3.母子保健事業

宿泊型産後ケア事業

担当:こども・子育て課　こども・子育て支援担当

産後の不調や育児に不安がある時に、お母さんとお子さんが施設へ宿泊して、助産師などから心身のケアや沐浴・授乳などの育児サポートを受けることができます。

● **利用できる人**　・山梨市内に住民票がある、産後4か月までの母親と、その乳児
・家族や周囲の協力が十分受けられない、または産後の不調や育児に不安のある人(医療処置を必要としない人)

● **利 用 回 数**　1回につき3泊まで利用ができます。

● **利用施設・利用料金**

	山梨市立産婦人科医院	健康科学大学 産前産後ケアセンター ママの里
利用料金	1泊2食　2,500円 (昼食は別途1,200円) ※基本料金34,650円のうち 32,150円を市が補助します。	1泊2食　3,000円 (昼食は別途1,200円) ※基本料金34,500円のうち 31,500円を市と県が補助します。
住所 連絡先	山梨市上神内川172 電話0553-20-1230	笛吹市石和町窪中島587-112 電話055-268-3575

※事業者が行う他のサービスや利用料については別料金(自己負担)となります。
詳しくは事業者にお問い合わせください。

● **利用方法**

利用には、申請が必要です。

申　請　場　所 …… こども・子育て課
こども・子育て支援担当

申請に必要なもの…… 母子健康手帳、申請書

山梨市 Yamanashi City
宿泊型産後ケア事業

● **申請後の流れ(市立産婦人科医院)**

(1)申請書を市に提出後、市立産婦人科に直接連絡をして、利用日を相談してください。
(2)利用日が決まりましたら、市に連絡をしてください。利用登録を決定し、決定通知書および利用登録票を郵送します。
(3)利用日の初日に市から送付された「決定通知書および利用登録票」を施設に提出してください。

● **申請後の流れ(ママの里)**

(1)申請書を市に提出後、利用登録を決定し、決定通知書および利用登録票を郵送します。
(2)「決定通知書および利用登録票」がお手元に届きましたら、ママの里に直接連絡をして、利用日を相談してください。

● **共通事項**

※登録後に市から、利用する施設に申請書のコピーを送ります。
※登録のみで利用しない場合は、市や利用施設への連絡は不要です。
※利用を急ぐ場合は、申請時に保健師にご相談ください。

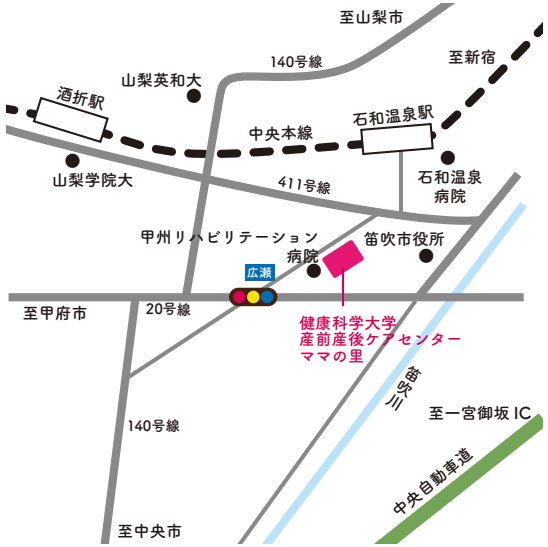
● **利用する場合の注意**

必ず、利用する施設からの説明を受けてください。
(利用日の持ち物について、実費負担が発生するもの、宿泊利用時間など)

【利用料金・キャンセル料について】

利用日当日の自己都合によるキャンセルの場合は、キャンセル料が発生します。
※市外へ転出された場合は、山梨市からの決定通知書は使用できません。
転出先の市町村で再申請をしてください。

健康科学大学
産前産後ケアセンター
ママの里



健康科学大学
産前産後ケアセンター
ママの里

乳幼児健康診査

担当：こども・子育て課
こども・子育て支援担当

3か月児健康診査	小児科診察、身体計測、育児相談、栄養相談を行っています。
7か月児健康診査	小児科診察、身体計測、育児相談、栄養相談、歯科衛生士による歯科指導を行っています。
1歳6か月児健康診査	小児科診察、歯科診察、身体計測、育児相談、栄養相談を行っています。
2歳児歯科健康診査	歯科診察、身体計測、育児相談、栄養相談、歯科衛生士による虫歯予防指導を行っています。
3歳児健康診査	小児科診療、歯科診察、身体計測、尿検査、育児相談、栄養相談を行っています。また事前に自宅で視力検査、聴力検査を行ない、心配な場合は後日、視能訓練士などが再検査を行ないます。
5歳児健康診査	小児科診察　希望者は別日で視能訓練士による視力検査や育児相談も行っています。

