

ちとせ版ネウボラ

妊娠・出産から子育てまでの切れ目のない支援



Welcome to Chitose
子育てのまちへ、ようこそ

子育てするなら、
千歳市

平成29年1月

北海道千歳市 母子保健課

千歳市の概要

北海道の空の玄関「新千歳空港」があり、工業団地には大手企業が立地、自衛隊基地がある道央圏の中核都市です。人口が5年間で2,044人増加(平成27年国勢調査)しており、子育て環境が充実した街です。

- 人口 96,384人 (H29年1月1日現在)
- 面積 594.95km² (東京23区とほぼ同じ面積)
- 高齢化率 21.5% (H29年1月、道内で最も低い)
- 平均年齢 42.9歳 (H27年国勢調査、道内一若い街)
- 合計特殊出生率 1.53 (H26年 全国1.42 全道1.27)



“子育てするなら、千歳市”

子育てするなら、
千歳市

元気あふれる未来に向けて、魅力ある新しいビジョンを！

千歳市は、子育て世代がしあわせを実感できる「子育てのまち」として、経産・出産から子育てまで一貫した切れ目のないサポートを行っています。

千歳市のオリジナリティーにあふれる支援を、すべての子育て世代に！

<p>経産・出産支援</p> <p>産前産後の不安解消 助産事業の導入</p> <p>産後・育児に関する相談イベント 「いへ産後のひととき」の開催 など</p> <p>産前産後支援センターによる 「産後・育児支援」の充実</p>	<p>きめ細かな支援</p> <p>「もたせ子育てコンシェルジュ」 によるきめ細かなサポート</p> <p>子育てに不安や悩みがある家庭を 訪問する「もたせホームスター」の実施</p> <p>乳児虐待防止の「スマアール」 「乳児虐待防止安心相談ダイヤル」の実施</p> <p>産前産後支援センターによる 「産後・育児支援」の充実 など</p>	<p>産し物・保育</p> <p>幅広い世代の市民が参加する 「母親会研究会まつり」の開催</p> <p>お産をサポートするから安心できる 「産後・育児支援センター」の設置</p> <p>ベビー・子ども用品店とファミリーマーケット 「産し物」の取扱い</p> <p>市内企業による子育て支援イベント 「産前産後支援センター」の開催</p> <p>子ども園の質を上げつづけてを推進 「子育てするなら、千歳市」の取扱い</p>	<p>女性の就業支援</p> <p>産後期の保育料の負担軽減</p> <p>産前産後休業期間中の就業支援 「産前産後休業期間中の就業支援」の取扱い</p> <p>「産前産後休業期間中の就業支援」の取扱い</p> <p>子育て支援センターの取扱い</p>	<p>子どもの居場所づくり</p> <p>子育て世代が育ったまちを実現するために 「子育て世代の居場所づくり」の取扱い</p> <p>子育て世代の居場所づくりの取扱い</p> <p>子育て世代の居場所づくりの取扱い</p>
---	--	--	---	--

詳しい情報については、千歳市公式サイト
「子育てするなら、千歳市」ページをご確認ください。

子育てするなら、千歳市 検索

子育て中のパパ・ママを応援し、先進的な子育て支援に取り組む、“子育てするなら、千歳市”の政策を進め、「子育て世代に選ばれるまち」を目指しています。

【キャッチフレーズ】
“子育てするなら、千歳市”

【政策ビジョン】
子育て世代がしあわせを実感できる「子育てのまち」

【総事業数】
平成26年度からの3年間で、
38事業を開始しています。

5つのコンセプトと38事業

■ 子どもの健やかな成長(8事業)

学童クラブの対象学年・定員の拡大、ランドセル来館の導入、中高生タイムの導入、障がい児のためのインクルージョン保育の導入、養育支援ヘルパーの派遣、5歳児相談の導入、ちとせ学習チャレンジ塾の開設、緊急メッセージ“児童館においでよ”の発信

■ 子育て世代の移住・定住促進(9事業)

子育てコンシェルジュの導入、ママサポート(訪問型子育て支援)の導入、ちとせ版ネウボラの導入、ランチデーの導入、ランチタイムの導入、転入親子ウエルカム交流ツアーの導入、新制度における保育料の独自軽減拡充、毎日ランチデーの導入、マタニティー・ランチデーの導入

■ 女性の妊娠・出産・就業の支援(8事業)

不妊治療費助成事業(特定、一般)の導入、産前産後ケア事業の導入、産後ママ相談の導入、いいお産の日inちとせのイベント開催、幼保連携型認定こども園の普及促進、小規模保育の導入、保育士等人材バンクの導入、保育士就職セミナーの開催

■ 住民のワーク・ライフ・バランスの向上(6事業)

げんきっこセンターの開設、児童館型子育て支援センターの導入、子育て支援センターの休日開館導入、一時預かり事業の拡大、ファミリー・サポート・センターの負担軽減、イケボス宣言

■ 家庭や地域での子育て力の向上(7事業)




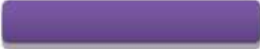












9館合同児童館まつりの開催、公立子育て施設によるブログの導入、子育てガイド&おでかけMAPの作成・配布、子育てスキルアップ講座の導入、親子でフリマの開催、企業連携ぷちゼミの開催、子育て特典カードの拡充

ライフステージ別の主要事業

妊娠・出産から子育てまでの切れ目のない支援



No.	事業名	出産前	乳幼児 (0歳～5歳)	小学生 (6歳～11歳)	中高生 (12歳～18歳)
1	不妊治療費助成事業の導入	■			
2	産前産後ケア事業の導入	■			
3	いいお産の日 in ちとせの開催	■			
4	幼保連携型認定こども園の普及促進		■		
5	小規模保育の導入		■		
6	新制度保育料の独自軽減の拡充		■		
7	インクルージョン保育の導入		■		
8	児童館型子育て支援センターの導入		■		
9	ママサポート（訪問支援）の導入		■		
10	ランチデー・ランチタイムの導入		■		
11	転入親子ウエルカム交流ツアーの導入		■		
12	企業連携ぷちゼミの開催		■		
13	5歳児相談の導入		■		
14	ファミリー・サポート・センターの負担軽減		■	■	

No.	事業名	出産前	乳幼児 (0歳～5歳)	小学生 (6歳～11歳)	中高生 (12歳～18歳)
15	学童クラブの対象学年・定員の拡大				
16	ランドセル来館の導入				
17	中高生タイムの導入				
18	ちとせ学習チャレンジ塾の開設				
19	“児童館においでよ” メッセージ発信				
20	ちとせ子育てコンシェルジュの導入				
21	子育てスキルアップ講座の導入				
22	子育てブログの導入				
23	子育て支援センターの休日開館の導入				
24	ちとせ版ネウボラの導入				
25	9館合同児童館まつりの開催				
26	げんきっこセンターの開設				
27	養育支援ヘルパーの導入				
28	親子deフリマ!の開催				
29	子育てガイド&おでかけMAP作成				
30	保育士等人材バンク、就職セミナー開催				

