

# 子どもの健康と起こりやすい事故

	妊娠	0か月	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月
運動		手に触れたものをつかむ		首がすわる 見たものに手を出す		寝返りをする			はいはい 支えなしで
社会性			あやすとほほえむ 人の顔をじっと見つめる 大きな声で反応する		あやすと笑う 指しゃぶりを する		おもちゃを 一方の手から 他方に持ち替える		
言語		元気な声で泣く		声を出して 笑う			人にむかって 声を出す		

## ねんねのころ

- ♥ **車**  
チャイルドシートを使用しましょう。
- ♥ **授乳の時**  
ミルクの温度を確認しましょう。

## 寝返り・おすわりのころ

- ♥ **ベッド**  
ベッドの柵はしっかりあげておきましょう。
- ♥ **衣料・グッズ**  
赤ちゃんの衣服のボタン、ひもを確認しましょう。
- ♥ **車**  
チャイルドシートが固定できているか確認しましょう。
- ♥ **ベビーカー**  
安全ベルトをして使用しましょう。

乳幼児は発達するにつれて、いろいろなものに興味を持ち始めますが、何が危険なのかはわかりません。家の中の環境をもう一度見直してみましょう！

	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳
一人でする	一人でする									
伝い歩きする		伝い歩きする								
一人で立つ、歩く				一人で立つ、歩く						
階段をあがる						階段をあがる				
親指と人差し指でつまむ				親指と人差し指でつまむ						
スプーンを使う						スプーンを使う				
つかまり立ちする	つかまり立ちする									
記憶力が向上し、言葉を理解し始める			記憶力が向上し、言葉を理解し始める							
コップから水を飲む					コップから水を飲む					
くつをはく					くつをはく					
物の材料がわかる								物の材料がわかる		
想像遊び・空想遊びができる									想像遊び・空想遊びができる	
名前を呼ぶと振り向く				名前を呼ぶと振り向く						
質問が増えてくる					質問が増えてくる					
年齢・氏名を言える						年齢・氏名を言える				
発音がはっきりしてくる						発音がはっきりしてくる				
自分の経験したことを話せる							自分の経験したことを話せる			
人見知りをする		人見知りをする								
「パパ」「ママ」などと呼ぶ				「パパ」「ママ」などと呼ぶ						
要求を理解する				要求を理解する						
大きい・小さいがわかる					大きい・小さいがわかる					

## はいはい・たっちのころ

- ♥ **階段**  
上り口、下り口に柵やサークルをつけましょう。
- ♥ **お風呂**  
浴槽に水をためたままにせず、ドアは子どもが開けられないようにしておきましょう。
- ♥ **トイレ**  
使用後は蓋を閉じておきましょう。
- ♥ **化粧品・衣料品**  
床面から1m以上高いところにおきましょう。

## あんよのころ

- ♥ **洗濯機**  
こどもが開けられないようにしましょう。
- ♥ **ベランダ・窓際**  
近くに踏み台になるようなものを置かないようにしましょう。
- ♥ **キッチン**  
立ち入りできないようにしましょう。

スタート♡



母子健康手帳 ⇒P.19  
妊婦健康診査受診票  
の交付⇒P.21  
出産・子育て応援  
給付金⇒P.70

心配なこと・不安なこ  
とは気軽に保健師等に  
おたずねください！

☎ お電話  
お待ちしております

☎ 04-7170-0111  
FAX04-7156-5656  
(妊婦さん専用相談スペース)  
☎ 04-7154-0331  
FAX04-7155-5949  
(流山市保健センター)  
☎ 04-7158-7766  
FAX04-7158-7767  
(子育てなんでも相談室南流山センター)

妊婦訪問

保健師等が  
必要に応じて訪問  
します。

⇒P.19

新生児訪問

こんにちは赤ちゃん訪問

新生児訪問またはこんにちは赤ちゃん  
訪問で、保健師または助産師が  
みなさんのところへ訪問します。

⇒P.30

母子健康手帳別冊内の  
白色はがき(新生児・  
低体重児連絡票)を出し  
てください！

未熟児  
養育医療  
未熟児  
訪問指導

⇒P.25

3か月児健康診査

流山市内の契約医療機関でのみ無  
料で健診を受けられます。

⇒P.36

流山市から実施月の前  
月に詳しいお知らせと  
問診票をお送りします。

もぐもぐ教室

【対象】4~5か月  
離乳食の始め方と  
進め方について。

⇒P.37

すくすく相談

体重計測や  
育児に関する  
相談ができます。

⇒P.31

乳児健康診査  
(3~6か月)

