

## 发现怀孕后

### 交付母子健康手册

健康推进课母子保健系

☎5984-4621

各保健咨询所

→电话簿 60 页

在各保健咨询所、健康推进课、地区儿童家庭支援中心\*发放。在妇产科确认怀孕后，请在上述窗口填写怀孕申报书。当场交付。此外，交付母子健康手册时，将与有保健师等资格的“怀孕·育儿咨询员”（参照52页）进行面谈。不同设施的受理时间等存在差别，敬请咨询。也可在区主页上确认。

\*地区儿童家庭支援中心没有“怀孕·育儿咨询员”，面谈时请前往您居住地区的担当保健咨询所。可获得交付的地区儿童家庭支援中心为练马、光丘、大泉、关4处

#### 一起发放的物品

装有孕妇健康检查就诊票、新生儿听觉检查就诊票（P12）等的“母子保健包”



### 孕妇健康检查

健康推进课母子保健系

☎5984-4621

交付孕妇健康检查就诊票（14次）、孕妇超声波检查就诊票（4次）、孕妇产子宫颈癌检查就诊票（1次），部分费用由公费负担。就诊票可在都内的签约医疗机构和埼玉县的部分医疗机构使用。

就诊时检查了就诊检查项目以外的内容时，或超出了公费负担上限额时等，将产生自行负担金额。费用由各医疗机构设定，请在就诊时确认。

### 孕妇牙科健康检查

健康推进课母子保健系

☎5984-4621

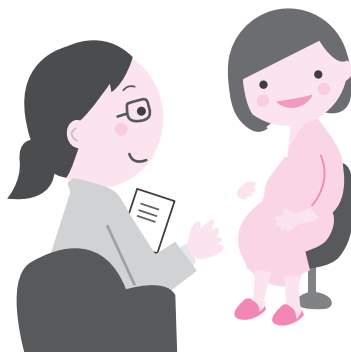
怀孕时至产后未滿1年期间可免费检查1次。请在身体良好的时期接受检查。详情请浏览区主页或与母子健康手册一起发放的介绍资料。

### 孕妇访问

担当的保健咨询所

→电话簿 60 页

对于怀孕和分娩感到担忧的人，助产师、保健师将进行访问。有需求者请向担当的保健咨询所咨询。



发现怀孕后，  
也请查看此处！！



区主页“为了健康地怀孕与分娩”中也登载了详细信息。

## 婴儿准备教室

### 信息篇(视频)

区主页“婴儿准备教室信息篇(视频)~为了对分娩与育儿有清晰的概念~”中登载了关于分娩和育儿的信息。请在参加沐浴体验课程的同时,使用相关信息。

#### 内容

- 分娩前的流程
- 沐浴方法
- 母亲与婴儿的牙齿健康
- 有孕妇的家庭的饮食
- 面向父亲的育儿支援视频“宝宝要出生啦!!致马上要当爸爸的你”等



▲视频见此处!



## 沐浴体验课程

保健咨询所举办迎接宝宝出生的准备课程!

#### 内容

- 沐浴体验
- 关于产后生活
- 育儿服务介绍
- 交流

#### 对象

孕妇、伴侣或家人(每组最多2人)

#### 预约方法

从区主页的专用申请表预约(按预约先后顺序安排)

- 从专用表单报名存在困难时请电话咨询。
- 举办日程和预约受理开始日期请在区主页上查看。



▲区主页见此处!