フィンランドのネウボラとは

【ネウボラの概要】

フィンランド語で“ネウボ(neuvo) = アドバイス” “ラ(la) = 場所”という意味です。約70年前にフィンランドで発祥した制度で、国内に800以上の拠点があります。特別な教育を受けたネウボラナース(保健師・助産師)がこまめに話を聴き、母親と子どもを中心としながら家族全体を支援します。

【ネウボラの背景】

フィンランドでは、1920年初頭に新生児の死亡率が高かったことから、小児科医アルヴォ・ユルツポ教授らの民間有志たちが、安全な出産と健全な子育てを目指すために「ネウボラ」を始めたとされており、1944年に国が制度化し、法律でその設置と運営を市町村に義務付けています。

【ネウボラの内容】

フィンランドのネウボラでは、プライバシーの守られた部屋で1回30分から1時間程度の面談が行われ、妊婦の不安や悩み、家族状況などを細かに聞いて支援します。「出産ネウボラ」では妊娠中に8回程度、「子どもネウボラ」では出産後2回、子どもには15回程度の健診(無料)があります。

日本版ネウボラとは

国は、「まち・ひと・しごと創生基本方針2015」(平成27年6月30日閣議決定)において、妊娠期から子育て期にわたるまでの様々なニーズに対して、総合的相談支援を提供するワンストップ拠点「子育て世代包括支援センター」(日本版ネウボラ)の整備を掲げています。

平成27年度中に150か所を整備し、おおむね5年後までに地域の実情等を踏まえながら、全国展開を目指していくとしています。

【日本版ネウボラの3要件】

- ① 地域の特性に応じ、専門的な知見と当事者目線の両方の視点を活かし、必要な情報を共有して、切れ目のない支援をすること。
- ② ワンストップ相談窓口において、妊産婦、子育て家庭の個別ニーズを把握した上で、情報提供、相談支援を行い、必要なサービスを円滑に利用できるよう、きめ細かく支援すること。
- ③ 地域の様々な関係機関とのネットワークを構築し、必要に応じて社会資源の開発等を行うこと。

ちとせ版ネウボラ

【概要】

孤立する子育て家庭や妊娠・出産に不安を抱える母親も多くいるため、妊娠から出産までの「妊婦ネウボラ」と、出産後から子育て期までの「こどもネウボラ」を行うことで、子育て家庭を継続的に支援します。

【目的】

親を指導するのではなく、ともに考え、寄り添い、必要な連携機関につなぐことを通して、妊娠・出産や子育ての不安を解消し、マタニティブルー、産後うつ、育児ノイローゼ、児童虐待を予防します。

【対象者】

フィンランドのネウボラでは、就学前までの子どもを持つ家庭を対象としていますが、本市では、妊娠期から子育て期(子どもが概ね18歳)までを対象とすることで、思春期を含む高校生までをサポートします。

ちとせ版ネウボラの特徴

(1) 18歳までを対象とする「こどもネウボラ」

育児の難しさは、思春期(概ね11歳～18歳)まで続きます。思春期は子どもにとって悩みが多い時期であると同時に、親に反抗的な態度を見せたり、望まない妊娠などもあるため、高校生までを包括的に支援します。

(2) 5つの支援プラン(ポピュレーションアプローチ)

妊娠届出にきた母親全員に「妊娠期支援プラン」を作成するほか、こんにちは赤ちゃん訪問時にも全員に「産後支援プラン」、「乳児期支援プラン」を作成します。このほか、子どもの成長に合わせ、「幼児期支援プラン」「養育支援プラン」の計5種類の支援プランを作成します。

(3) 関係機関等の連携(ネットワーク型支援)

総合保健センター、子育て支援センター、家庭児童相談室が核となり、産前産後ケア担当主幹やこども療育課などの関係機関等が連携し、「個別ケア会議」、「ちとせ版ネウボラ会議」を開催します。

ちとせ版ネウボラの理念

理念を大切にして、ネウボラに取り組みます。

【理念】

全ての妊婦、母子、子育て家庭に対して、直接のアドバイスや援助の機会を確保し、生まれ来る子どもたち一人ひとりの幸福を実現します。

【理念の考え方】

フィンランドのネウボラの理念は、「すべての母親たち、貧しい母親にも、裕福な母親にもあまねく、直接のアドバイスを得る機会や援助が得られる機会を確保する」としており、本市もその理念を踏襲し、全ての子どもたちの幸福を実現することを目標に、ちとせ版ネウボラを実施します。

【理念の実現】

ちとせ版ネウボラで大切にすることは「対話」。丁寧に話を聞き、親子に寄り添うことで、家族との信頼関係を構築します。
妊娠期から子育て期まで切れ目なく包括的に支援し、母親の孤立や児童虐待を防止し、理念の実現を目指します。