3か月~7か月になる前日まで  
利用できます。

⇒P.36

乳児健康診査  
(9~11か月)

9か月~1歳になる前日まで利用  
できます。

⇒P.36

プレママパパ  
学級

妊娠中に友達づくりや  
情報交換ができます。

⇒P.20

ハローベイビー  
(両親学級)

妊娠・出産・育児に  
ついての教室です。

⇒P.20

歯周病検診

市内の実施契約医療機関  
で歯周病検診が受け  
られます。

⇒P.21

妊婦健康診査

定期的に妊婦健診を受け  
ましょう。14回分の助成  
があります。

⇒P.21

産後ケア

利用には条件が  
あります。

⇒P.31

新生児聴覚  
スクリーニング  
検査

⇒P.26



妊娠7・8か月  
アンケート・面談

※アンケートを送付  
します。必要に応じ  
て面談します。

⇒P.20

出産

出生届、児童手  
当、子ども医療  
費助成の手続きを  
忘れずに！

予防接種

出生届後約1か月以  
内に予防接種ノート  
が届きます。

⇒P.32~

カムカムキッズ

【対象】11~12か月  
乳幼児の栄養と、お口  
のお手入れについて。

⇒P.37



ゴール♡

流山市保健  
こそだて

~妊娠から

センター  
すごろく

1歳ごろまで~

## 妊娠期▶▶▶



### 母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、妊娠の届け出を行い、母子健康手帳を受け取りましょう。母子健康手帳は、保健センター、おたかの森市民窓口センター、南流山センターで交付しています。

流山市では、安心して妊娠・出産・子育てにのぞむことができるよう母子健康手帳交付時や妊婦さんの転入時に面談を実施しています。

また、母子健康手帳は、妊娠期から乳幼児期までのお母さんと赤ちゃんの健康に関する大切な情報を管理するものです。妊娠中の健康診査やお子さんの健康診査、予防接種の時には必ず必要となりますので、常に持ち歩き、紛失しないようにしましょう。

☎ 妊婦さん専用相談スペース ☎04-7170-0111

母子健康手帳を交付する際に「**コウノトリプラン**」を作成してお渡しします。コウノトリプランは、妊婦健診の受け方や妊娠中の過ごし方、ハローベビー（両親学級）の案内だけでなく、出産準備や産後の手続きをご案内しています。

