資料３－１

ちとせ版ネウボラ事業概要

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28年12月21日

北海道千歳市 母子保健課

フィンランドのネウボラとは

【ネウボラの概要】

ネウボラとは、フィンランド語で「アドバイス（neuvo）の場（la）」という意味です。
妊娠・出産から子どもが小学校に入るまで切れ目なくサポートする総合的支援サービスで、フィンランドには800か所以上の拠点があります。
約70年前にフィンランドで発祥した制度で、特別な教育を受けたネウボラナース（保健師・助産師）が家族支援を行います。

【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・ユルッ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。

【ネウボラの役割】

定期健診は無料です。健診の際に、妊婦の不安や悩み、家族の状況などを細かに聞いて、母親と子どもを中心としつつも、父親や兄弟も含めて家族全体を支援します。

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

【趣　旨】

本市は、年間約6千人の市民が転出入するという地域特性があり、孤立する子育て家庭や妊娠・出産に対する不安を抱える母親も多くいるため、妊娠中や子育て中に一人で悩まずに気軽に相談できる「ちとせ版ネウボラ」を導入し、「安心して妊娠・出産、子育てができるまちづくり」を進めます。

【目　的】

妊娠初期から周産期までの「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」を行います。
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、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、就学前だけではなく、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考えられることから、思春期を含む高校生までを包括的に支援します。

（2）切れ目のない個別支援（5つの支援プラン）

妊娠届出に来た母親全員を対象に「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の際にも全員に「産後支援プラン」と「乳児期支援プラン」を作成します。このほか、「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、切れ目のない支援体制を構築します。

（3）ネットワーク型の連携体制

子育て世代包括支援センターは、保健センター中心に運営する例（母子保健型）が多い中、本市では、「総合保健センター」、「子育て支援センター」、「家庭児童相談室」が連携し、「産前産後ケア担当主幹」や「こども療育課」、関係機関とのネットワークを構築します。

ちとせ版ネウボラの理念

【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、本市において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運営します。

【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、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

