



昭和町



出産 & 子育て
応援プラン
ノート

〈妊娠中～乳幼児期 編〉



母の氏名：

出産予定日： 年 月 日

子どもの氏名：

お誕生日： 年 月 日



昭和町子育て世代 包括支援センター



妊娠・出産・子育て期の 切れ目ない支援

妊娠中	出産	生後2か月	生後4か月～1歳	1歳7～8か月	2歳1～2か月	3歳2～3か月	～就学
-----	----	-------	----------	---------	---------	---------	-----

母子手帳交付 母親学級・両親学級	おめでとうコール 育児学級 乳児訪問	4か月・7か月・ 10か月・12か月健診	1歳6か月児 健診	2歳児歯科検診 (フッ素塗布)	3歳児健診	就学時健診 (就学相談)
---------------------	--------------------------	-------------------------	--------------	--------------------	-------	-----------------

母子保健事業とサポート体制

＜受診票交付＞

- 妊婦一般健康診査受診票
- 妊婦歯科検診受診票
- 産婦健康診査受診票
- 新生児聴覚検査受診票

乳児一般健康診査受診票交付
(7か月・12か月健診で使用)

予防接種手帳交付

すくすく相談 (発育・栄養相談)・のびのび相談 (発達相談)

産前産後ケアセンター (※宿泊型：生後4か月まで)

随時 電話相談・所内相談・訪問・ 養育支援家庭訪問事業、ファミリーサポート

連携機関：【町の協働支援部署】子育て支援課(ファミリーサポート ・児童館等)・学校教育課・福祉介護課・町民窓口課 等

連携機関：【外部連携機関】医療機関・産前産後ケアセンター ・保育園・学校・児童相談所・療育機関 等



あなたの出産応援プラン ～ (妊娠期編)

応 援 プ ラ ン				
目 標	ご自身でできること	ご家族の方	町のサポートの内容	利用の目安 / 場所
<input type="checkbox"/> 妊娠中の健康管理ができる <input type="checkbox"/> 家族みんなで安心して出産をむかえる	<input type="checkbox"/> 母子健康手帳（親子健康手帳）を読みましょう <input type="checkbox"/> 健診を定期的に受けましょう <input type="checkbox"/> 日常生活を振り返りましょう（食事・生活リズム・適度な運動） <input type="checkbox"/> 喫煙・飲酒をしない <input type="checkbox"/> 母親学級・両親学級を活用しましょう <input type="checkbox"/> 悩みごとは一人で抱え込まないようにしましょう	<input type="checkbox"/> 赤ちゃんの成長をご家族で確認してみましょう <input type="checkbox"/> 家事に協力しましょう <input type="checkbox"/> 喫煙される方は、禁煙に取り組みましょう <input type="checkbox"/> 健診の受診に協力しましょう <input type="checkbox"/> 出産後の育児・家事分担についても話し合っておきましょう	<input type="checkbox"/> 妊婦訪問 <input type="checkbox"/> マタニティコール（妊娠後期の電話相談） <input type="checkbox"/> 妊婦相談 <input type="checkbox"/> 妊婦健康診査 <input type="checkbox"/> 妊婦歯科健診 <input type="checkbox"/> パパママ学級（両親学級）（※） <input type="checkbox"/> ようこそ赤ちゃん学級（母親学級）（※） <input type="checkbox"/> 産前産後ケア事業（産前産後ケアセンター） <input type="checkbox"/> 里帰り出産	母子手帳交付時にご希望のあった方に、保健師や助産師、管理栄養士がご家庭へ訪問します。 出産を間近に控えた妊婦さんで町の教室等でお会いしていない方を中心に助産師や保健師、管理栄養士が電話相談を行っています。 医療機関等を利用するときに費用の一部を助成します。 妊娠中に歯科検診が受けられます（安定期に入る5～6か月頃には受けましょう） 初めてパパママになる方が対象。妊娠中の生活・出産・育児についてご夫婦で学ぶ教室です。パパへのエッセンスが盛りだくさん♪ 助産師・保健師・管理栄養士から妊娠・出産・育児についてお話をしています。妊婦さん同士、情報共有ができる機会にもなります。 ・妊娠中や産後に不安や心配事がある、強い疲労感がある、サポートがない方など、宿泊しながら助産師のケアが受けられます。希望のある方は、いきいき健康課へご相談ください。 ・24時間365日、助産師による電話相談が受けられます。専用ダイヤル(055-269-8110)へ。 ・里帰り先での健診費用は、一度自費でお支払いいただき、その後の申請により費用の一部をお返しします。詳しくはいきいき健康課へご連絡ください。 ・里帰り中も気がかりなことがあれば、いつでもいきいき健康課へご相談ください。
	時期：希望の時期 利用方法：こちらからお電話します。 こちらからお電話させていただくこともあります。 平日午前8：30～午後5：15 利用方法：受診票を医療機関の窓口提出します。 時期：妊娠5か月～8か月頃（つわりが落ち着き安定期に入ったら） 利用方法：町内の歯科医院へ受診票を提出 時期：年に3回開催。 利用方法：対象者には通知をします。お電話にてお申込みください。 時期：偶数月で1コース3回で開催 妊婦5か月～8か月の妊婦さん対象 利用方法：対象者には通知をします。お電話にてお申込みください。			