ちとせ版ネウボラの配慮事項

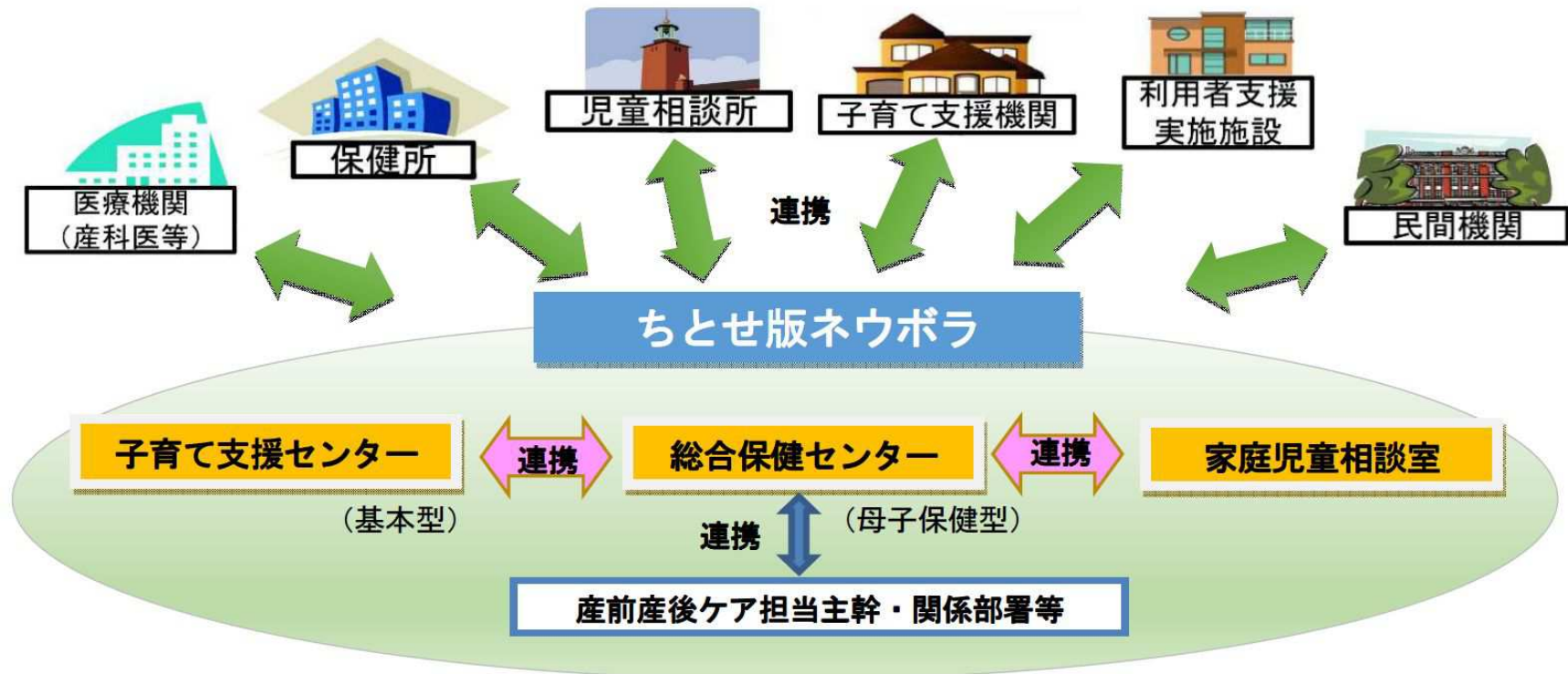
ちとせ版ネウボラは、保健師等の専門職が相談者と対等な立場で、次の5つの事項に配慮します。

- (1) 相談しやすい雰囲気を作り、利用者の目線に立って、傾聴、対話、見守りなどの切れ目のない支援を行うこと。
- (2) 相談者の心配なことや気がかりなこと、不安や悩みに寄り添いながら、本人との信頼関係を構築すること。
- (3) 子育ての楽しさを感じられるように、様々なサービスをコーディネートし、関係機関等と連携し、子育て支援に努めること。
- (4) 相談者が抱えるリスクや課題を早期に発見し、産後うつや育児ノイローゼ、児童虐待などの予防に努め、「生命を守る」という観点から必要な支援を行うこと。
- (5) 個人や家族のプライバシーを守り、コミュニケーションを重視して、利用者が安心して相談できる環境を提供すること。

※ ネウボラに携わる職員は、寄り添い型(伴走型)の支援に努めます。

ちとせ版ネウボラの事業構築

新制度の利用者支援事業の「母子保健型」と「基本型」を活用し、総合保健センター、子育て支援センター、家庭児童相談室が核となって、産前産後ケア担当主幹、こども療育課などの関係部署や関係機関と連携し、シームレスに必要な窓口につなぎます。



ちとせ版ネウボラの事業内容

事業名	事業内容
妊婦ネウボラ (随時支援)	総合保健センター1階に個室の相談室を新設し、母子保健コーディネーターが親との会話を通して、「傾聴」、「対話」、「助言」を行います。(子育てコンシェルジュとの連携)
こどもネウボラ (定期開設・巡回支援)	妊婦ネウボラ同様、個室の相談室を新設し、定期的に相談に応じます。保健師、助産師、栄養士等が市内の子育て支援センター(10か所)を巡回し、妊産婦や子育て中の親が相互に交流しながら、気軽に相談できる機会をつくります。(週1回程度、すくすく計測の日)
個別ケア会議	心理社会的問題、家庭内暴力、望まない妊娠、ネグレクト、育児不安や孤立感など、支援が必要な家庭に対して複数の専門職による「個別ケア会議」を開催し、チームで支援します。
ちとせ版 ネウボラ会議	総合保健センター、子育て支援センター、家庭児童相談室、産前産後ケア担当主幹、こども療育課などが、顔の見えるネットワークを構築し、定期的に「ちとせ版ネウボラ会議」を開催します。

ちとせ版ネウボラのスキーム

	妊娠前	妊娠期	出産	乳児期	幼児期			学齢期
				0歳	1歳	2歳	3歳	4歳
総合保健センター (母子保健課)	不妊相談	ネウボラ相談	こんにちは 赤ちゃん訪問事業	乳幼児健康診査 (4か月児・1歳6か月児・3歳児)			5歳児相談	思春期相談
	不妊治療費助成	母子健康手帳交付		育児相談、すくすく計測日				
		妊産婦健康診査		子育て講座、子育てミーティング				
		妊婦相談 (若年・未婚)		各種予防接種				
		育児教室		健康教育(性に関する教育、母性の健康など)				
		両親学級						
		養育支援訪問						
産前産後ケア 担当主幹	ネウボラ相談、産後ママ相談、産後訪問ケア事業(アウトリーチ型)							
	ちとせ版ネウボラ推進フォーラム(ファザーリングジャパン代表による講演)							
	助産師ネットワークの構築							
子育て支援 センター	子育てコンシェルジュ(相談支援、情報提供)、ママサポート(訪問型子育て支援)							
	マタニティー・ランチデー、マタニティーヨガ、親子ヨガ、ベビーマッサージ、親子ピクス							
	つどいの広場、あかちゃんランド、ママキッズ教室、子育て講座、子育てサークル支援							


妊娠前	妊娠期	出産	乳児期	幼児期					学齢期
			0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6～17歳

家庭児童
相談室

養育支援ヘルパー派遣、子育て短期支援事業（ショートステイ）

児童相談、虐待相談、要保護児童地域ネットワーク協議会

子育てカウンセリング、子育てスキルアップ講座

ちとせ版ネウボラ  との連携

活用できる
事業・相談

一時預かり事業（一般型）、ちとせ子育て特典カード

病児・病後児保育事業（こどもデイケアセンター）

出産・育児に関する相談・地域子育てサロン～民生委員・児童委員

民間による
サービスなど

ファミリー・サポート・センター事業～千歳市社会福祉協議会

緊急サポートネットワーク～こども緊急サポネット(NPO法人)

育児・家事援助サービス～シルバー人材センター、ライフヘルプちとせなど

ネウボラ担当者

ちとせ版ネウボラは、母子保健コーディネーター(正職員9人、非常勤職員4人)が妊娠期から子育て期まで継続的な支援を行い、個別ケースに合わせて、子育てコンシェルジュ、産前産後ケア担当、養育支援担当、療育担当などと連携します。