また、出産・子育て応援給付金（妊娠期分）の申請書をお渡ししています。詳しくは**70ページ**をご確認ください。

妊婦さん専用相談スペースでは、保健師・助産師が妊娠中のご相談にお答えします。お気軽にお電話ください。

### 育児支援等サービス事業

出産前後に里帰りができず、家族等からのサポートが得られない妊産婦の方へ育児や家事支援のサービスを提供します。

生まれた子の退院日から、56日以内に自己負担なく上限12時間分のサービスの利用が可能です。

☎ 妊婦さん専用相談スペース ☎04-7170-0111

### 妊婦訪問

保健師等が妊婦さんに対し必要に応じて訪問しています。妊娠中から産後のお母さんのからだのこと、出産準備や産後の生活についてなどのご相談をお受けします。

☎ 妊婦さん専用相談スペース ☎04-7170-0111

☎ 子育てなんでも相談室（南流山センター） ☎04-7158-7766

## 妊娠期 ▶▶▶

### ハローベビー（両親学級）

#### 【対象】

妊娠22～36週の初産婦さんと、そのパートナーの方。

#### 【申し込み方法】

コースごとに申し込み時期が異なりますので、詳細は流山市ホームページをご覧ください。

#### 【内容】

〈歯科・栄養コース〉 問 ☎04-7154-0331

担当 歯科医師・歯科衛生士・栄養士

1. ママと赤ちゃんの歯のお話。
2. 妊娠中から産後の食生活のお話。

〈妊娠～子育てコース〉 問 ☎04-7170-0111

担当 保健師・助産師

赤ちゃんのいる生活について家族で一緒に考えたり、人形を使って抱っこ練習等を行います。

問 流山市保健センター ☎04-7154-0331

### プレママパパ学級

申し込み方法等は事業ごとに異なり、内容は変更となる場合があります。詳細は流山市ホームページをご覧ください。

#### 〈プレおやこクラス〉

妊婦さん同士で集まり、情報交換や仲間づくりを実施します。

#### 〈ウェルカム・ピーなっつ〉

多胎の妊婦さんご家族が集まり、多胎児の出産・子育てについて一緒に考えます。

問 妊婦さん専用相談スペース ☎04-7170-0111

### 妊娠7・8か月アンケート・面談

母子健康手帳の交付を受けた妊娠7～8か月頃の方に相談支援のアンケートを送付します。必要に応じて面談をします。

問 妊婦さん専用相談スペース ☎04-7170-0111

問 子育てなんでも相談室（南流山センター） ☎04-7158-7766

## ▶▶▶

### 妊婦健康診査

妊婦健診は、妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するために行います。

妊娠中は、妊娠前と比べて様々な変化が起こります。健診の機会に日常生活の注意点やトラブルの対処法など、アドバイスを受けましょう。

妊婦健診では、受診票の利用により助成を受けることができます。

- 受診票をご利用の際は、必ず母子健康手帳と一緒に持参し、医療機関に受診票を利用する旨をお申し出ください。
- 妊婦健康診査費用の一部を、一定金額を上限として助成しますが自己負担が生じる場合があります。
- 他の市町村へ転出した場合は、流山市の受診票は利用できません。
- 千葉県内の契約医療機関で使用できます。県外の医療機関での受診を希望される場合は、事前に流山市保健センターへお問合せください。

問 妊婦さん専用相談スペース ☎04-7170-0111

### 歯周病検診

妊娠中は、歯周病になりやすいため、安定期に一度みてもらいましょう。市内の実施契約医療機関で歯周病検診が受けられますので、直接実施契約医療機関へお申し込みください。

問 流山市保健センター ☎04-7154-0331

### 母子手帳アプリ

流山市が提供する子育て世代をサポートするアプリです。流山市の子育てに必要な情報を一目でチェックできます。紙の母子健康手帳と併せて使えて便利な機能も満載です。

問 流山市保健センター ☎04-7154-0331

## 働く女性のための制度

### 妊産婦の就労

妊婦健診または保健指導を受けるための時間が必要であれば、会社への申請が可能です。時間外労働、休日労働、深夜業の制限、変形労働時間制の適用制限も請求できます。

また、医師等から通勤緩和、勤務時間

の短縮や休業などの指導を受けた場合には、会社に申し出をし、適切な措置を講じてもらいましょう。医師等の指導事項を的確に事業主に伝えるための「母性健康管理指導事項連絡カード」の利用も効果的です。

### 産前産後の休業・育児時間

#### 産前休業

出産予定日の6週間前（双子以上の場合には14週間前）から、請求すれば取得できます。

#### 産後休業

出産の翌日から8週間は、就業できません。産後6週間を過ぎた後、本人が請求し、医師が認めた場合は就業できます。

#### 育児時間

産後休業後、生後1年に達しない子どもを育てる女性は、育児時間を請求することができます。

### 育児休業

原則1歳（最長2歳）までの子を育てる従業員は、一定の要件を満たしていれば、男女を問わず、子どもを育てるために休業することができます。会社に育児休業の申し出をしましょう。

新たに「産後パパ育休（出生時育児休業）」制度が創設されました！

産後パパ育休とは、これまでの育児休業とは別に子の出生後8週間以内に4週間取得ができる制度です。育児休業と合わせて勤務先に確認しましょう。



## 家族の健康

### パパママ世代でもがんにかかっているのを知っていますか？

#### 20歳代のママへ

子宮頸がんは性交渉で感染するヒトパピローマウイルスが関連しているといわれ、性交渉の経験がある方は子宮がん検診が必要です。子宮頸がんにかかる方は、20歳代から急激に増え始めます。

流山市の検診でも、20歳代・30歳代の方に子宮がんが見つかっています。

どこも悪くないと思っている20歳代にこそ、子宮がん検診が必要です！

#### 30歳代のママへ

乳がんは、女性では最も多いがんで、30歳代から増加して女性の9人に1人がかかると言われています。乳がんには確かな予防法はありませんので、早期発見のための検診が何よりも重要です。健康な方でも他人事ではありません。乳がん超音波検査は、妊娠中・授乳中でも受けられます。今の生活を守るためにも…30歳代には子宮がん＆乳がん検診が必要です！

