

新生児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問

赤ちゃんが生まれたすべてのご家庭に、助産師や保健師が訪問してママと赤ちゃんをサポートします！

新しい家族を迎えての産後の生活は、とてもうれしいものですが、産後のママは心身ともに変化が大きく、気づかないうちに疲れがたまっていたり、心や体の不調が起きていることもあります。

- * 訪問では、赤ちゃんの体重を測ったり、産後のママの体調を確認します。
 - * 授乳や育児に関するアドバイス、産後のママをサポートするサービスの紹介を行います。
- ママが不安や疑問に思っていることなど、気軽に聞いてくださいね！

おっぱい出てるかな？
ちゃんと飲んでいるかな？

これから、乳幼児健診や
予防接種が始まりますよ。
日程は〇〇月頃ですね。

赤ちゃん用体重計を持って
訪問しますよ。赤ちゃんが
大きくなっているか、はかっ
てみましょう。

ママの体調がき
ついでしょね。
産後のママをケ
アするサービ
スをご紹介します！

沐浴するときに
注意することは
あるかな？

産後、ママの体調がきついでしょ...
これって普通？相談する場所って
ありますか？

授乳はこんな姿勢が
いいですよ。赤ちゃんと
一緒に練習してみましょう。

地域の健康子育てサポーター！ 母子保健推進員

うるま市長より委嘱を受けて、小さなこども達やパパ・ママの健康を見守るサポーターとして活動しています！

- 身近な相談役**
健康・子育てのサポーターとして、家庭（地域）と行政をつなぐ役割を担っています！
- 乳幼児健診や各種教室等のお手伝い**
親子が安心して健診や相談ができるように、安全のための見守りなどを行いお手伝いします。
- 乳幼児健診のお誘い**
乳幼児健診を受けられていないお子さんの家庭を訪問し、次回の健診の案内などを行います。



募集中 *母子保健推進員さんを随時募集しています*

子育てがひとまず落ち着いたという方、地域での活動に興味のある方、母子保健のお手伝いができる方、お待ちしております。募集地区等、詳しい活動内容についてお問い合わせください。

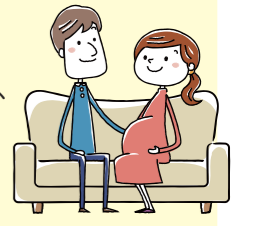
お問い合わせ こども健康課 ☎098-989-0220

専門的な資格は必要ありません。

うるま市の地域子育て支援センター

地域子育て支援センターとは、主に0歳～就学前までのお子さんと保護者、妊婦さんが楽しく遊んだり、情報交換したり、悩みを相談するなど、自由に利用ができる施設です。活動の内容は、各センターによって異なりますので、詳しくは市ホームページの行事日程表からご確認ください。

- 主な活動内容**
 - 交流保育**…保育所の行事に参加したり、親子で同年齢のクラス体験をします。
 - 育児相談**…保育士が電話や面接で相談に応じます。気軽にご相談ください。
 - 育児講座**…子どもの健康、料理講習、おもちゃ作りなど、色々な情報を提供します。
 - その他**…サークル活動の支援、絵本の貸し出しなどを行っているセンターもあります。
- 利用できる方**
就学前までのお子さんとそのご家族、これから子育てを行う妊娠中の方
- 利用料金**
原則無料
(ただし、行事等への参加は実費負担があります。)



支援センター（市内8か所）の行事予定表はこちら→

名称	うるま市地域子育て支援センター	にここ広場	きらら☆クラブ	ひまわりルーム	ゆいゆいクラブ	むぎわら帽子	すくすく広場	かなざ広場
所在地	安慶名保育所内 字安慶名251	百合が丘保育園内 字大田757	あかい子保育園内 字栄野比357-4	ひまわり学童クラブ内 字宇堅823-1	大育保育園内 字石川2287-4	むぎの子保育園内 石川曙3-3-10	すくすく保育園内 字兼箇段1171-10	かなざ保育園内 勝連平敷屋198-1
利用日時	月～金 9:00～12:00 13:00～16:00	月～金 9:30～16:00	月～金 9:00～14:00	月～金 9:00～16:00	月～金 9:00～14:00	月～金 8:30～12:00 13:00～15:00	月～金 9:00～12:00 12:30～14:30	月～金 9:00～12:00 14:00～16:00
連絡先	☎972-2183	☎973-6645	☎972-4358	☎090-4515-4622	☎964-2744	☎965-0997	☎975-1166	☎978-4538

注) 人員不足等で活動を休止する場合があります。 【お問い合わせ】保育幼稚園課 ☎973-5427

沖縄県 ひとり親家庭の高校生をサポート! 本島版

バス通学定期券が半額になります

たとえば... 沖縄バス、那覇バス、琉球バス、東陽バス

OKICA 通学定期券の場合

1か月定期代(通常)	割引後
片道運賃 250円	9,000円 → 4,500円
片道運賃 500円	18,000円 → 9,000円

※OKICA定期券の場合
18回分の料金の1ヶ月乗り放題! とってもおトク

- ✓ 平安座総合開発の場合は、専用の割引切符を発行します
- ✓ 定期券の区間（自宅⇄学校）なら、途中の乗り降りもOK!
- ✓ ご購入の際は事前の申請が必要です

- ### 必要書類
- ✓ 申請用紙
 - ✓ 母子及び父子家庭等医療費助成受給者証のコピー
 - ✓ 学生証コピー又は在学証明書
 - ✓ アンケート調査票
- 手続きカンタン!

対象者 児童扶養手当または母子及び父子家庭等医療費助成受給世帯
※生活保護受給世帯は対象外です

申請期限 令和2年1月31日(金)まで
※割引カードの発行には、約1ヶ月かかります。さかのぼっての割引はできません。

申請期限 令和2年3月2日(月)まで



申請先 公益社団法人 沖縄県母子寡婦福祉連合会 ☎98-887-4099 沖縄県担当

子ども生活福祉部 青少年・子ども家庭課 ☎98-866-2174