担当部署	場 所	住 所	電 話
母子保健課母子保健係	総合保健センター1階	千歳市東雲町2-34	0123-24-0771
産前産後ケア担当主幹	市役所本庁舎1階	千歳市東雲町2-34	0123-24-0133
子育て総合支援センター ちとせっここどもセンター係	ちとせっこセンター2階	千歳市花園4-3-1	0123-40-1717
こども家庭課児童相談係	市役所本庁舎1階	千歳市東雲町2-34	0123-24-0935
こども療育課相談支援係	総合福祉センター2階	千歳市東雲町2-34	0123-24-0353

※ 保健師や助産師、子育てコンシェルジュが、アウトリーチ(家庭訪問)で支援します。

※ 母子健康手帳交付、こんにちは赤ちゃん訪問(全戸訪問)は、母子保健課の専門職(保健師、助産師、看護師)が担当します。

相談担当者の研修体制

ネウボラに関わる職員を対象に、「コーチング」、「カウンセリング」、「ペアレントトレーニング」の各研修会を毎年開催し、資質向上に努めています。

コーチング (2日コース)	「コーチ」の語源は、「乗り合い馬車」の座席を指すというのが有名ですが、人生のある地点で相乗りし、目的地に向かって一緒に進んでいくパートナーとして、「指示」ではなく会話の質と量によって、自発的な行動を促す方法を学びます。
カウンセリング (1日コース)	相談者の話にひたすら耳を傾け、対話を通して孤独感を癒やし、相談者が自ら解決の道を歩んでいく方法を学びます。 ① 傾聴、受容(無条件に聞く、うなずき、相づち、アイコンタクト) ② エコー(本人の理解を深めるため、メッセージを反復します) ③ 支持、承認(過去を許し、現在を褒め、未来を励まします) ④ 明確化(何を問題としているかを考え、明確にします) ⑤ 質問(オープンクエスチョンを心がけます)
ペアレント・トレーニング (3日コース)	米国発祥のペアレントトレーニングプログラムを参考に、子育てやしつけを学びます。叩いたり、どなったりしないで子育てができるように、ロールプレイを取り入れた実践的なペアレントトレーニングを通して、適切に助言を行えるようにします。

ちとせ版ネウボラの相談体制

ネウボラ相談へのつながり方

- ① 自主相談(本人の申し出)
- ② インフォーマル分野からの紹介(家族・親戚・友人・職場関係者・近隣の人など)
- ③ フォーマル分野からの紹介(民生委員・こども家庭課・こども療育課・福祉課・障がい者支援課・女性相談・保健所・こども園・保育園・幼稚園など)
- ④ 保健事業に携わる職員、子育て支援センター職員からの紹介

妊婦ネウボラ (母子保健課)

対象: 妊婦
開設: 平日 9:00~17:00
場所: 相談室1
担当者: 第2種非常勤職員
(保健師、助産師、看護師など)
全員に妊婦支援プランを作成

こどもネウボラ1(予約制) (母子保健課)

対象: 妊婦~子育て中の保護者
開設: 月1回
場所: 相談室2、家庭訪問(随時)
担当者: 母子保健コーディネーター
(保健師・助産師など)
希望者に乳児・幼児支援プランを作成

こどもネウボラ2(巡回型) (子育て支援センター)

対象: 妊婦~子育て中の保護者
開設: 年間 約36回
場所: 子育て支援センター10か所
担当者: 保健師、助産師、コンシェルジュ、
保育士など
希望者に乳児・幼児支援プランを作成

必要時アセスメントシートを作成

初回面接後、支援が必要な方について、アセスメントを行います。
妊婦相談については、アンケートを参考にアセスメントを行います。



サービス利用の意向確認

相談者及び母子保健コーディネーターから、支援が必要者な方に、支援プランの作成の希望(有無)を確認します。



支援プランの作成

本人がプラン作成を希望する場合は、本人も個別ケア会議に参加し、支援者にあった支援プランを作成します。
本人がプラン作成を希望しない場合でも、関係機関が支援者にあった支援プランを作成します。



サービス利用

サービス事業者等と連携し、必要なサービスを提供します。



モニタリング

サービス開始後、支援者の状況をモニタリングし、今後の支援を再検討します。

支援プランの作成

母子保健課の母子保健コーディネーター(保健師、助産師、看護師)が、アンケートやアセスメントに基づき、5種類の支援プランを作成します。

作成時期	支援プラン名称	支援プランの内容
妊娠届出 (妊娠届出時)	妊娠期支援プラン	妊婦健康診査、ママクラブ、体験パパクラブ、育児基礎講座、ネウボラ相談ほか
出産後 (こんにちは赤ちゃん訪問時)	産後支援プラン	産後健診、産後ママ相談、産婦訪問、さわやか健診、子育て支援事業ほか
1か月～12か月 (こんにちは赤ちゃん訪問時)	乳児期支援プラン	乳児健診、予防接種、赤ちゃん訪問、育児相談、子育てカウンセリングほか
1歳～6歳	幼児期支援プラン	幼児健診、予防接種、子育て支援センター、コンシェルジュ、子育て講座ほか
必要に応じ	養育支援プラン	養育支援訪問、養育支援ヘルパー、家庭児童相談、女性相談、発達相談ほか

※ 乳児支援プラン、幼児支援プラン、養育支援プランは、母子保健課以外の部署でも作成します。

ネウボラ相談アセスメントシート

ネウボラ相談(妊婦)アセスメントシート 作成日 平成 年 月 日 作成者

妊婦氏名 年齢 歳 出産予定日 平成 年 月 日

主訴・特記事項など

ジェノグラム

ネウボラ相談(乳児)アセスメントシート 作成日 平成 年 月 日

乳児氏名 生年月日 平成 年 月 日

概要・主訴など

ネウボラ相談(幼児)アセスメントシート 作成日 平成 年 月 日

幼児氏名 生年月日 平成 年 月 日

概要・主訴など

妊婦の健康因子

アセスメント項目

特記事項

支援内容

養育支援プラン作成

乳児について

アセスメント項目

特記事項

支援内容

養育支援プラン作成

幼児について

アセスメント項目

特記事項

支援内容

養育支援プラン作成

親について

アセスメント項目

特記事項

支援内容

養育支援プラン作成

アセスメントシートは、「妊婦用」「乳児用」「幼児用」の3種類があり、家族全員の状況などを把握します。

「妊婦アセスメントシート」
ジェノグラム、妊婦の健康因子13項目、妊婦個人因子12項目、パートナー因子15項目、環境因子15項目、支援内容28項目など

「乳児アセスメントシート」
概要・主訴、乳児因子15項目、親因子18項目、環境因子15項目、支援内容34項目など

「幼児アセスメントシート」
概要・主訴、乳児因子17項目、親因子21項目、環境因子15項目、支援内容35項目など

妊娠期支援プラン

支援プランの作成者を記入します。

妊娠期支援プラン(仮称)