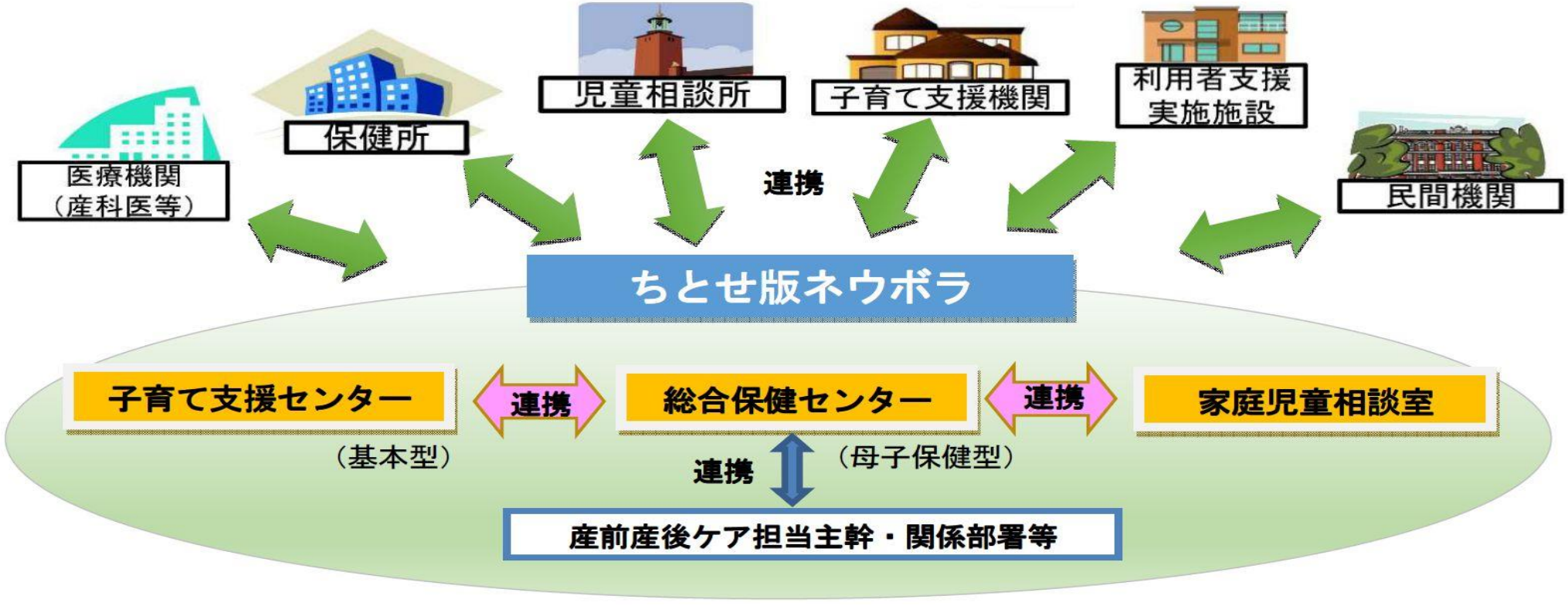
ちとせ版ネウボラは、専門職が相談者と対等な立場で、次の5つの事項に配慮します。

（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。

※　ちとせ版ネウボラに携わる職員は、親を指導する立場ではなく、寄り添い型（伴走型）の支援を行います。

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）
支援プラン作成（5種類）	妊娠届出時に全ての妊婦に「妊娠期支援プラン」、こんにちは赤ちゃん訪問時に全員に「産後支援プラン」と「乳児期支援プラン」を作成します。また、幼児期、養育支援の「支援プラン」も作成します。
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	5歳	6～17歳
総合保健センター（母子保健課）	不妊相談 不妊治療費助成	ネウボラ相談 母子健康手帳交付 妊産婦健康診査 妊婦相談（若年・未婚） 育児教室 両親学級	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） 育児相談、すくすく計測日 子育て講座、子育てミーティング 各種予防接種 健康教育（性に関する教育、母性の健康など）					５歳児相談	思春期相談
		養育支援訪問								
産前産後ケア担当主幹	ネウボラ相談日、母乳相談ほか 産前産後ケア講演会の開催 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） ままサポート（訪問型子育て支援） つどいの広場、各種講座、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）
- 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３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、産前産後ケア担当、子育てコンシェルジュ、養育支援担当、療育相談担当などと連携します。
（保健師や子育てコンシェルジュなどが、アウトリーチで支援します）

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

※　母子健康手帳交付、こんにちは赤ちゃん訪問事業（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、継続的な支援を行います。

相談業務の進め方

ちとせ版ネウボラに携わる職員は、毎年、コーチングやカウンセリングの研修を受講し、精神的なケアを含め、子育ての困りごと全てに対応します。

【カウンセリング】
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、相談者が解決の道を歩んでいけるようにします。
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」～相談者が何を問題としているかを考え、明確にします 。
⑤ 「質問」～訊問にならないように、オープンクエスチョンを心がけます。

【コーチング】
「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、自発的な行動を促します。

ちとせ版ネウボラの相談体制

（１）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

（２）ネウボラ相談　１
（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）

（３）ネウボラ相談　２
（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
（母子保健課保健師）

（４）ネウボラ相談　３
（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、コンシェルジュ、保育士

（５）アセスメント

初回面接後、支援が必要な方について、アセスンメントを行います。
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。

（６）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。

（７）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。

（８）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。

（９）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 （母子健康手帳交付）	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）	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	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

※　支援プランや子育てガイドを収納する「ちとせ版ネウボラファイル」を全員に配布します。

妊娠期支援プラン

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。

妊娠期支援プラン（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34番

担当保健師名

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 2か月	3か月	4か月	妊娠中期 5か月	6か月	7か月	妊娠末期 8か月	9か月	10か月	出産予定日 年　月　日
○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…に相談）		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 /	
								⑥ /	⑧ /	⑩ /	⑫ /	
											⑬ /	
											⑭ /	