※該当者には、各健康診査の3週間前位に通知します。

精密検査票の交付

乳幼児健診で、精密検査が必要な場合に精密検査票を交付します。

すこやか発達相談

子どもの発達や言葉の遅れ、集団生活の中での心配事などについて、公認心理師、言語聴覚士などの専門スタッフが相談に応じています。

各種教室

担当：こども・子育て課　こども・子育て支援担当

ママのリラックスタイム

内　容　子育てで疲れた身体をピラティスで整えたり、子どもとふれあえるベビーマッサージを体験できる教室。
対象者　生後２～３か月児と保護者。対象者には通知します。［申し込み制］

離乳食教室

内　容　発育や月齢に応じた離乳食の進め方について学ぶ教室。
対象者　前期離乳食教室・・・4 ～ 5か月児の保護者
後期離乳食教室・・・7 ～ 8か月児の保護者
対象者には通知します。［申し込み制］

小児科医による子育て教室

内　容　子どものかかりやすい病気とその対応を小児科医から学ぶ教室。
対象者　３～ 7か月児の保護者。対象者には通知します。［申し込み制］

小児救急法講習会

内　容　救急法と実技、事故予防について学ぶ教室。
対象者　３～ 7か月児の保護者。対象者には通知します。［申し込み制］

MAMAヨガ

内　容　ヨガとプチ講座を通して、子育てで疲れたこころと身体が癒される教室。
対象者　生後6か月～ 1歳未満の子どもを持つ保護者。［申し込み制］

栄養・食育事業

市では、「山梨市食育推進計画」に基づき食育事業を実施しています。
・親子料理教室、おやつ作り教室などの教室を開催しています。開催日や内容については「広報やまなし」または、市のホームページでお知らせします。
・市のホームページに、山梨市食生活改善推進員会で考えた「食育レシピ」を掲載しています。

定期予防接種

担当：健康増進課　健康企画担当

予防接種は、はしかや風しんなど、かかると脳炎など重い後遺症を残す恐れのある病気や感染症から子どもを守るとともに、感染症の発生やまん延を防止するために行われています。「予防接種法」に基づいて、接種の種類や受ける年齢が決められています。決められた年齢を過ぎてしまうと、定期接種外となり自己負担での接種となってしまうのでご注意ください。

- 出生届時に「予防接種予診票綴」を交付します。
- 予防接種の改正による変更点などについては「広報やまなし」に掲載しますので、必ずご覧ください。
- 表記の定期接種以外の予防接種（インフルエンザなどの任意接種）については、かかりつけ医師とご相談ください。

予防接種種類		接種する年齢（予防接種法で決められた年齢）	受けるのが望ましい時期	接種方法・回数	備考
小児用肺炎球菌	初回	生後2月から生後60月に至るまでの間	初回接種：生後2月から生後7月に至るまで	27日以上の間隔をおいて3回	・肺炎球菌による細菌性髄膜炎の予防 ・初回接種開始月齢により接種回数、接種間隔が異なります。
	追加	生後60月に至るまでの間	追加接種：生後12月から15月に至るまで	初回接種終了後60日以上の間隔をおいて1回 1歳以上で接種	
B型肝炎		1歳に至るまでの間	生後2月から生後9月に至るまで	初回：2回 1回目から27日以上あけて2回目 追加：1回 1回目の注射から139日以上あけて3回目	・B型肝炎の予防

予防接種種類		接種する年齢（予防接種法で決められた年齢）	受けるのが望ましい時期	接種方法・回数	備考
ロタウィルス（どちらかを選択）	ロタリックス	出生6週0日後から24週0日後までの間	初回接種については生後2月に至った日から出生14週6日後までの間 出生15週0日以降の初回接種は安全性からおすすめしません	経口：27日以上の間隔をおいて2回	・ロタウイルス感染症の予防 ・ワクチンにはロタリックス・ロタテックの2種類があり接種回数が異なります。 ・ロタテックの場合は3回目の予診票が必要となりますので健康増進課までご連絡ください。
	ロタテック	出生6週0日後から32週0日後までの間		経口：27日以上の間隔をおいて3回	
BCG		1歳に至るまでの間	生後5月～生後8月	1回	・結核の予防
五種混合 ジフテリア 百日咳 破傷風 ポリオ ヒブ	1期初回	生後2月から生後90月に至るまで	生後2月から生後7月に至るまでに開始	20日から56日までの間隔をおいて3回	・ジフテリア、百日咳、破傷風、ポリオ・ヒブの予防 ・20日から56日の間隔で1期初回接種を確実に行ってください。 ・7歳半までに全部で4回
	1期追加		初回接種終了後6月から18月まで	1期初回接種（3回）終了後6月以上の間隔をおいて	
二種混合 ジフテリア 破傷風	2期	11歳以上13歳未満	11歳に達した時から12歳に達するまでの期間	1回	**・対象年齢の時に市から個人通知をします。**
麻しん 風しん 混合MR	1期	生後12月から生後24月に至るまで	1歳になったら早めに	1回	・麻しん（はしか）、風しんの予防 ・1期だけでは抗体が充分上がらないことがあるため必ず2期を接種してください。
	2期	年長児（4月1日から3月31日まで）	年長になったら早めに	1回	
水痘（水ぼうそう）		生後12月から生後36月に至るまで	1回目接種は生後12月から生後15月まで 2回目接種は1回目終了後6月から12月までの間隔をおく	6月から12月の間隔をあけて2回	・水痘（水ぼうそう）の予防 ・既に水ぼうそうに罹患したことがある場合は、接種対象外となります。
日本脳炎	1期初回	生後6月から生後90月に至るまで	3歳に達した時から4歳に達するまでの期間	6日から28日の間隔で2回	・日本脳炎の予防 ・1期は90月を過ぎると公費対象外となりますので注意してください。 ・2期は対象年齢の時に市から個人通知をします。
	1期追加	生後90月に至るまで	4歳に達した時から5歳に達するまでの期間	1期初回終了後おおむね1年後	
	2期	9歳以上13歳未満	9歳に達した時から10歳に達するまでの期間	1回	