#### 40歳代のママ・パパへ

40歳を過ぎると乳がんのリスクが上がると言われています。検査方法は2年に1度のマンモグラフィ検査に変わります。

また、仕事でも家庭でも責任が重くなるパパ世代は、健康管理も大事な仕事ですね。

40歳からは、胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診も対象になります。

職場等で検診の機会のない方はぜひご利用ください。

妊娠の可能性のある方、または妊娠中の方は主治医とご相談ください。

各種がん検診に関するご案内は、



webで 成人検診 流山市

〒 流山市保健センター  
TEL:04-7154-0331  
FAX:04-7155-5949  
e-mail: hokensuishin@city.nagareyama.chiba.jp

## 出生 ▶▶▶



### 出生後の手続き

#### 出生届の提出

出生日を含め14日以内に、市役所・各出張所に出生届を出しましょう。

#### 児童手当・子ども医療費助成の手続き

子ども家庭課が窓口になります。(70~71ページをご参照ください)

#### 未熟児養育医療、未熟児訪問指導

未熟児養育医療とは、身体の発育が未熟のまままで生まれたお子さんが、指定医療機関において入院治療を受ける場合に、その治療に必要な医療費の一部を公費により負担するものです。また、体重が小さく生まれた赤ちゃんのいる家庭には、保健師から連絡させていただき電話相談や家庭訪問を行います。

#### 【対象】

出生時2,000g以下の乳児  
または医師が必要と認めた乳児

#### 【申請・訪問】

流山市保健センター（健康増進課）

#### 【医療券交付・自己負担金】

子ども家庭課

出生届の提出と同時期の手続きをおすすめします

### 産前産後期間の免除制度

#### ●国民健康保険料

国民健康保険の被保険者のうち、出産日または出産予定日の属する月の前月から4か月間（多胎の場合は、出産日または出産予定日の属する月の3か月前から6か月間）の保険料が免除されます。詳細はお問い合わせください。

#### ●国民年金保険料

国民年金第1号被保険者期間のうち、出産日または出産予定日の属する月の前月から4か月間（多胎の場合は、出産日または出産予定日の属する月の3か月前から6か月間）の国民年金保険料が免除されます。手続き方法など詳細は、お問い合わせください。

※厚生年金加入者の産前産後休業期間中・育児休業期間中の厚生年金保険料の免除については、勤務先にお問い合わせください。

問 保険年金課 国民健康保険料 ☎04-7150-6077  
国民年金保険料 ☎04-7150-6110



## 新生児マススクリーニング (先天性代謝異常症等検査)

### 先天性代謝異常症等の検査を行う病気

アミノ酸代謝異常 (5疾患)	フェニルケトン尿症、メープルシロップ尿症、ホモシスチン尿症、シトルリン血症1型、アルギニノコハク酸尿症
有機酸代謝異常 (7疾患)	メチルロン酸血症、プロピオン酸血症、イソ吉草酸血症、メチルクロトニルグリシン尿症、ヒドロキシメチルグルタル酸血症、複合カルボキシラーゼ欠損症、グルタル酸血症1型
脂肪酸代謝異常 (5疾患)	MCAD欠損症、VLCAD欠損症、三頭酵素欠損症、CPT1欠損症、CPT2欠損症
糖質代謝異常 (1疾患)	ガラクトース血症
内分泌疾患 (2疾患)	先天性甲状腺機能低下症、先天性副腎過形成症

### 新生児聴覚スクリーニング検査

母子健康手帳別冊内の受診票を利用し、生後50日以内に初めて受けた聴覚スクリーニング検査費用の助成が受けられます。

千葉県内の医療機関で使用できます。県外医療機関で検査される場合は必ず事前に**保健センター**へお問い合わせください。

☎ 流山市保健センター ☎04-7154-0331



生まれつき体の中の栄養素を代謝するしくみや、ホルモンを作るしくみに異常があり、意識障害やけいれんなどの症状を引き起こし、知的障害などの障害を残すことがある代謝疾患と内分泌疾患を早期発見するために行う検査です。

検査を受けて早期発見ができれば、食事療法や薬剤の投与等の治療により、病気の発症や重症化予防が可能です。

ただし、まれに、この検査で発見できない場合や、結果がわかる前に発症してしまう病気があります。千葉県では代謝異常疾患を発見するために有効なタンデムマス法の検査を取り入れ、左記の表合計20疾患の早期発見を目的に検査を行っています。(詳細は**左の表**を参考にしてください)