作成者名

千歳市総合保健センター 千歳市東雲町2丁目34


担当保健師名

地区担当保健師の名前を記入し、いつでも相談できることを伝えます。

作成日 年 月 日

連絡先 0123-24-0771

1枚目

氏名		(生年月日)		年 月 日		住所		連絡先		第 子		
目標と心構え	サポート項目	ガイド ページ	妊 娠 初 期		妊 娠 中 期			妊 娠 末 期			出産予定日 年 月 日	
			2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月		10か月
○ママの健康を守り、元気な赤ちゃんを産むために定期的に妊婦健診を受けましょう。 	○妊婦健康診査 14回 (身体について気になることは相談)		4週に1回			2週に1回			1週に1回			出産医療機関名 ・千歳市民病院 ・マミーズクリニックちとせ
			初診	① /	② /	③ /	④ /	⑤ /	⑦ /	⑨ /	⑪ /	
		妊婦健康診査を忘れないように予約日を記入します。										
		ママ向け講座の予定日を記入し、参加を促します。										
		パパ向け講座の予定日を記入し、参加を促します。										
		保健師等との相談予定を記入します。										
		ネウボラ相談の利用を促します。										
		2枚目ではフォーマル、インフォーマルのサービス利用を促します。(千歳市の子育てガイドの掲載ページを表記)										

妊婦健康診査を忘れないように予約日を記入します。

ママ向け講座の予定日を記入し、参加を促します。

パパ向け講座の予定日を記入し、参加を促します。

保健師等との相談予定を記入します。

ネウボラ相談の利用を促します。

2枚目ではフォーマル、インフォーマルのサービス利用を促します。(千歳市の子育てガイドの掲載ページを表記)

連絡先・電話

こども家庭課・保育係 ☎24-0328
こども家庭課・保育係 ☎24-0340
こども家庭課・保育係 ☎24-0935

産後支援プラン

支援プランの作成者を記入します。

地区担当保健師の名前を記入し、いつでも相談できることを伝えます。

産後支援プラン(仮称)

作成者名

千歳市保健センター 千歳市東雲町2丁目34番地

担当保健師名

作成日 年 月 日 連絡先 0123-24-0771

1枚目

氏名	(生年月日)	年	月	産後1か月に赤ちゃんと一緒に健診を受けたらチェックします。	連絡先	第 子
目標と心構え	サポート項目	ガイドページ		金		
○産後の心身の健康のため、健診や健康相談を利用しましょう。 	<input type="checkbox"/> 産後健診			産後1か月に赤ちゃんと一緒に健診を受けましょう。(各産科医療機関)	有料	
	<input type="checkbox"/> 産後ママ相談(仮)			出産後～3か月くらいまでが対象です。助産師が、授乳(赤ちゃんの体重測定を含む)・産後のからだ・育児などの相談に応じます。保健センターで実施しています。事前の予約が必要です。	無料	子育て支援室 産前産後ケア担当 ☎ 24-3131 内線844
	<input type="checkbox"/> 産婦訪問・電話相談			マタニティーブルーなどの産後の心の変化や身体の変化など相談に、随時、応じています。	無料	ファミリー・サポート・センター
	<input type="checkbox"/> 子育てママの健康相談			保健師、栄養士がママの健康に関する相談に応じています。血糖や血圧が高かった方などの相談もお受けしています。保健センターで実施しています。日程は広報ちとせで確認してください。	無料	
	<input type="checkbox"/> さわやか健診	P13		職場で健診が受けられない育児中のママなどが対象です。子ども同伴でも受けられます。血液検査で、貧血や血糖、血圧測定などができます。保健センターで実施しています。日程は広報ちとせで確認してください。19歳から39歳までが対象です。	1,000円	健診申込専用ダイヤル ☎24-0617 市民健康課・市民健康係 ☎24-0364
	<input type="checkbox"/> 各種がん健診(子宮がん・乳がん・肺がん・胃がん・大腸がん)	P13		市が実施している子宮がん健診は、20歳から、その他のがん検診は、40歳から受診できます。日程は広報ちとせなどで確認してください。気になる症状があるときは個別に受診しましょう。心配なことは相談しましょう。	有料	子ども政策課 ☎24-0340 子ども緊急サポートネットワーク ☎ 011-632-5180
○病院や地域の助産師に授乳や母乳育児について相談しましょう。	<input type="checkbox"/> 医療機関・母乳相談室			母乳育児について心配なことやおっぱいのトラブルなどの相談ができます。母子健康手帳のおっぱいシートに相談機関や連絡先を掲載しています。	有料	

産後1か月に赤ちゃんと一緒に健診を受けたらチェックします。

無料で受けられる産後ママ相談や産婦訪問を紹介しています。

育児中のママが1,000円で受けられるさわやか健診を紹介しています。

各種がん健診の案内をしています。

医療機関などで受ける母乳相談を紹介しています。

2枚目ではフォーマル、インフォーマルのサービス利用を促します。(千歳市の子育てガイドの掲載ページを表記)

乳児期支援プラン

支援プランの作成者を記入します。

乳児期支援プラン(仮称)

作成者名

作成日 年 月 日

千歳市総合保健センター 千歳市東雲町2丁目24番地

担当保健師名

連絡先 0123-24-0771

1枚目

地区担当保健師の名前を記入し、いつでも相談できることを伝えます。

氏名	(生年月日)	年	月	日	住所	連絡先	第 子									
目標と心構え	サポート項目	ガイドページ	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	12か月	料金	連絡先
			内容 (場所)	料金	連絡先											
○赤ちゃんの健康と発育確認のために定期的に健診を受けましょう。	<input type="checkbox"/> 1か月児健診	P11	乳幼児健診を忘れないようにチェックします。											有料	保健センター 母子保健課・母子保健係 ☎24-0771	
	<input type="checkbox"/> 股関節脱臼検診		(指定医療機関にて個別実施。個別通知します。)											無料		
	<input type="checkbox"/> 4か月児健診		○ (保健センターで集団で実施。個別通知します。)											無料		
	<input type="checkbox"/> 10か月児健診		(指定小児科で個別で実施。個別通知します。)											無料		
○赤ちゃんを感染症から守るため予防接種を受けましょう。 *標準的スケジュールを記載しています。主治医と相談して接種しましょう。	<input type="checkbox"/> B型肝炎ワクチン	P12	<input type="checkbox"/> ①	<input type="checkbox"/> ②											定期接種 無料	保健センター 母子保健課・母子保健係 予防接種担当 ☎24-3148
	<input type="checkbox"/> ヒブワクチン		<input type="checkbox"/> ①	<input type="checkbox"/> ②	<input type="checkbox"/> ③											
	<input type="checkbox"/> 肺炎球菌ワクチン		<input type="checkbox"/> ①	<input type="checkbox"/> ②	<input type="checkbox"/> ③											
	<input type="checkbox"/> 四種混合ワクチン															
	<input type="checkbox"/> BCG(結核予防)															
	<input type="checkbox"/> ロタウイルス		1価	<input type="checkbox"/> ①												
○赤ちゃんの発育や発達と一緒に確認しましょう。育児を楽しみ、不安なことは、一人で悩まず相談しましょう。	<input type="checkbox"/> 赤ちゃん訪問・電話相談	P10	生後4か月までの赤ちゃんの家庭に助産師や保健師がお伺いします。赤ちゃんの健康や育児について電話での相談に随時応じています。											母子保健係		
	<input type="checkbox"/> 育児相談		毎月1~2回保健センターで、体重測定などで確認してください。申込み保健師、助産師、栄養士が保健センターやママとの対話を通して健康育児はあります。													
	<input type="checkbox"/> ネウボラ相談		子育ての不安やつらい思いなどの相談にのっています。相談臨床心理士が対応し月1回実施しています。申込みが必要です。日程は、広報ちとせで確認してください。予約が必要です。													
	<input type="checkbox"/> 子育てカウンセリング		P29													