妊婦健康診査を忘れないように予約日を記入します。

…ましょう。

…費用の一部を助成します。

…・超音検査　6枚発行）

		申込・連絡	内　容　（場所・日時）			料金	連絡先・電話
○妊娠期間を安心して過ごし、これから始まる育児のイメージを持ちましょう。	□出産施設の母親教室	□済	通院先の産科にお問い合わせください。				☎
	□ママクラブ①…の過ごし方コース		…養・歯の…	・保健センター	月　日 10:00～11:30	無料	保健センター母子保健課・母子保健係 ☎24－0771
	□ママクラブ②準備コース		…交換の練…	・ちとせっこ ・げんきっこ	月　日 10:00～11:30		
	□ママクラブ③子育て支援センター見…ス		…ター見	・ちとせっこ ・げんきっこ ・アリス	月　日 10:00～11:30		
○育児をパパと一緒に楽しむことができるよう準備しましょう。	□体験パパク…		…妊婦体	・保健センター	月　日 10:00～12:30		
	□パパの育児基礎講座	□済	赤ちゃんの抱っこ体験・先輩パパの体験談を聞きましょう。	・ちとせっこ	月　日 10:00～11:30		
○不安なことは、一人で悩まず相談しましょう。	□妊婦訪問・電話相談 □ネウボラ相談	□済	妊娠中の心配ごとについて、気軽にご相談ください。保健師が電話、面接、家庭訪問などで対応いたします。		月　日 電　話・面接・訪問		

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。

2枚目

○緊急時や出産時の上の子どもの預け先、通園等の送り迎えの方法を決めておきましょう。	□ショートステイ			相談ください。	日額　無料～5,350円
	□緊急サポートネットワーク	P28	□済	ママや家族の急な入院や仕事などの緊急時、子どもを預けることができます。0…生までの子どもが対象です。	有料（時間帯により）
	□		□済		

連絡先・電話
こども家庭課・保育係 ☎24－0328
ライフヘルプちとせ ☎26－5211
こども政策課・保育係 ☎24－0340
こども家庭課・保育係 ☎24－0935
子ども緊急サポートネット…

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）

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

作成日　　年　月　日　　担当保健師名　　連絡先　0123－24－0771　　1枚目

氏名　　（生年月日）　　年　月				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。	□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	
	□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	ケア担当 ☎　24-3131　内線844
	□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	
	□子育てママの健康相談	P13	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	
	□さわやか健診		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。日程は広報ちとせなど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
	□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	
○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。	□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。

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。

乳児期支援プラン（仮称）

千歳市総合保健センター　千歳市東雲町2丁目34番地

作成者名　　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													
○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。	□1か月児健診		○	（医											有料	
	□股関節脱臼検診														無料	保健センター　母子保健課・母子保健係 ☎24－0771
	□4か月児健診	P11				○	（保健センターで集団で実施。個別通知します。）									
	□10か月児健診		（指定小児科で個別で実施。個別通													
○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。	□B型肝炎ワクチン	P12		□ ①	□ ②			□							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
	□ヒブワクチン			□ ①	□ ②	□ ③										
	□肺炎球菌ワクチン			□ ①	□ ②	□ ③										
	□四種混合ワクチン															
	□BCG（結核予防）															
	□ロタウイルス		1価	□ ①											任意接種有料	
			5価	□ ①												
○赤ちゃん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。	□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。													
	□育児相談		毎月1～2回保健センターで、体重													母子保健
	□ネウボラ相談		保健師、助産師、栄養士が保健セ													
			妊婦やママとの対話を通して健康													
			託児はありません。													
	□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													
			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。													☎24－0935

