

## 電子母子手帳アプリ 「さるぼぼタッチ」

高山の子どもたちの健やかな成長を支える子育てダイアリー「さるぼぼタッチ」。複雑な予防接種のスケジュール管理や、身長・体重等のお子さんの成長記録をつけたり、日々の子育ての記録をつけるなど、その他にも様々な機能があります。ぜひ、ご利用ください。

※このアプリは電子ならではの便利な機能を使って従来の母子健康手帳を補うものです。健診や予防接種の時は母子健康手帳が必要です。

問合せ 健康推進課 ☎35-3160



## 話すだけでも気持ちが楽になりますよ！



健康推進課 母子保健係長  
保木 いずみ さん

妊娠や出産、育児において、不安で悩まれる方は多いです。そんなときに、一人で抱え込むのではなく、「母子健康包括支援センター」をご利用ください。相談される方は、相談後は安心した表情でお帰りいただいている印象を持っています。少し話すだけでも気持ちが楽になりますので、お気軽にご利用ください。

また、このようにしてほしいといったご要望などありましたら、お気軽にお聞かせください。

### 母子健康包括支援センター

開催日時 平日 8:30 ~ 17:15

場所 市保健センター（花岡町2）

問合せ ☎ 35-3160 FAX 35-3173

MAIL kenkousuishin@city.takayama.lg.jp

## TOPIC

## 充実します！妊娠から育児までのサポート —令和2年度の新しい取り組み—

### ○産後ケア事業

出産後、心身の不調などにより育児が十分にできない産婦の方を対象に、休養や育児支援を目的とした宿泊型、通所型、訪問型の支援を行います。

- ①宿泊型 病院で宿泊を伴う休養・育児支援（朝・昼・夕食付）料金：8,100円（1泊）
- ②通所型 病院で一時的に行う休養・育児支援（昼食付）料金：4,860円（1日）
- ③訪問型 助産師が訪問し相談を受けます。料金：1時間 1,200円

申込 事前に健康推進課へ TEL

※①②ともに、久美愛厚生病院またはアルプスベルクリニックでの宿泊および通所となります。

問合せ 健康推進課 ☎ 35-3160



### ○助産師による相談

妊娠・出産・育児に対する相談を助産師がお受けします。

日時 6月8日(月)、23日(火)

※毎月1日号に相談日を掲載しています

申込 前日までに TEL ※相談無料

問合せ 健康推進課 ☎ 35-3160

### ○養育支援訪問事業

育児ストレスや産後うつ病、ノイローゼなど、子育てへの不安や孤立感を抱える家庭やさまざまな原因から特に養育支援が必要な家庭に、子育て経験者による育児・家事の援助、保健師などによる具体的な養育に関する指導助言を行います。

問合せ 子育て支援課 ☎ 35-3179

