高松市に住民票のある

妊娠８か月ごろのみなさまへ

だんだんとおなかも大きくなり、出産に向けた準備を進めるなど、お忙しくお過ごしのことと思います。体調はいかがでしょうか。

さて、**「出産・子育て応援給付金事業」**の一環として、下記URLよりアンケートにお答えくださいますようお願いします。
アンケートの結果、必要に応じて、保健師からご連絡させていただく場合がありますので、ご了承ください。

【アンケート回答先】

また、高松市では妊産婦さんを対象に、下記のような事業を実施しております。ご希望の方は、ぜひ、ご利用ください。

●妊産婦歯科健康診査

妊娠期間中又は産後１年以内に１回、高松市内の歯科医療機関で、無料で健診が受けられます。おなかの赤ちゃんの健やかな成長のためにも、お口の健康の維持は大切です。
体調の良いときに、歯科健診を受けましょう。

●妊婦訪問

妊娠中の食事や生活のこと、出産準備のことなど、保健師・助産師が家庭訪問して、悩みや不安をお聞きします。訪問を希望する方は、母子保健ガイドブックに綴じられている、「妊婦訪問依頼票」のはがきを投函してください。

●はじめてのパパママ教室

はじめて出産を迎えるご夫婦を対象に、
妊娠中の生活や育児についての講義と、
パパメインの沐浴・着せ替え体験等を行います。
ご希望の方は、＜高松市公式ホームページ＞で日程を確認のうえお申し込みください。

●産後ケア事業

出産後、助産所等に宿泊、または日帰りで通所し、母乳管理・沐浴の仕方・赤ちゃんのお世話について、助産師から具体的に教わったり、産後の身体を休めたりできます。
詳しくは＜高松市公式ホームページ＞をご覧ください。

●産婦健康診査

出産後は、心も身体も疲れやすい時期です。心身の状態を確認するために、母子保健ガイドブックに綴じられている「産婦健康診査受診票」を使って、ぜひ産婦健康診査を受けましょう。

●その他関連手続きなど●

◆産前産後の休業、育児休業・・・らっこＰ１４
◆出産育児一時金・・・らっこＰ１２
◆出産に向けた準備・・・妊娠届出時に配付した「何が必要？どう選ぶ？」をご参照ください。

そのほかにも、高松市健康づくり推進課・子育て世代包括支援センターでは、各種健康相談や家庭訪問を実施しています。
お気軽に、ご相談ください。

お問い合わせ：高松市健康づくり推進課　087-839-2363