

妊娠・出産・子育ての総合相談窓口

「子育て世代包括支援センター事業」をご利用ください

皆さんの子育て
応援しています！！



釧路市の「健康推進課」と「子育て支援拠点センター」が連携し、妊娠期から子育て期までを安心して過ごしていただけるよう切れ目なくサポートします。また、妊娠・出産・子育てなどに関する情報提供や相談支援の他、関係機関とのコーディネートも行います。

●困ったときは1人で悩まず、保健師・保育士の専門のコーディネーターにお気軽にご相談ください！！

★妊娠・子育て中は、心配なことや不安なことなどがあると思います。そんなとき、健康推進課または子育て支援拠点センターに連絡をお願いします★

| 妊娠期 | 出産 | 産後 | 子育て期 |
|---|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ★初めての妊娠・出産で分からないことばかり… ★2人目以降の妊娠…子どもへの対応や家事などバランス良くできるかな ★どんな準備が必要だろう | <ul style="list-style-type: none"> ★元気に出産できるかな… ★赤ちゃんとの生活…どうなるかな | <ul style="list-style-type: none"> ★赤ちゃん、元気に育っている？おっぱい、足りているかな？ ★産後、気持ちが落ち込んでいる…どうしよう ★思うように体が動かない!! | <ul style="list-style-type: none"> ★赤ちゃん、泣いてばかりだけど、大丈夫？ ★赤ちゃんとの2人きり…話し合いがない ★悩みを聞いてほしい「私の子育てこれでいいの？」 ★子育て支援拠点センターに行ってみたいけど…ひとりでは不安 ★親子で遊びに行ける場所を教えてください ★下の子が生まれて上の子の接し方に悩む… ★仕事に復帰したい…保育園について知りたいな ★育児・家事と仕事の両立…やっつけていけるかな |

どの窓口にも相談していただいても、健康推進課と子育て支援拠点センター（東部・西部・中部）が連携して子育てをサポートします

| 主に妊娠・出産・産後のこと | 健康推進課 | 主に子育てのこと | 子育て支援拠点センター |
|--|--|----------------------|---|
| 【スタッフ】 | 保健師、看護師 など | 【スタッフ】 | 保育士 |
| 【受付時間】 | 月～金曜日（祝日、年末年始を除く） 午前8時50分～午後5時20分 | 【あそびのひろば開設時間】 | 月～土曜日 午前9時30分～正午、午後2時～4時30分 ※東部にはランチルームあり 【電話・メール・面談での育児相談】 午前9時～午後5時 |
| 一人ひとりに合わせて関係機関と共に支えます | 【場所・問合先】 釧路市役所防災庁舎4階 (黒金町8-2 ☎31-4525) | 一人ひとりに寄り添ったサポートを行います | 【電話・メール・面談での育児相談】 午前9時～午後5時 |
| 事業内容 ★妊婦さんや子育て中のお母さんの身体と心の相談 ★お子さんの成長・発達に関する相談 ★医療機関等の関係機関との連絡調整 ★出張相談支援 ★妊婦さんや子育て中の方、お子さんに関する各種母子保健事業（妊産婦・乳幼児健診や教室など）の案内やサービスの紹介 ★6～7か月児育児相談の協働開催（会場は、防災庁舎および子育て支援拠点センター） ★必要に応じた支援プランの作成 ★4か月児健康診査会場での保育士の専門コーディネーターによる子育て情報の提供、遊び方・接し方のアドバイス | | | |
| PRポイントは以下です | | | |

子育て世代包括支援センター事業のPRポイントは以下です！！

相談体制の強化

◆健康推進課

- ・母子保健コーディネーターを配置し、コーディネーターを中心に母子保健に関する相談・支援を行います。
- ・母子健康手帳交付時には、妊産婦さん自身やお子さんの健康状態、不安などを伺い、妊娠中から出産後まで必要なサポートをコーディネートします。
- ・妊娠や家族計画に関する相談も行います。

- お電話での相談はもちろん、事前にお電話をいただければ、来所での相談も行っています。ぜひ、ご活用ください。

◆子育て支援拠点センター

- ・専門のコーディネーターにより、子育てや家庭、生活などの相談支援のもとに、アドバイスや教育・保育施設など支援サービスの案内を行います。

- 電話・メール・面談での相談を行っています。ぜひ、ご活用ください。

支援プランの作成

健康推進課では、妊娠届出書の提出をもとに「母子健康手帳」「妊婦健康診査受診票」を交付します（阿寒・音別地域の方は各行政センター保健福祉課でも交付可能）。※転入された方の妊婦健康診査受診票の交付も行います

◆妊娠届出時に、支援プランの提案をします◆

保健師等が妊婦さん全員と面接を行い、必要に応じ一人ひとりに合った支援プランを作成・提案します。今後の妊娠生活や産後の赤ちゃんとの生活をイメージすることにつながり、不安を少なくして生活していくために大切なプランです。各種サポート制度や妊娠中にご家族で準備しておくことも紹介しています。

◆乳幼児期の成長に合わせた支援プランを提案します◆

お子さんの成長とともに子育てに関する悩みは変化していきます。成長に合わせたプランを必要に応じ提案します。

出張相談支援の実施

◆巡回相談

コーディネーターなどが、健康推進課および各子育て支援拠点センターを巡回するため、さまざまな内容の相談が受けられます。

◆4か月児健康診査

子育て支援拠点センターの保育士による子育て情報の提供や、遊び方・接し方のアドバイスを実施します。

◆6～7か月児育児相談

お子さんの遊べるスペースを確保しながら、ゆっくり落ち着いて相談できるようになります。



来所での相談風景です。お子さんも楽しく過ごせます。

医療機関等の関係機関との連絡調整

医療機関の受診の目安が分からない、受診時にどのように説明したらよいかなど、受診することを躊躇してしまうことはありませんか？状況により、一緒に受診をしたり、事前に病院との調整を行ったりするなど安心して受診できるよう調整を行います。

いつでもお子さんと一緒に相談が受けられます。