

日高川あんしん子育てプラン

(赤ちゃん誕生から4か月まで)

☆心配なことや相談したいときは

日高川町保健福祉課 電話:0738-22-9041
 中津支所 電話:0738-23-9503
 美山支所 電話:0738-23-9505

～周囲の協力を得て十分な休養をとるようにしましょう～

日にち	(/)～(/)	(/)～(/)	(/)～(/)	(/)～(/)	(/)～(/)
月	生後0か月	生後1か月	生後2か月	生後3か月	生後4か月
赤ちゃんの様子	<ul style="list-style-type: none"> ・赤ちゃんはおなかの外の環境に慣れる時期。昼夜の区別なく泣きます。 ・母乳は、空腹のサインがあれば欲しがらだけあげましょう。 ・産後約3週間は赤ちゃんのお世話に専念し、いつでも休めるようにしておきましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・おへそが乾いたら内風呂に入れます。 <div style="border: 2px solid yellow; padding: 5px;"> <p><空腹のサイン></p> <ul style="list-style-type: none"> ・おっぱいを吸うように口をうごかす ・おっぱいを吸うときのような音を立てる ・手を口に持っていく ・素早く目を動かす ・むずかる ・クーとかハーと柔らかい声を出す </div>	<ul style="list-style-type: none"> ・「あ～う～」といった声や笑顔が見られるようになります。 ・積極的に言葉をかえしてあげましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ・体重は生まれたときの約2倍になります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・赤ちゃんは理由もなく泣き続けることがあります。まず、自分の気持ちを落ち着けて対応しましょう。 
病院で	<input type="checkbox"/> 退院	<input type="checkbox"/> 1か月児健診	<input type="checkbox"/> B型肝炎① <input type="checkbox"/> ヒブ① <input type="checkbox"/> 肺炎球菌① <input type="checkbox"/> □タ①	<input type="checkbox"/> B型肝炎② <input type="checkbox"/> ヒブ② <input type="checkbox"/> 肺炎球菌② <input type="checkbox"/> □タ② <input type="checkbox"/> 4種混合①	<input type="checkbox"/> ヒブ③ <input type="checkbox"/> 肺炎球菌③ <input type="checkbox"/> □タ③ (□タテックのみ) <input type="checkbox"/> 4種混合②
家族のサポート	*里帰り(無/有)(産前・産後 _____ まで) <産後の家事・育児支援者> 有→(夫・実母・実父・義母・義父・その他)		 		
町のサポート	<申請・手続き> ★忘れず手続きをお願いします				<input type="checkbox"/> 4か月児健康診査
	<input type="checkbox"/> 妊婦健康診査(自己負担分)助成手続き <input type="checkbox"/> 新生児聴覚検査助成手続き <input type="checkbox"/> チャイルドシート助成申請 <input type="checkbox"/> 新生児訪問(生後2～3週間で助産師が訪問します) <input type="checkbox"/> こんにちは赤ちゃん訪問(新生児訪問後2か月までに保健師が訪問します) <input type="checkbox"/> おしゃべりルーム 場所:かわべ地域子育て支援センター <input type="checkbox"/> ほっとルーム 場所:なかつ地域子育て支援センター				

【 すくすく教室 】

みんなで楽しく学び、交流しましょう
 (役場から案内をしますので、お申し込みください)



対象: 3～5か月児
 内容: ①離乳食 ②子どもの事故予防 ③ベビーマッサージ
 場所: 日高川町保健センター(役場県道沿い向かい)