※教室内容は変更する場合があります。

あなたの子育て応援プラン ～（産後 ～乳幼児期編）



応援プラン					
目標	ご自身でできること	ご家族の方	町のサポートの内容	利用の目安 / 場所	
<input type="checkbox"/> 前向きに子育てができる <input type="checkbox"/> 家族みんなで協力して子育てを行う	<input type="checkbox"/> 悩みごととは一人で抱え込まないようにしましょう	<input type="checkbox"/> 赤ちゃんの成長をご家族で確認しましょう	<input type="checkbox"/> 出生届 <input type="checkbox"/> 出生連絡票提出	出産後、14日以内に出生届を提出してください。また、母子健康手帳の後ろに挟んである出生連絡票の提出もお願いいたします。ない方は、届出時に窓口で伝えてください。	時期：届出は出産後14日以内 利用方法：町民窓口課へ提出。出生連絡票については、郵送でも可。
	<input type="checkbox"/> 健診を定期的に受けましょう	<input type="checkbox"/> 家事の協力をしましょう	<input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査	出生後に聴覚検査を医療機関で行います。1人につき3000円の助成を行っています。	時期：出生して退院するまで 利用方法：受診票を医療機関に提出してください。
	<input type="checkbox"/> 乳幼児訪問を活用しましょう	<input type="checkbox"/> 健診の受診に協力しましょう	<input type="checkbox"/> 産婦健康診査	産後2週間後と1か月後に産婦健診があります。（医療機関によって1か月健診のみ） 1回につき5000円の助成を行っています。	時期：産後2週間後・1か月後 利用方法：受診票を医療機関に提出してください。
	<input type="checkbox"/> 予防接種を受けましょう	<input type="checkbox"/> ママの気持ちをよく聞いてあげましょう	<input type="checkbox"/> おめでとうコール <input type="checkbox"/> 乳児訪問	保健師や助産師がご家庭に訪問します。 *電話相談も実施しています。	時期：産後1～2か月頃 利用方法：お電話で訪問日のお約束をさせていただきます。
			<input type="checkbox"/> 1ヶ月健診	1か月健診については全額自費となります。	利用方法：医療機関にて予約をお願いいたします。
			<input type="checkbox"/> 産前産後ケア事業 <input type="checkbox"/> 育児学級（※）	産前産後ケア事業 詳細はP.3・P.4（産前産後ケアセンター）をご覧ください。	
			<input type="checkbox"/> 育児学級（※）	生後2か月になる月の初めに開催します。今後の健診や予防接種について説明をし、予防接種の接種券等もお渡ししています。お母さん同士の交流の場でもあります。	時期：生後2か月になる月の初め 利用方法：対象者には通知をいたします。

※教室内容は変更する場合があります。

育児学級(生後2か月)出席時に記入して、お持ちください♪

子育てについて、心配なこと・気になることなどなんでも構いません。自由にお書きください。

お子さんのお名前

	私の気持ち	気になること・心配に思うこと
赤ちゃんのこと
お母さんのこと
その他のこと

☆同じ年頃のお子さんをお持ちのお母さんとの交流はありますか?
はい・いいえ

☆子育てで悩んだり困ったとき、相談する人はいますか?
はい・いいえ

→はいと答えた方
それは誰ですか?()

☆子育てをサポートしてくれる人はいますか?
はい・いいえ

→はいと答えた方
それは誰ですか?()

育児学級で
保健師がお話しします
また、訪問やお電話で
個別でも
対応いたします

昭和町で行われる乳幼児の健診など

1) 乳児期(1歳まで)(変更があった場合、個別のご案内や町の広報でお知らせします。)

