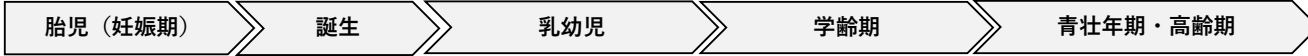


# 子育て応援室 まんまる からのお知らせ

お子さまがすこやかに生まれ育つことができるよう、また、保護者の方に安心して子育てをしていただけるよう母子保健事業を行っています。事業の内容と日程については、裏面をご確認ください。

## ライフコースにおける健康づくり

～健診結果をもとに考えます～



- 胎児(妊娠期)**
  - ◎母子健康手帳交付
  - ◎妊婦健診
  - ◎産前サポート
  - ◎女性とこどものケアルーム
- 誕生**
  - ◎新生児訪問
  - ◎産後ケア
  - ◎産後サポート
- 乳幼児**
  - ◎乳児健診
  - ◎1歳6か月児健診
  - ◎3歳児健診
  - ◎5歳児健診
- 学齢期**
  - ◎血液検査
  - ・小学5年生
  - ・中学2年生
  - 食育教室、個別支援
- 青壮年期・高齢期**
  - ◎ヤング健診(16～39歳)
  - ◎特定健診(40～74歳)
  - ◎後期高齢者健診(75歳以上)

事業

### 健診結果と毎日の生活を照らし合わせて考える 【 健診結果に基づく生活習慣の改善 】

#### 【 お腹の中の赤ちゃん 】

◎胎盤を通して、母の血液中の栄養と酸素をもらう  
↓  
赤ちゃんが育つ環境は？

- ・身長、体重
- ・生活リズム
- ・離乳食、幼児食 (内容、形態、量)
- ・発達に応じた遊び、身体活動

生活習慣の基礎作り

生活習慣病予防 悪化しないようにする

#### 【 お母さん 】

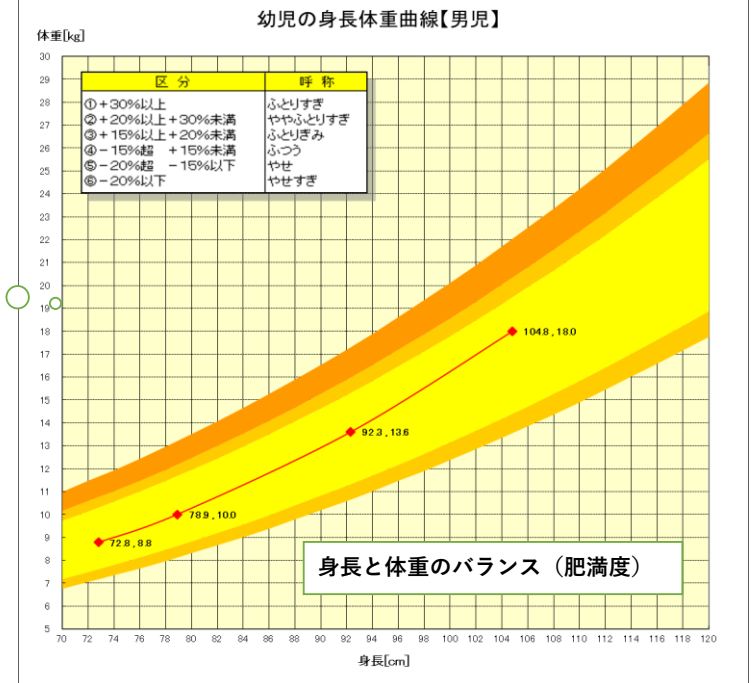
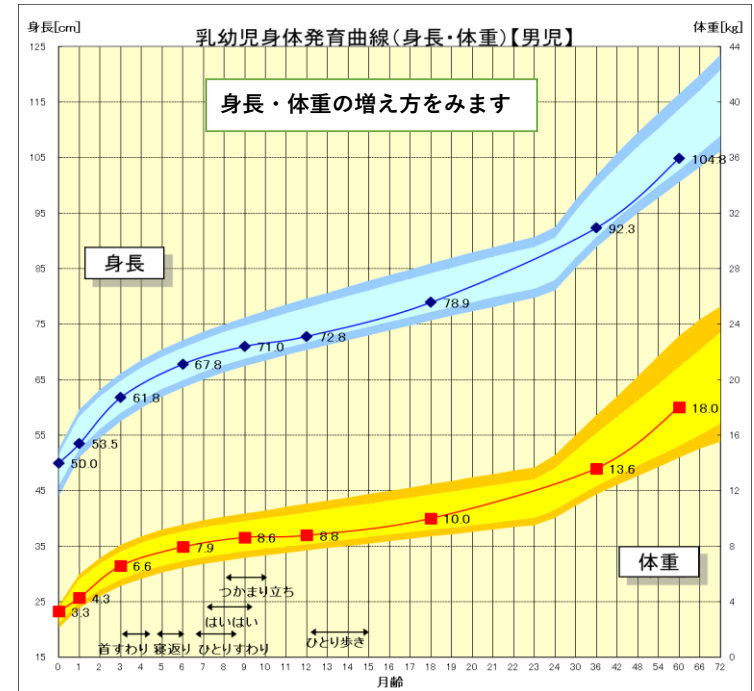
◎妊娠中は体に負担がかかるため症状がでやすく、生活習慣病のリスクがみえやすい  
◎家族歴・既往歴との関係あり  
↓  
気をつけてほしいところを赤ちゃんが教えてくれています

成長に必要な栄養がとれているかな？  
生活リズムや発達はどうかかな？

★今のからだの状態にあった食事や生活を一緒に考えます。お気軽にご相談ください。

#### ～脳科学からみた子育て～

ヒトは、昔から共同養育をしながら生きてきました。子育ては、色んな人に協力してもらうことが大切だと言われています。困っていること、気になること...一人で抱えずに、お気軽にお声かけください。



なにをみているの？