#### 検査の受け方

出産した医療機関で生後4～6日目頃に、赤ちゃんの「かかと」から少量の血液をとって検査します。検査は、ちば県民保健予防財団で行います。千葉県内の産科医療機関に備え付けの申込書に記入して、申込みをしてください。

#### 費用

千葉県が負担します。(採血料は自己負担になります)

※精密検査が必要になった場合の費用は保険診療(一部自己負担)になります。

#### 結果

検査後1～2週間までに結果が判明します。1か月健診などの機会に確認してください。※再検査や精密検査が必要な場合は、医療機関から連絡がありますので、できるだけ早く受けてください。

また、生まれた時の体重が2,000g以下だった場合は、原則的に4～6日で1回検査し、さらに生後1か月か、体重が2,500gに達した時期、または退院時のうちいずれか早い時点で2回目の検査を行います。精密検査は、最初に採血をした医療機関から精密検査医療機関を紹介されますので、保護者から受診の連絡を行い、受診してください。(医療機関によっては事前の予約が必要になります)※精密検査の結果について医療機関や健康福祉センター(保健所)から、確認の連絡をさせていただきます。

### 千葉県外の医療機関で出産される場合

千葉県の「先天性代謝異常検査申込書」は、千葉県外の医療機関では使えませんが、多くの都道府県・政令指定都市では里帰り出産の方の検査費用を負担しています。検

査の受け方・費用等については、出産を予定している都道府県庁(政令指定都市は、当該市役所)の母子保健事業担当に直接お問合せください。

☎ 千葉県健康福祉部児童家庭課 ☎043-223-2332  
<http://www.pref.chiba.lg.jp/jika/boshi/sententaisya.html>



## 目や耳の異常も早期発見が大切！

### 目のこと

赤ちゃんは、視覚からの情報を処理する能力が未熟で発達途上です。眼球や視神経などに障害（入力系の障害）があると、その系からの情報処理能力が育っていきません。

早い時期に入力系の障害を取り除くためにも、下の表のような症状がみられたら、早めに受診してください。

時期	早く受診したほうがよい症状
赤ちゃんの時	光にまったく反応しない、人の顔を見ない、視線が定まらず目があちこちに動きやすい、なかなか笑わない
成長過程	見るときに目を細める、顔をしかめて見る、やぶにらみになる、まぶしがる、目をよくこする、歩き方がおかしい、ものに目を近づける、頭を曲げて見る。

☎千葉県健康福祉部児童家庭課 ☎043-223-2332



### 耳のこと

新生児聴覚スクリーニング検査で問題がなかったとしても、下記の表の「きこえの発達段階」の状態にあてはまらない場合は、聴覚に異常がある可能性もあります。その場合は専門医のいる病院で受診してください。

「聴こえない・聴こえにくい」と診断された

ら、早期に適切な聴覚訓練や言語指導をうけましょう。また補聴器の利用、高度な障害の場合は人工内耳の手術（2歳以上）といった方法もあります。聴覚障害の早期発見は、言語やコミュニケーション能力の発達を促すことにつながります。

時期	きこえの発達段階
1か月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆突然の音にビクッとして手足を伸ばす。</li> <li>◆目が開いている時に急に大きな音がすると目を閉じる。</li> <li>◆眠っていて突然の音に目をさますか、または泣き出す。</li> </ul>
3か月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆音がする方向をむく。◆あやすと笑う。</li> <li>◆話しかけると「アー」「ウー」などと声を出して喜ぶ。</li> </ul>
6か月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆話しかけたり歌を歌ったりすると、じっと顔をみている。</li> <li>◆声をかけるとざっと振り向く。</li> <li>◆テレビやラジオの音に敏感に振り向く。</li> </ul>
9か月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆叱った声（めっ！こらっ！など）がすると手をひっこめたり泣き出したりする。</li> <li>◆となりの部屋で物音をたてたり、遠くから名前を呼んだりするとはってくる。</li> </ul>
12か月	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆バイバイの声かけに反応する。</li> <li>◆「マンマ」「ネンネ」など人のことばをまねて言う。</li> </ul>





生後0か月 ▶▶▶



## 新生児訪問

### こんにちは赤ちゃん訪問（乳児家庭全戸訪問）

流山市では、お子さんご家族の健康を願うとともに、これからの子育てのお手伝いをさせていただくため、全てのお子さんを対象に、新生児訪問・こんにちは赤ちゃん訪問のいずれかで、助産師または保健師がご家庭に訪問させていただきます。赤ちゃんがお生まれになりまし