事業名	受ける時期	場所・受診方法
4ヶ月健診	4ヶ月	場所：昭和町 保健センター (日時等は通知しますので、ご確認ください。) 内容：☆ 問診 ☆ 身体計測 ☆ 診察 ☆ 保健・栄養相談
7ヶ月健診	7ヵ月	場所：医療機関 乳児一般健康診査受診票(1回目)をご利用ください。
10ヶ月健診	10ヶ月	場所：昭和町 保健センター (日時等は通知しますので、ご確認ください。) 内容：☆ 問診 ☆ 身体計測 ☆ 診察 ☆ 保健・栄養・歯科相談
12ヶ月健診	12ヶ月	場所：医療機関 乳児一般健康診査受診票(2回目)をご利用ください。 (13ヶ月になる月の月末まで利用できます)

□持ち物：母子手帳・健康保険証・印鑑・筆記用具・バスタオル・健診問診票

《注意事項》

乳幼児期は、心と体の発育・発達が急速に進む時期です。

特に4・7・10・12ヶ月は、お子さんの発育発達を確認する大切な時期ですので忘れずに受診しましょう。



☆乳児一般健康診査票は山梨県内の医療機関で利用できます。(ただし山梨大学医学部付属病院では使用できませんのでご注意ください。)また、原則再発行できません。大事に保管してください。町外へ転出される場合は昭和町のものを使用できませんので、転出先の市町村で交換してください。

2) 幼児健診

事業名	受ける時期	内 容	
1歳6ヶ月児健診	1歳7ヶ月 } 1歳8ヶ月	☆ 問診(発達検査) ☆ 身体計測 ☆ 診察 ☆ 保健・栄養相談 ☆ 歯科検診	対象者には個別に通知します
2歳児歯科健診	2歳2ヶ月 } 2歳3ヶ月	☆ 歯科健診 ☆ フッ素塗布 ☆ 歯科・保健・栄養相談	
3歳児健診	3歳2ヶ月 } 3歳3ヶ月	☆ 問診(発達検査) ☆ 身体計測 ☆ 診察 ☆ 保健・栄養相談 ☆ 歯科検診	

□場 所：総合会館 保険センター

□持ち物：母子手帳・健康保険証・印鑑・筆記用具・バスタオル・健診問診票
※尿検査セット(3歳児健診の対象者のみ)

《健診を受けるにあたって》

- ・健診時、急性の病気で治療中のお子さんや他人に感染する恐れのある病気のお子さんは、次の機会に受けるようにしましょう。また、都合の悪い場合も必ず連絡をお願いします。
- ・母子手帳は就学前までのお子さんの健康状態を管理する非常に大切なものです。お子さんの名前(ふりがな)を記入し、日頃の健康状態や成長の様子を記録する習慣を付けましょう。
- ・健診会場にお菓子を持ち込まないで下さい。他のお子さんの迷惑になります。



乳幼児健診は、お子さんの健康問題の早期発見や心と体の成長の様子を確認したり、子育てについての疑問や悩みの相談もできる大切な場です。また、子どもやお母さん方の仲間づくりのチャンスにもなります。それぞれ一生に一回の機会なので、積極的に受けるようにしましょう。

子育てや発達についての相談



事業	内容	利用方法	場所
すくすく相談	月に1回行っており、お子さんの身体測定や育児・栄養相談ができる場所です。	HPや広報で日程についてはお知らせします。現在は予約制となりますので、いきいき健康課までご連絡ください。	昭和町総合会館
のびのび相談	言葉や発達が心配な方や、子どもへの接し方を困っている方へ、心理相談員が個別相談を行っています。	月に1~2回実施。完全予約制のため、いきいき健康課までご連絡ください。	昭和町総合会館
子育て電話相談	保健師、管理栄養士が随時承っています。どんなことでも気軽にご相談ください。	いきいき健康課までご連絡ください。	昭和町総合会館

ファミリーサポートしょうわ



内容	利用方法	場所
子どもを預けたい人(依頼会員)と子どもを預かれる人(援助会員)が会員になり、地域の中で相互に助け合う有償ボランティア活動です。ファミリーサポートしょうわがその橋渡しをお手伝いしています。利用料は1時間あたり500円~になります。	事前登録が必要になるので、ファミリーサポートしょうわまでご連絡ください。(TEL:055-275-8115)	昭和町総合会館2階

