

ヘルシーナの健康応援NAVI^{ナビ}



健康課
市役所内
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386

もうすぐパパになるあなたへ

◆妊娠期のパパの役割

女性は、おなかの中で赤ちゃんを育みながら、親になることやわが子が生まれることを実感していきます。しかし、男性はその実感を持っていないため、夫婦の気持ちに温度差が生じやすくなります。

また、妊婦さんは妊娠が進むにつれて思い通りに身体を動かさないことや、今後の出産、育児に対して不安を感じていきます。

こうした妻の不安を、これからパパになるあなたが、心身ともにやさしくサポートすることで、妊娠期を安心して過ごせ、出産に臨むことができます。そのためには、育児に積極的に参加し、妻とこれから生まれてくる赤ちゃんを思いやる気持ちが必要です。

◆子どもの育ちを支えるために

夫婦仲が良いと、子育てにとても良い影響を与えたいわれています。子どもが健やかに育つためには、ママが安心感や幸福感を得られることも大切であることがわかっています。妊娠中から子どもの育ちを支えるための育児は始まっているのです。

◆パパママスクールのご案内

市では、夫婦が協力して育児に取り組めるよう、講座を開催しています。ぜひご参加ください。

◆スクールの内容

- 1 パパの妊婦体験
- 2 赤ちゃん人形でもく浴実習



●約9kgの妊婦体験スーツを着用

●もく浴実習の様子

③ 赤ちゃんのいる生活体験

DVD「赤ちゃんが泣きやまない」を視聴し、出産後の生活環境と子育ての方法を学びます。

※開催日など詳しくは下表「インフォメーション」をご覧ください。

●インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日（祝日を除く） 13：30～15：00	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
パパママスクール (育児体験コース)	3月 8日(土) 8：50～ 9：00	田原福祉センター	妊娠中の方とその夫 ※予約制 パパの妊婦体験、赤ちゃん人形のもく浴など
離乳食教室(前期)	3月12日(水) 9：50～10：00	田原福祉センター	5～6カ月児とその保護者 ※予約制 離乳食講習と保育の話、歯の話など
離乳食教室(後期)	3月11日(火) 9：50～10：00	あつみライフランド	8～11カ月の第1子とその保護者 ※予約制(定員16組) 離乳食講習と調理実習、試食など
育児相談	3月 3日(月) 9：00～10：30	あつみライフランド	身体計測、育児・母乳・栄養相談(乳幼児対象) ※母乳相談は生後6カ月まで(原則1回)
	3月14日(金) 9：30～10：30	田原福祉センター	

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。(土・日・祝日を除く 8：30～17：00)

※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

●休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。 市役所 ☎22局1111(代表)

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号
2月2日(日)	第2国見医院	☎23局2302	2月23日(日)	永井医院	☎22局0227
	かわさき整形外科クリニック	☎22局7700		杉の森皮ふ科クリニック	☎29局1112
	まち眼科	☎22局2710		渡辺歯科医院	☎32局3561
	木村歯科医院	☎22局0404	3月2日(日)	丸山医院	☎33局0313
2月9日(日)	藤岡医院	☎32局1515	なかた歯科	☎23局1162	
	ヒラノ・デンタル・オフィス	☎22局6477	3月9日(日)	ふれあいばし診療所	☎29局2500
2月11日(火・祝)	富永医院	☎23局1316	小原歯科	☎25局1139	
	藤井歯科医院	☎45局2123	3月16日(日)	あつみメディカルクリニック	☎24局2322
2月16日(日)	岡田医院	☎37局0001		葉山歯科医院	☎32局0038
	きまた眼科	☎23局1092			
	すずき歯科	☎23局0033			

診療時間 医科 ●9:00～17:00 / 歯科 ●9:00～12:00

夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院 ●☎22局2131