予防接種を忘れないようにチェックします。

赤ちゃん訪問のことや育児相談をいつでも気軽にできることを伝えます。

不安なこと、つらい思いがあるときは、子育て支援センターでネウボラ相談や臨床心理士の相談を受けることができると伝えます。

料金	連絡先
無料	ちとせっこどもセンター ☎40-1717
	げんきっこどもセンター ☎26-2070
	アリス子育て支援センター ☎24-8341
無料	ちとせっこどもセンター ☎40-1717
	げんきっこどもセンター ☎26-2070
	ちとせっこどもセンター ☎40-1717
	こども政策課 ☎24-0340

2枚目

2枚目ではフォーマル、インフォーマルのサービス利用を促します。(千歳市の子育てガイドの掲載ページを表記)

幼児期支援プラン

支援プランの作成者を記入します。

地区担当保健師の名前を記入し、いつでも相談できることを伝えます。

幼児期支援プラン(仮称)

作成者名

千歳市保健センター 千歳市東雲町2丁目34番地

担当保健師名

作成日 年 月 日

連絡先 0123-24-0771

1枚目

氏名	(生年月日)	年	月	日	住	1歳	6歳	第	子
目標と心構え	サポート項目	ガイド	内容(場所・)			料金	連絡先		
○こどもの健康と発達確認のために健診などを受けましょう。	<input type="checkbox"/> 1歳6か月児健診 <input type="checkbox"/> 3歳児健診 <input type="checkbox"/> 5歳児相談 <input type="checkbox"/> 就学児健診	P11	○ 保健センターで集団で実施。日程は広報ちとせをご覧ください。 ○ 保健センターで集団実施。個別通知しています。				保健センター 母子保健課・母子保健係 ☎24-0771		
○こどもを感染症から守るため予防接種を受けましょう。 *標準的スケジュールを記載しています。主治医と相談して接種しましょう。	<input type="checkbox"/> ヒブワクチン <input type="checkbox"/> 肺炎球菌ワクチン <input type="checkbox"/> 四種混合ワクチン <input type="checkbox"/> 麻しん・風しん(MR) <input type="checkbox"/> 水痘 <input type="checkbox"/> 日本脳炎 <input type="checkbox"/> おたふくかぜ <input type="checkbox"/> インフルエンザ	P12	<input type="checkbox"/> 追加④ <input type="checkbox"/> 追加④ <input type="checkbox"/> 追加④ <input type="checkbox"/> 1期 <input type="checkbox"/> ① □② <input type="checkbox"/> ① *毎年10月から開始(2回接種)			<input type="checkbox"/> 2期(就学1年前) 定期接種無料	保健課・母子保健係予 防接種担当 ☎24-31		
○こどもの発育や発達を一緒に確認しましょう。育児を楽しみ、不安なことは、一人で悩まず相談しましょう。	<input type="checkbox"/> 家庭訪問・電話相談 <input type="checkbox"/> 育児相談 <input type="checkbox"/> ネットボラ相談	P10	ご家庭に保健師がお伺いし、発育や発達などの確認を一緒におこないます。こどもの健康や育児について電話での相談に随時応じています。 毎月1~2回保健センターで、体重と身長計測と育児相談をおこなっています。 保健師、助産師、栄養士が保健センターや子育て支援センター(10か所)を巡回し、来館している妊婦やママとの対話を通して健康や子育て相談に応じます。巡回日時は、別途案内しています。託児はありません。			無料	保健センター 母子保健課・母子保健係 ☎24-0771		
○子育てで悩まず相談しましょう。	<input type="checkbox"/> 子育てカウンセリング	P29	子育ての不安やつらい思いなどの相談に1回実施しています。申込みが必要です。日約が必要です。						
○地域で支え合いながら育児をしましょう。子育てについての知識を深めましょう。	<input type="checkbox"/> 子育て支援センター <input type="checkbox"/> すくすくの日(計測) <input type="checkbox"/> 子育て講座	P23 P24	市内に10か所あります。遊びに行きましょう。 子育て支援センターで、体重と身長計測をおこなっています。 育児に関するいろいろな講座があります。申込みが必要です。			無料	☎40-1717 げんきっこどもセンター ☎26-2070 アリス子育て支援センター ☎24-8341		

乳幼児健診を忘れないようにチェックします。

予防接種を忘れないようにチェックします。

毎月1~2回保健センターで行っている身長・体重の計測と育児相談を紹介しています。

子育て支援センターやすくすく計測の日、子育て講座について紹介しています。

2枚目ではフォーマル、インフォーマルのサービス利用を促します。(千歳市の子育てガイドの掲載ページを表記)

2枚目

連絡先
ちとせっこどもセンター ☎40-1717
げんきっこどもセンター ☎26-2070
ちとせっこ40-1717
こども政策課 ☎24-0340
ファミリー・サポートセンター ☎22-8522
シルバー人材センター ☎26-2277 ライフヘルプちとせ ☎26-5211
こども政策課 ☎24-0340
こども家庭課 ☎24-0935
子ども緊急サポートネットワーク

養育支援プラン

支援プランの作成者を記入します。

養育支援プラン(仮称)

作成者名

千歳市保健センター 千歳市東雲町2丁目34番地

担当保健師名

地区担当保健師の名前を記入し、いつでも相談できることを伝えます。

作成日 年 月 日 連絡先 0123-24-0771 1枚目

氏名	(生年月日)	年 月 日	住所	連絡先	第 子
目 標	サポート項目	ガイドページ	内容(場所・日時)		
	<input type="checkbox"/> 養育支援訪問		保健師による養育支援訪問	無料	母子保健課・母子保健係 ☎24-0771
	<input type="checkbox"/> 養育支援ヘルパー派遣		病気や育児ストレスなどで子育てが辛いとき、育児や家事支援を実施。		
	<input type="checkbox"/> 児童相談係の相談・家庭訪問		不適切な養育や虐待などの相談や家庭訪問。児童相談所との連携。	無料	母子保健課・母子保健係
	<input type="checkbox"/> 女性相談	P29	女性が抱える心配事や悩み、DVなどの	無料	市民生活課相談専用 ☎24-0559
	<input type="checkbox"/> 発達相談	P29	発達に不安や心配がある就学前の子どもの相談。	無料	こども療育課発達相談係 ☎24-0353