助成金やレンタルなど



制度	内容(詳細は担当課へお問い合わせください)	担当課	代表連絡先
チャイルドシートレンタル	1年間無料でレンタルできます。予定日の1か月前から申請可能です。	企画財政課(庁舎1階)	055-275-8154
児童手当(所得制限あり)	0~3歳未満:15,000円 小学校修了前:第1子・2子は10,000円、 中学生:10,000円 ※支払時期は6月・10月・2月。 第3子以降は15,000円 手続きは出生届出時にします。	町民窓口課(庁舎1階)	055-275-8264
子育て支援医療費助成金	入院、通院ともに中学3年生まで医療費が 手続きは出生届出時にします。 無料になります。	窓口課へ、それ以外の方(社会 保険加入者)はそれぞれの保険者や会社へ 申請します。	
出産一時金	昭和町国民健康保険の加入者であれば町民 保険加入者)はそれぞれの保険者や会社へ 1回の分娩につき、42万が支給されます。		
やまなし子育て応援カード	協賛店舗で提示すると、お得なサービスが 受けられるカードです。	子育て支援課(総合会館)	055-275-5255
やまなし思いやりパーキング制度	車の乗降や移動に配慮の必要な方が安心安全に施設の駐車 場を利用できるように支援する制度です。	福祉介護課(総合会館)	055-275-8784

保育園・子ども園への入園はいつ？

出産後のパパ・ママの仕事についても家族で相談していきましょう。

★ママの仕事復帰の時期： 年 月から

〈私立・町内の保育園・子ども園・小規模保育施設一覧〉

認定こども園（幼保連携型）

名 称	所 在 地	T E L
押原こども園	昭和町押越 84	055-275-6878
ふるるこども園	昭和町築地新居 2289-5	055-298-4130
昭和こども園	昭和町西条 4185-2	055-275-4252
富士桜学院	昭和町押越 766	055-240-7722
げんき夢こども園	昭和町河東中島 748-1	055-268-5577

保育園

名 称	所 在 地	T E L
常永保育園	昭和町河西 738	055-275-6464
上河東保育園	昭和町河西 1608-1	055-275-3588
第2上河東保育園	昭和町上河東 521	055-275-3846

小規模保育施設一覧

名 称	所 在 地	T E L
押原きっず	昭和町押越 22-1	055-288-0030



妊娠中や産後、子育ての気になることを記入して、健診時や町の学級参加時などにアドバイスを受けよう！

日付	気になること・心配に思うこと	受けたアドバイスなど	サポート機関

子育て支援施設（主に就園前のお子さんと 保護者の方が集える場）

〈昭和町の児童館・児童センター〉

児童館・児童センター	場 所	利用 時間	T E L
西条児童館	西条小学校東隣	平日10:00 ~12:00 土日 8:30 ~12:00	055-275-9616
押原児童館	総合会館敷地内		055-275-6462
常永児童館	常永小学校北隣		055-275-0358
児童センターゆめてらす	清水新居 567	平日10:00 ~17:00 土日 8:30 ~12:00	055-233-1152

〈子育て支援センター〉

センター	場 所	利用時間	連絡先
ひまわりキッズ	昭和こども園 子育て支援センター	平日 9:30~ 14:30	080-2071-4117
サンサンサークル	押原こども園 子育て支援センター	平日 9:30~ 14:30	055-275-6878
流れ星	げんき夢こども園 子育て支援センター	平日 9:00~ 14:00	080-5012-8597



〈地域のサポート〉

昭和町母子愛育会	保健師とともに、子育て応援や健康づくりの活動をしている住民の方々です。地域の中でも、あたたかくみなさんの子育てを見守っています。
民生委員 (児童委員)	国から委嘱され、地域の身近な相談相手として活動している住民の方々です。行政との橋渡しをしてくれます。

〈その他の 相談窓口〉

子育て支援課	保育園、ひとり親家庭、放課後児童クラブ等に関すること	TEL : 055-267-5255
福祉介護課	身体・知的・精神障がい等に関すること	TEL : 055-275-8784
学校教育課	就学・学校教育に関すること	TEL : 055-275-8631
町民窓口課	子育て支援医療費や児童手当に関すること	TEL : 055-275-8264

メ モ

Handwriting practice lines consisting of 18 horizontal dashed lines.



あなたの
マイ保健師
(担当保健師)

地区担当保健師一覧 (マイ保健師)

上河東二区
功刀 朱美

西条二区
西条新田
大森 美紀子

清水新居
河西
三神 由起子

西条一区
築地新居・上河東
依田 亮馬

押越
河東中島
渡邊 佳美

紙漉阿原
飯喰
植松 亜美

管理栄養士

池田 詩織

いつでもお気軽にご相談ください♪

昭和町子育て世代包括支援センター
(いきいき健康課)

TEL : 055-275-8785