たら、14日以内に、母子手帳別冊内の白色のハガキ（新生児・低体重児連絡票）または電子申請にて必ずお知らせください。第1子の方は新生児訪問のご利用をお勧めします。また、訪問時に出産・子育て応援給付金（子育て期分）の申請書をお渡ししています。

訪問種類	新生児訪問	こんにちは赤ちゃん訪問
訪問対象	新生児・低体重児連絡票（母子健康手帳別冊の白色のハガキまたは電子申請）で新生児訪問を希望された方	流山市内で新生児訪問を受けていない方全員
訪問説明	生後3か月になる前日まで はがき返送後または電子申請後、後日、訪問日等のご連絡をさせていただきます。 (助産師の携帯電話から連絡する場合があります。)	生後1か月～4か月頃 訪問する前月に、はがきを郵送します。
訪問内容	助産師または保健師が訪問します。 体重測定、子育てに関する不安や悩みの相談、子育てに関する情報提供など	助産師または保健師が訪問します。 子育てに関する不安や悩みの相談、子育てに関する情報提供など
ご注意	里帰り先で新生児訪問を希望される方は、里帰り先の市区町村で訪問を受けられる場合がありますので、新生児・低体重児連絡票（母子手帳別冊の白色のハガキまたは電子申請）をお出しください。	体重測定は行いません。

☎ 流山市保健センター ☎04-7154-0331

妊娠出産・母子健康サービス

生後0か月 ▶▶▶



## 産後ケア

産後に家族等から家事や育児等の援助を受けられず、育児に不安がある等、特に支援が必要な方を対象に、お母さんと赤ちゃんと一緒に委託医療機関や助産院等の施設において、母親の心身のケアや育児サポートを受けることができます。利用については、一部自己負担が生じます。

※詳細は、[市ホームページ](#)、または[保健センター](#)へお問い合わせください。ご利用には審査があります。

- ☎ 妊婦さん専用相談スペース ☎04-7170-0111
- ☎ 子育てなんでも相談室(南流山センター) ☎04-7158-7766

## 開業助産師への相談

赤ちゃんが生まれて、母乳や離乳のこと、育児のことなど助産師さんに相談したいことが出てくるかもしれません。

流山市の近辺で活躍されている千葉県助産師会所属の助産師による無料電話相談をぜひご利用ください。

助産師の  
電話無料相談

### 【受付時間】

月～金曜日 午前10:00～午後1:00  
(祝日・年末年始を除く)  
※通話料金のみご負担ください。

### 【相談内容】

妊娠・出産・育児・母乳・離乳食・家族計画・避妊・思春期・更年期・不妊

### 【問合せ先】

☎080-5039-4720 <http://www.midwife-chiba.org/>

## すくすく相談

子育てに関する相談などがありましたら、保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士にお気軽にご相談ください。

保健センター1階ロビー・子育てなんでも相談室（南流山センター）に乳児用の身長・体重計を設置しています。

お子さんの身長・体重測定にご利用ください。

- ☎ 流山市保健センター ☎04-7154-0331
- ☎ 子育てなんでも相談室(南流山センター) ☎04-7158-7766

妊娠出産・母子健康サービス

## 予防接種

問 流山市保健センター ☎7154-0331

予防接種とは、感染症の原因となるウイルスや細菌、または菌が作り出す毒素の力を弱めて予防接種液(ワクチン)をつくり、これを体に接種して、その病気に対する抗体力(免疫)をつくることをいいます。

