠のことなど何でも結構です  
 場所：子育て総合支援センター  
 相談方法：電話相談・面談  
 日時：平日午前9時～午後5時半、土曜日午前9時～12時

## ◎家庭児童相談

連絡先：家庭児童相談室 ☎ 072-631-9633  
 内容：しつけについての悩みや、子育てがづらくなったなど、18歳までの子どもに関する育児や発達の相談  
 場所：子育て総合支援センター  
 相談方法：電話相談・面談  
 日時：平日午前9時～午後5時15分

## ◎女性のための相談

連絡先：男女共同参画センター・ウィズせつ相談室 ☎ 06-4860-7114  
 内容：女性のための相談（総合相談（DV含む）、面接相談、法律相談）  
 ※相談時の一時保育あり  
 場所：男女共同参画センター  
 相談方法：電話相談・面談  
 日時：本広報紙15ページに毎月掲載

## ◎教育相談

連絡先：おなやみ相談電話 ☎ 072-637-0783  
 内容：不登校・いじめ、友人関係、親子関係、就学・進学などの相談に応じます  
 場所：教育センター  
 相談方法：電話相談・面談  
 日時：平日午前9時～午後5時

## ◎にんしんSOS（大阪府）

連絡先：☎ 0725-51-7778  
 内容：思いがけない妊娠に悩むあなたによりそって、必要な正しい情報を伝えます  
 相談方法：電話相談  
 日時：平日午前10時～午後4時

## ◎吹田子ども家庭センター（大阪府）

連絡先：同センター ☎ 06-6389-3526  
 内容：「家庭での子育てが困難」など、子どもの非行、虐待などに関する相談  
 場所：吹田子ども家庭センター  
 相談方法：電話相談・面談  
 日時：平日午前9時～午後5時45分

## ◎茨木保健所（大阪府）

連絡先：茨木保健所 ☎ 072-624-4668  
 内容：小児慢性特定疾患、不妊治療の公費負担申請窓口（所得により一部負担あり）。希望者には療育などの相談  
 場所：茨木保健所  
 相談方法：電話相談・面談

## ◎妊産婦こころの相談センター（大阪府）

連絡先：同センター ☎ 0725-57-5225  
 内容：妊娠中や産後に、こころが不安定になることは珍しくありません。専門の相談員がお話をうかがいます  
 日時：平日午前10時～午後4時

## ◎児童虐待相談

連絡先：児童相談所全国共通ダイヤル ☎ 189  
 内容：児童虐待かもと思ったら、すぐにお電話ください  
 相談方法：電話相談  
 日時：24時間365日

# 交流しませんか ～子育ての悩み相談も～

市内には、親子で集える広場やサロンなどがたくさんあります。気軽に子育て相談もできます。妊娠中から参加できる場所も。ほかにも、幼稚園や保育所で園庭開放や親子教室を実施しているところがあるので、近所があれば問い合わせてみましょう。

### 【地域子育て支援センター利用者の声】

友達や保育士さんから、子育ての情報がたくさん聞けるので、役立っています。



親も子どもも同じ世代の友達ができました。友達と日頃の悩みも共有できます。

引っ越してきたばかりでしたが、友達ができました。子どもも安心して遊ばせられます。



### ●地域子育て支援センター



毎週月～土曜日午前10時～午後4時（木曜日は正午開始、土曜日は正午終了）、乳幼児と保護者が集い、遊びや交流ができる「親子ひろば」などを開催しています。

問合せ 同センター ☎ 072 (631) 9676 へ

### ●かるがも広場（べふこども園内）

毎週月・火・木・金曜日午前10時～午後4時（金曜日は正午開始）、乳幼児と保護者が集って遊べます。

問合せ 同広場 ☎ 06 (6349) 1800 へ

両施設のそのほかの催しについては、子育てのページ（P26～27）で紹介しています。

### ●つどいの広場



ちいさなおうち



摂津ひかり保育園

親子で遊びながら交流できます。保育士などに子育て相談も可。どの広場も、赤ちゃん対象の日が設けられており、赤ちゃん親子や妊婦さんも参加できます。

実施施設	とき	問合せ
摂津ひかり保育園	毎週月～金	072-650-0123
ちいさなおうち	毎週月※～㊥	06-7503-2515
とりかいひがし遊育園	毎週月～金	072-654-8041
正雀愛育園	毎週月※金	06-6382-2600
千里丘愛育園	毎週月※金	06-6387-7172
一津屋愛育園	毎週月～金	06-6340-2107
せつつ遊育園	毎週月～金	06-6382-0307

※いずれも午前10時から（正雀愛育園・せつつ遊育園は午前9時半から）。詳しくは各施設へ

### ●子育てサロン



鳥飼東小学校区



別府小学校区

自治会やボランティア、民生児童委員などで構成する校区等福祉委員会が運営しており、地域の人と交流もできます。

校区	場所	とき
味舌	デイハウスました	第4水曜日
別府	あいあいホール別府	第4水曜日
味生	味生公民館	第1水曜日
鳥飼西	ゆうゆうホール鳥飼西	第4水曜日
鳥飼北	新鳥飼公民館	第1火曜日
鳥飼	さわやか広場とりかい	第2水曜日
鳥飼東	鳥飼東公民館	第1木曜日

※いずれも午前10時～（味生校区は午前10時半～）、詳しくは社会福祉協議会 ☎ 06 (4860) 6460 へ