

# 赤ちゃんと産婦さんの訪問

「母乳が足りているのかなあ〜」「どうして泣き止まないの」といった不安はありませんか。昼夜の授乳や赤ちゃんのお世話による睡眠不足がつづくと、お母さんの身体もこころも疲労状態に。すべての赤ちゃんと産婦さんを対象に、家庭訪問を実施しています。



訪問日時 出生後1か月頃に、担当者より対象のご家庭に連絡し、日時を調整します。早期に訪問希望、里帰り出産などで長期に不在などの場合はご連絡ください。

令和 年 月 日( ) 時から

対象 出生から生後3か月までの赤ちゃんとその養育者

内容 町の担当者がご自宅に訪問し、次の相談等を行います。

- ・赤ちゃんの体重測定と母乳・ミルクなどの栄養、発育発達について
- ・赤ちゃんの予防接種、健診、子育て支援事業について
- ・お母さんの産後の体調の回復について
- ・子育て応援給付金申請書をお渡しします

担当者 助産師・保健師・保育士など



生後3か月頃になったら

## 赤ちゃん相談

体重が2倍以上になり、昼と夜の区別がついてくるなど、赤ちゃんは生後4か月までがもっとも成長する時期です。発育や成長に合わせた栄養などを学習しましょう。

相談日時 赤ちゃん訪問時に、日時を調整します。

令和 年 月 日( ) 時から

対象 町に在住の4-5か月児健診までの赤ちゃんと養育者

場所 保健福祉総合センターかみん ※健康推進班窓口にお越しください

内容 赤ちゃんの体重測定、母乳・ミルクなどの栄養、生活リズムについての相談

担当者 助産師・保健師

持ち物 母子健康手帳、すくらむかみふ

連絡先 上富良野町保健福祉課健康推進班 保健福祉総合センターかみん  
電話 0167-45-6987

# 産後ケア(日帰り・宿泊)

利用を希望される場合は  
お申込みが必要です

## 産後ケアって？ 出産後の体調管理と育児の支援が受けられます

- 産後の体の回復に必要な、休養と十分な食事の提供
- 乳房のケアや授乳方法について相談
- 赤ちゃんのあやし方、抱っこなど育児で困っていることの相談

## 利用できる方は？ 生後6カ月未満の赤ちゃんとお母さん

上富良野町に住民票があり、下記のいずれかに当てはまる方

- 体や気持ちの調子が優れない
- 家族などから育児等の支援が受けられない
- 育児がうまくできない

☝ 上のお子さんを連れて  
の利用はできません。

## 利用方法と日数 日帰りと宿泊を合わせて7日(回)以内 利用料無料

※1泊2日：2日

### 1 利用したい場所を選ぶ

- ・富良野協会病院(富良野市)
- ・東光マタニティクリニック(旭川市)

### 2 利用方法を選ぶ

日帰り

10:30 来院 → 16:00 帰宅

宿泊

10:30 来院 → → → 10:00 帰宅

富良野協会病院は1泊2日 または 2泊3日

### 持ち物

- ・母子健康手帳・健康保険証
- ・お薬(病院では処方できません)
- ・お母さんと赤ちゃんの衣類
- ・履きなれた靴
- ・授乳に必要なもの(ミルク・哺乳瓶)
- ・食用品(おはし・スプーン・コップ等)
- ・ティッシュペーパー(ウェットティッシュ)
- ・おむつ・おしりふき
- (宿泊型のみ) ・洗面道具・バスタオル・必要な日用品

☝お願い  
貴重品・多  
額の現金は  
お持ちにな  
らないように

## 申込みから利用まで 利用希望日の10日前までに申込み

利用申請書の提出をお願いします

### 利用のお申込み・お問合せ

日・祝日・年末年始を除く9時～17時

電話 0167-45-6987

上富良野町保健福祉総合センターかみん

保健福祉課健康推進班

利用決定後の利用内容の変更や中止の場合は、お早めにご連絡ください。