予防接種を受けるためには、予防接種ノートが必要になります。予防接種ノートは、出生届出後、約1か月でご自宅に郵送されます。

お手元に届きましたら、早めに接種スケジュールをたてましょう。母子手帳または、予防接種ノートを参考にしてください。

### 注射生ワクチン

BCG・麻しん風しん混合・水痘

27日以上あける

注射生ワクチン

制限なし

経口生ワクチン  
不活化ワクチン

### 経口生ワクチン

ロタウイルス

制限なし

注射生ワクチン  
経口生ワクチン  
不活化ワクチン

### 不活化ワクチン

Hib感染症・四種混合 (DPT-IPV)・小児の肺炎球菌感染症・B型肝炎・日本脳炎 など

制限なし

## 乳幼児期に受きたい予防接種一覧

＜定期接種＞

(不) …不活化ワクチン (生) …生ワクチン

予防接種名	予防する病気	接種回数 (接種間隔)	対象年齢 (標準的な接種時期)
(経口生) ロタウイルス	●ロタウイルス 胃腸炎	①2回 ②3回 ※1	①出生6週0日後から24週0日後まで ②出生6週0日後から32週0日後まで (どちらのワクチンも初回は生後2か月に至った日から出生14週6日後までに接種することが望ましい)
(不) B型肝炎	●B型肝炎	初回 3回 (27日以上の間隔を置いて2回接種した後、第1回目の接種から139日以上の間隔を置いて1回)	生後1歳未満 (生後2か月以上9か月未満)
(不) Hib感染症	インフルエンザ菌b型による気管支炎、髄膜炎、肺炎など	初回 3回 (27日～56日までの間隔を置いて3回) 追加 1回 (初回の3回目終了後、7か月以上の間隔を置いて1回)	生後2か月～5歳未満 初回 (生後2か月～7か月未満) 追加 (初回の3回目終了後、7か月～13か月の間隔をおく) ※2
(不) 小児の肺炎球菌感染症	肺炎球菌による中耳炎、細菌性髄膜炎、肺炎など	初回 3回 (27日以上の間隔を置いて3回) 追加 1回 (初回の3回目終了後、60日以上の間隔を置いて、生後12か月に至った日以降において1回)	生後2か月～5歳未満 初回 (生後2か月～7か月未満) 追加 (生後12か月～15か月未満) ※2

妊娠出産・母子健康サービス

妊娠出産・母子健康サービス

予防接種名	予防する病気	接種回数（接種間隔）	対象年齢（標準的な接種時期）
(不) 四種混合	●ジフテリア ●百日せき ●破傷風 ●ポリオ	初回 3回 (20日～56日までの間隔を おいて3回)	生後2か月～7歳6か月未満 (生後2か月～12か月未満)
		追加 1回 (初回の3回目終了後、6か 月以上の間隔をおいて1回)	生後2か月～7歳6か月未満 (初回の3回目終了後、12か月～ 18か月の間隔をおく)
(注射生) BCG	●結核	1回	生後1歳未満 (生後5か月～8か月未満)
(注射生) 麻しん・ 風しん混合 (MR)	●麻しん (はしか) ●風しん	1期 1回	1歳～2歳未満
		2期 1回	小学校就学前1年間
(注射生) 水痘	●水痘	2回 (初回接種終了後、3か月以 上の間隔をおいて1回)	生後1歳～3歳未満 (初回接種終了後、6か月～12か 月までの間隔をおく)
(不) 日本脳炎	●日本脳炎	1期初回 2回 (6日～28日までの間隔を おいて2回)	生後6か月～7歳6か月未満 (3歳以上4歳未満) ※3
		1期追加 1回 (1期初回の2回目終了後、 6か月以上の間隔をおいて 1回)	生後6か月～7歳6か月未満 (4歳以上5歳未満) ※3
		2期 1回	9歳以上13歳未満 (9歳以上10歳未満) ※3

- ※1 薬剤の種類によって接種回数と対象年齢が異なります。
- ※2 接種を生後2か月から7か月未満に開始した場合の表です。この期間に接種を開始しない場合は回数などが異なります。
- ※3 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれの人は、特例が設けられ、20歳になるまでに全4回のうち不足した回数分を接種できます。

## 任意接種

おたふくかぜ・季節性インフルエンザ等があります。接種に関してはかかりつけ医師とご相談下さい。

### 流山市へ転入された方へ

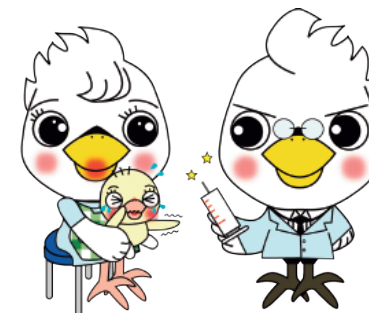
転入前の市町村の予防接種予診票は使用できません。  
母子健康手帳をご確認の上、すでに接種している予防接種の種類と接種日をお知らせください。  
お子さんの予防接種履歴に基づき、今後接種する予防接種予診票を交付します。

### 下記のいずれかの方法でご連絡ください

- ①電子申請（パソコン・携帯電話）  
パソコンでの申請は、流山市ホームページ（ID1011356）からどうぞ。
- ②電話
- ③流山市保健センター窓口  
※電子申請と電話はお手元に届くまで約一週間かかります。  
お急ぎの方は母子健康手帳を持参の上、窓口へお越しください。