保健師による養育支援訪問(無料)を紹介しています。

病気や育児ストレスで子育てが辛い時に、無料で利用できる養育支援ヘルパーの派遣を紹介しています。

女性が抱える心配事や悩み、DVなどの相談窓口を紹介しています。

就学前の子どもの発達について、不安や心配がある時の相談先を紹介しています。

2枚目

連絡先



ネウボラファイル

妊娠期から子育て期までの支援プランや、妊娠、出産、子育てに役立つ情報をお知らせするため、平成28年10月から妊産婦全員にネウボラファイルを配布しています。

<内容>

市長メッセージ、支援プラン(4種類)、妊婦一般健康診査受診票、母子健康手帳副読本、パパクラブ・ママクラブのリーフレット、妊娠・出産の知識、マタニティキーホルダー、マタニティパスポート、マタニティー食事レッスン、妊娠出産用品のご案内、プレママわくわくセミナーのリーフレット、歯の健康ブック、ママと赤ちゃんの栄養ガイド、ちとせ子育て特典カード、児童手当資料、子育てガイド&おでかけMAPなど



ネウボラ相談室

- 家族でいつでも気軽に相談できるように、総合保健センター1階に専用相談室(妊婦ネウボラ相談室、こどもネウボラ相談室)を新設しました。(相談窓口の明確化)
- 心配ごとや悩みを相談しやすい様に、プライバシーに配慮した個室とし、授乳用リラックスソファを設置するなど、くつろげる空間としています。
- 小さいお子さんをお連れの方も相談しやすいように、お子さんの遊ぶスペースを確保し、絵本やおもちゃなどを用意しています。

