

産後のママをサポート！

# 産婦健康診査 一部公費負担します



赤ちゃんはもちろん、  
ママも元気でいてね！

## 産婦健康診査を一部公費負担します

### ♥対象

平成31年4月1日以降に出産し、産婦健康診査受診日に町内にお住まいの方

### ♥助成内容

産婦健康診査1回分(上限4千円)  
※助成を受けるためには、産婦健診時に「エジンバラ産後うつ問診」の実施が必要です。

### ♥受診方法

医療機関での会計時に、「産婦健康診査補助券」を提出してください。

### ♥補助券について

平成31年度4月1日以降に出産した方で、補助券がお手元がない方には順次発送、又は保険健康課の窓口で交付します。

これから妊娠届を提出する方には、保険健康課の窓口で母子健康手帳を交付する際と一緒にお渡しします。

現在、第3子妊娠中の  
米盛さんにお話を伺いました！



### ♥赤ちゃんが生まれてから、 どのように生活が変化しましたか？

子ども優先の生活に変わりました。家事や育児で1日が慌ただしく過ぎていきますが、子どもと接すると温かく、穏やかな気持ちになります。

よねおり ひろこ  
米盛 寛子さん(上島)  
ちはな みそら  
千花ちゃん(左)・美空ちゃん(右)

### ♥産婦健康診査補助事業の 開始を受けて

子どもが元気であることが一番大切ですが、親が元気であることも大切だと思います。補助事業によって、産婦健康診査を受けやすくなるため、健康面や家計的にも助かります。

## Column 産後ママの心と体

出産後のママは、気分が変わりやすかったり、理由もなくイライラしたりするマタニティブルーを経験することが多くあります。その主な原因は、慣れない育児による疲れや睡眠不足、ホルモンバランスの急激な変化などといわれています。次の症状が継続して見られるときは、医師や助産師、保健師に相談しましょう。

- ☑ほとんど一日中、気分が沈んでいて、行動を起こす気力がわからない。
- ☑赤ちゃんに何の感情もわいてこない。
- ☑「自分には母親の資格がないのでは?」と感じる。
- ☑食欲がわからない、又は逆に食べ過ぎてしまう日々が続く。
- ☑不眠(眠れない)、又は過眠(眠りすぎてしまう)が続く。

新しい家族を迎え、生活の変化に戸惑うこともあると思いますが、夫婦でコミュニケーションをとり、思いやりや気遣いをもって生活をしていきましょう。



左から、PTA副会長の中野友紀枝さん、武藤まちづくり情報特派員、PTA副会長の内田朱美さん、小田まちづくり情報特派員



## 3年間教育がスタート！ 開成幼稚園をレポート！

企画政策課 ☎84-0312

**What's?** **親子ふれあいウィーク**  
保護者が園児たちと一緒に、幼稚園で過ごす期間のことです。子どもたちが保護者と離れて過ごすことに対する不安解消や、保護者同士のコミュニケーションの場づくりを目的として取り組んでいます。

4月から3年間教育が始まった開成幼稚園。子どもたちの様子はどうか?どんな風になったのかな? などなど、気になることがたくさん!  
今年度からの新しい取り組み「親子ふれあいウィーク」に参加し、幼稚園の1日に密着してきました!

**1 登園** 徒歩や幼稚園バスで園児たちが登園します。毎朝、園長先生が笑顔で園児を迎え入れます。

バスの運転手には、「安全を最優先にするように。」と伝えています。最初は緊張していた子どもたちですが、元気に挨拶する子が増えてきて嬉しそうです。これから、もっと元気な声が聞こえてくるのが楽しみです。

よねやま たかし  
米山 孝 園長

**2 保育時間** 年少さんのクラスは、担任1人、支援者2人で対応しています。手遊び歌が大好きな子どもたちです!

年少クラスでは、3歳児の興味と体力に合わせた保育を心がけています。遊び場等は先生が一方的に伝えるのではなく、子どもたちの意見を取り入れ、子どもたちが楽しく、安心して遊べる環境づくりに努めています。

こばやし まさこ  
小林 雅子 教頭

**3 保護者と合流(親子ふれあいウィーク)** 途中から保護者が合流し、園児たちと一緒に過ごします。取材日は、幼稚園内を探検し、先生から各部屋についての説明を受けました。保護者同士だけではなく、保護者と先生のコミュニケーションづくりの場でもあります。

お母さんと一緒に幼稚園を探検!

**取材を終えて**  
今まで一緒にいた保護者と離れ、不安や寂しさが残る年少さんたちに対して、先生たちは素晴らしい笑顔で接していました! その笑顔を見て子どもたちも自然と笑顔になっていく、そんな安心出来る開成幼稚園で、のびのびすすくと遊びながら学んでいってほしいなと感じました。  
まちづくり情報特派員 武藤 一美

**Interview / 保護者の声**  
親元を離れて、毎日幼稚園に通うことに少し不安はありましたが、通園によって、良い生活リズムが出来始めています。  
集団生活にも次第に慣れ、友だちから良い刺激をもらえるのではないかと期待しています。

ひろこ  
ブライズ 圭子さん(上延沢)  
クリアちゃん

このコーナーでは、町内の気になるあの場所・あの人をまちづくり情報特派員が取材します。気になる情報をお寄せください!