＼ 赤ちゃんを突然死から守る ／

乳幼児突然死症候群（SIDS）の発症予防

乳幼児突然死症候群（SIDS）とは、何の前触れもなく元気な赤ちゃんが睡眠中に突然死亡する疾患です。令和5年には全国で48人の赤ちゃんがSIDSで亡くなり、乳児期の死亡原因の第5位となっています。

この原因は窒息などの事故によるものとは異なり、赤ちゃんの脳における呼吸を調整する機能が未熟なため起こると考えられていますが、これだけが原因で起こるかどうかの点も含めて、まだ解っていません。

その一方で、この発症予防の研究の結果、以下に示すことを積極的に行うことにより、発症が少なくなることは明らかになっています。

◇注意すべきこと◇

①赤ちゃんを寝かせる時は、仰向け寝にしましょう。ただし、医学上の理由から医師がうつぶせ寝を勧める場合もありますので、このような時は医師の指導を守りましょう。
②妊娠中や赤ちゃんの周囲で、たばこを吸わないようにしましょう。
③母乳の出方には個人差がありますが、母乳が出る場合には、できるだけ母乳で育てるようにしましょう。

＼ 普段の子育てにも注意 ／

ゆさぶられっこ症候群

ゆさぶられっこ症候群とは、乳幼児を揺することによって、頭頸部が強く動揺し、その結果頭蓋内出血や眼底出血が引き起こされるもので、死亡や脳性麻痺、精神運動発達障害、視力障害などを引き起こします。普段の子育ての中にもゆさぶられっこ症候群の原因になるものもあり、正しい認識が必要な疾病です。

◇こんなこともダメ◇

①丈夫な子に育てたいと、少し乱暴に高い高いをする。
②チャイルドシートの固定が不完全なまま乗せられた赤ちゃんが未舗装のデコボコ道で揺られる。

誤飲

異物を飲み込んだときは、気づいた時点で、すぐに吐かせるのが原則です。しかし、吐かせてはいけない場合もありますので注意しましょう。

【異物を飲み込んだときに医療機関で受診するまでに家庭で行う応急処置】

危険な誤飲項目		水を飲ませる	牛乳を飲ませる	吐かせる	応急処置・説明
タバコ	葉・吸い殻	×	×	○	飲食は避け、吐かせて、医療機関へ
	タバコを浸した溶液	○	○	○	水または牛乳を飲ませ、吐かせて、医療機関へ
洗浄剤・漂白剤（強酸または強アルカリ）		○	○	×	水または牛乳を飲ませて、医療機関へ
防虫剤（ナフタリンなど）		○	×	○	水を飲ませ、吐かせて、医療機関へ
芳香剤・消臭剤		○	○	○	水または牛乳を飲ませ、吐かせて、医療機関へ
灯油・ベンジン（石油製品）		×	×	×	何も飲ませず、吐かせず、医療機関へ
ボタン電池		×	×	×	何も飲ませず、吐かせず、医療機関へ

※何を飲んだかという情報が大切です。医薬品、洗浄剤、消臭剤、殺虫剤などの場合は、医療機関を受診の際に、その成分がわかるような説明書や箱、ビンなどを必ず持参してください。

※応急処置がわからないときは、下記にお問い合わせください。

（財）日本中毒情報センター（中毒110番）
つ　く　ば：029−852−9999（365日　24時間対応）
大　　阪：072−727−2499（365日　24時間対応）
たばこ専用電話：072−726−9922（365日　24時間対応）