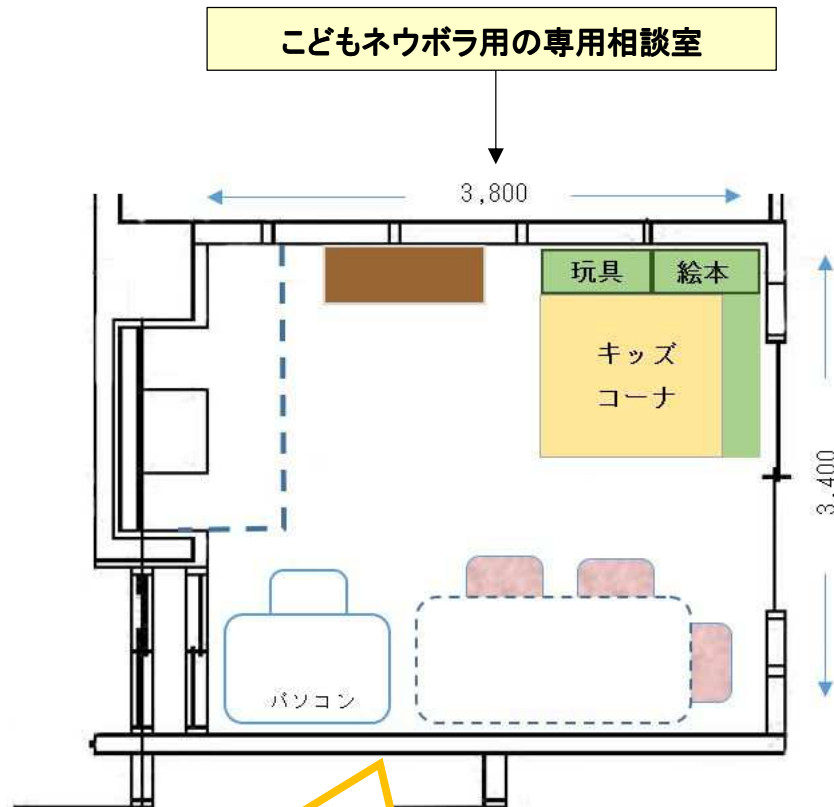


千歳市総合保健センター



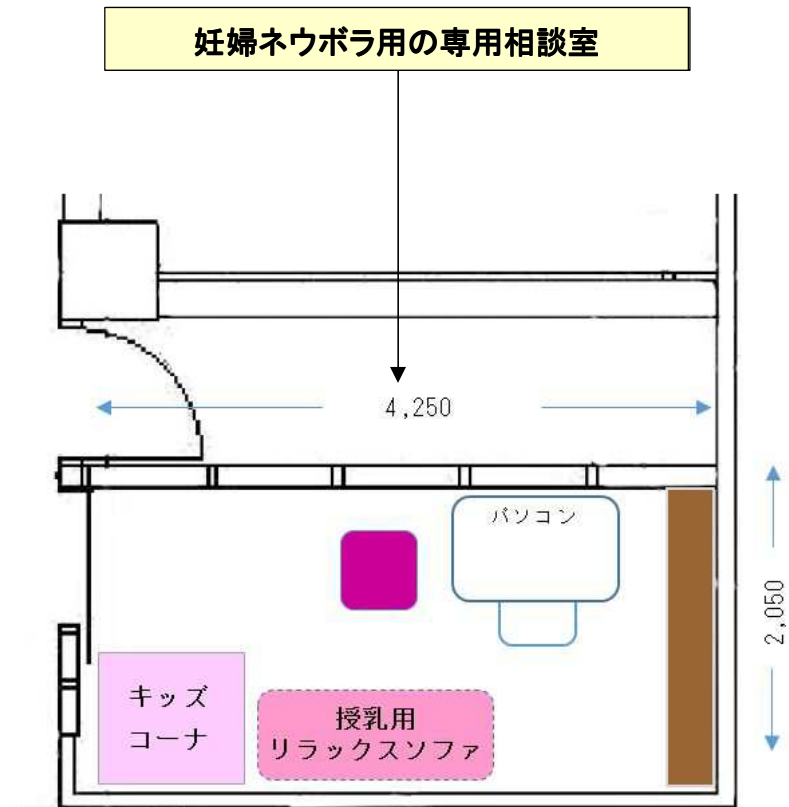
周辺地図

ネウボラ相談室のレイアウト



夫や子どもと一緒に相談できるように、広めの相談室とし、大きめのテーブルを配置しました。キッズコーナーには、絵本やおもちゃもたくさん用意しています。

廊下



妊産婦がゆっくり相談できるように、授乳用のリラックスソファを設置したので、くつろぎながら相談ができます！
かわいらしいキッズコーナーもあります。

妊婦ネウボラ



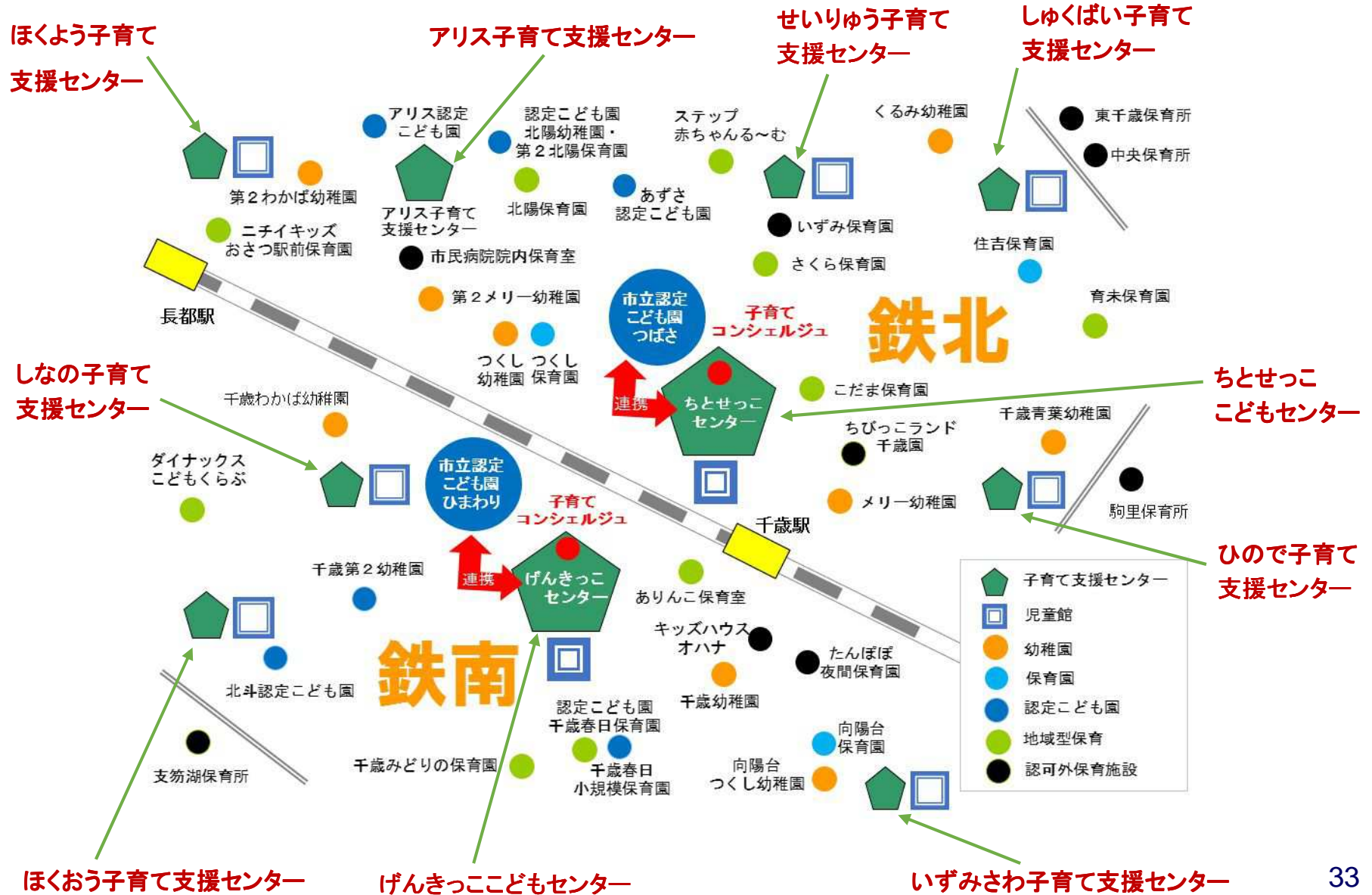
こどもネウボラ



子育て支援センターでの
こどもネウボラ



子育て支援センター(巡回先)



ネウボラ相談の実施状況

1 妊婦ネウボラ(平成28年度)

区 分	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
妊娠届出	68	66	72	-	-	-	206
転入世帯	9	3	3	-	-	-	15
個別支援	38	37	26	-	-	-	101
ファイル配布	78	69	75	-	-	-	222

※ 妊娠届出時、原則全員に妊娠期支援プランを作成しています。

2 こどもネウボラ(平成28年度)

区 分	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
保健センター相談	4	4	2	-	-	-	10
支援センター相談	22	37	35	-	-	-	94
乳児・幼児支援プラン	13	22	16	-	-	-	51
養育支援プラン	0	0	1	-	-	-	1

※ こんにちは赤ちゃん訪問時、原則全員に産後支援プラン、乳児期支援プランを作成しています。

ちとせ版ネウボラの感想

＜ネウボラについて＞

- ①相談先の窓口が広がり、相談しやすくなった。
- ②子育て支援センターにもネウボラがあり、相談できるので良かった。
- ③個別相談なので、聞いてもらえた実感がある。
- ④予約制があり、とても利用しやすい。
- ⑤子どもが病気がちなので、ネウボラ専用室があり良かった。

＜支援プラン、ネウボラファイルについて＞

- ①支援プランに担当保健師の名前があり、安心して相談できる。
- ②支援プランがチェック式になっていて分かりやすい。
- ③支援プランが一目で見やすく、育児の見通しが立てやすい。
- ④千歳市にこんなサポート先があることを知らなかった。
- ⑤ネウボラファイルを貰ってありがたかった。子育てガイドも詳しい。

＜その他＞

- ①千歳市は子育てに手厚い。
- ②丁寧に相談に乗ってもらい嬉しかった。
- ③ネウボラのことを新聞や情報誌に掲載され、内容が良く分かった。

スケジュール

- 平成28年5月 第1回ちとせ版ネウボラ会議(事業の情報共有)
- 7月 アセスメントシート、各支援プランの様式作成
- 8月 第2回ちとせ版ネウボラ会議(事業内容の説明)
市ホームページで事業周知
- 9月 市議会第2回定例会(ネウボラ補正予算)
コーチング研修(ネウボラ関係職員)
- 10月 **ちとせ版ネウボラ事業の開始**
ネウボラ専用相談室の整備(2室)
カウンセリング研修(ネウボラ関係職員)
- 12月 広報ちとせでの市民周知
ペアレントトレーニング研修(ネウボラ関係職員)
- 平成29年1月 千歳市長イクボス宣言
- 2月 ちとせ版ネウボラ推進フォーラムの開催
第3回ちとせ版ネウボラ会議(実施状況報告)
- 3月 平成28年度の事業分析、次年度事業の検討