▲電子申請  
二次元コード



生後3か月 ▶



## 3か月児健康診査

市独自の健診として、乳児健康診査受診票を利用しての健診とは別に、3～4か月児の期間で、3か月児健康診査（個別健康診査）を実施しています。対象となるお子さんには、生後2か月頃に詳しいお知らせと問診票をお

送ります。  
 ※流山市内の契約医療機関でのみ受診できません。  
 ※下記の乳児健康診査とあわせて、1歳までの間に3回、お子さんの健診を受けられます。

問 流山市保健センター ☎04-7154-0331

## 乳児健康診査

3～6か月児と9～11か月児の期間で各1回、母子健康手帳別冊内の受診票を利用して、千葉県内の医療機関で健診が受けられます。県外医療機関で受診を希望される場合は、必ず事前に**保健センター**へお問い合わせください。

※市外へ転出された場合は、受診票は利用できません。転出先の市町村へお問い合わせください。  
 ※流山市へ転入された方は、前市町村の受診票を流山市の受診票と交換してください。（交換場所は、市民課・各出張所・保健センターです）

問 流山市保健センター ☎04-7154-0331



生後3か月 ▶



## 離乳食教室

### もぐもぐ教室

離乳食をスタートする前に始める時期やすすめ方、作り方や下ごしらえなど離乳食の基本から紹介します。

### カムカムキッズ

離乳食が進み3回食になれた頃、離乳食の完了期から幼児食に向けてのお食事の事や、赤ちゃんの歯のお手入れについて紹介します。

	もぐもぐ教室	カムカムキッズ
対象	4か月～5か月児と保護者	11か月～12か月児と保護者
実施日	広報・市ホームページ等でご確認ください。（要予約）	
場所	保健センター（毎月） 南流山センター（原則奇数月） 東部公民館（偶数月）	保健センター（毎月） 南流山センター（偶数月） 東部公民館（奇数月）
時間	10時30分～	10時00分～
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 離乳食の進め方についてのお話</li> <li>● 作り方のデモンストレーション</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● むし歯予防についてのお話</li> <li>● 歯みがき指導</li> <li>● 離乳食完了から幼児食についてのお話</li> </ul>

問 流山市保健センター ☎04-7154-0331

1歳～▶▶▶



### 1歳6か月児健康診査

(1歳6か月～7か月)

### 3歳児健康診査

(3歳4か月～5か月)

これらの健診はお子様の成長・発達を確認する大切な健診になります。対象の方には、実施月の前月に詳しいお知らせと問診票をお送りします。

☎ 流山市保健センター  
☎04-7154-0331

### むし歯予防教室

保健センター（健康増進課）で2歳児を対象に、むし歯予防の講話と歯みがき指導、むし歯のなりやすさの検査を行っています。参加を希望する方は、1歳6か月児健診時に、転入者の方はお電話でお申し込みください。なお、2歳1か月頃にご案内のハガキをお送りします。

☎ 流山市保健センター  
☎04-7154-0331



妊娠出産・母子健康サービス



### おやこあんしん相談

「おやこあんしん相談」では、安心して子育てができるよう、“子育てコーディネーター”が子育て家庭の相談にお応えしています。また、地域の身近な子育て情報なども提供しています。

保育士の経験をもつ子育てコーディネーターが、「子どもを預けられるところは?」、「子どもと一緒に遊べる場所は?」、「近くに知り合いがない…」など、各家庭に合った子育て支援サービスの利用の助言や情報提供を行い、必要に応じて専門の相談先をご案内します。

#### ●相談窓口の場所

流山市役所 子ども家庭課  
(第2庁舎2階) [マップ: 12図C-1]

#### ●おやこあんしん相談ダイヤル

☎7158-1710

#### ●受付時間

いずれも、平日、9時から16時まで(祝日を除く)

子育てに関することについて、  
何でもお気軽に  
お問い合わせください。



妊娠出産・母子健康サービス



### 子育て相談窓口（オンライン相談）

オンラインアプリケーション（Zoom）を利用して、自宅等とインターネットを通して、映像、音声のやり取りが行える仕組みです。相手の顔が見えるため、窓口に来て相談するのと変わらない状況で利用できます。

#### ●相談の内容

- ・保育所や幼稚園等の子育て支援施設に関すること
- ・児童手当等の手続きに関すること

●詳細は二次元コードから確認してください。