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。

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。

2枚目

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

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。

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）

幼児期支援プラン（仮称）

作成者名

作成日　年　月　日

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

連絡先　0123－24－0771

1枚目

氏名　（生年月日）　年　月　日			住		第　子
目標と心構え	サポート項目	ガイドページ	1歳 / 6歳 内容（場所・	料金	連絡先
○こどもの健康と発育確認のために健診などを受けましょう。	□1歳6か月児健診	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　母子保健課・母子保健係 ☎24－0771
	□3歳児健診		○ 保健センターで集団実施。個別通知しています。		
	□5歳児相談		保健センターで集団実施。個別通知しています。		
	□就学児健診	P21	各小学校で実施しています。個別通知しています。		
○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。	□ヒブワクチン	P12	□ 追加④	定期接種無料	保健課・母子保健係予防接種担当 ☎24－31
	□肺炎球菌ワクチン		□ 追加④		
	□四種混合ワクチン		□ 追加④		
	□麻しん・風しん（MR）		□ 1期　□ 2期（就学1年前）		
	□水痘		□① □②		
	□日本脳炎		□①		
	□おたふくかぜ		□①		
	□インフルエンザ		＊毎年10月から開始（2回接種）		
○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。	□家庭訪問・電話相談	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。	無料	保健センター　母子保健課・母子保健係 ☎24－0771
	□育児相談		毎月1～2回保健センターで、体重と身長の計測と育児相談をおこなっています。		
	□ネウボラ相談		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。		
	□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。	□子育て支援センター	P23 P24	市内に10か所あります。遊びに行きましょう。	無料	げんきっここどもセンター ☎26－2070 アリス子育て支援センター ☎24－8341
	□すくすくの日（計測）		子育て支援センターで、体重と身長の計測をおこなっています。		
	□子育て講座		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。		
	□緊急サポートネットワーク	P28	ママや家族の急な入院や仕事などの緊急時、子どもを預けることができます。0歳～小学校6年生までの子どもが対象。	有料（時間帯により）1時間1,000円から1,200円	
○	□				

2枚目

連絡先
ちとせっこ こどもセンター ☎40－1717
げんきっこ 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。

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。

養育支援プラン（仮称）

作成者名

作成日　年　月　日

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

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）		
	□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
	□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つらいとき育児や家事支援を実施。		
	□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。		母子保健課・母子保健係
	□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
	□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つらい時に、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

ネウボラ相談室の整備方針

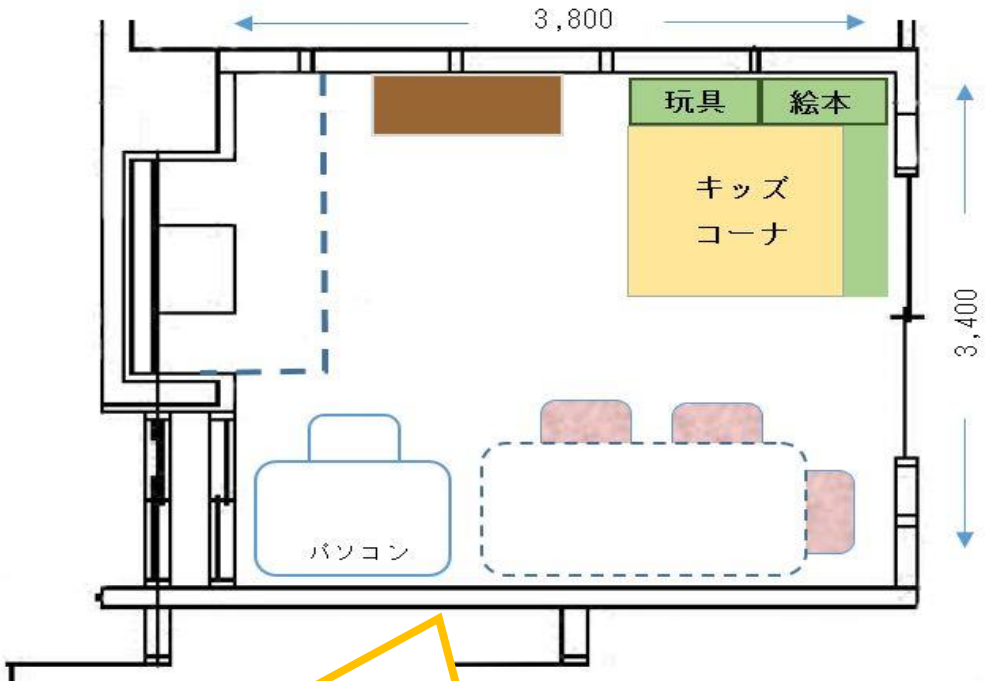
- 家族でいつでも気軽に相談できるように、千歳市総合保健センター（１階）に専用相談室（２室）を新設しました。（相談窓口の明確化）
- 心配ごとや悩みを相談しやすい様に、プライバシーに配慮した個室とし、授乳用リラックスソファーを設置するなど、くつろげる空間としています。
- 小さいお子さんをお連れの方も相談しやすいように、お子さんの遊ぶスペースを確保し、絵本やおもちゃなどを用意しています。

千歳市総合保健センター（１階）

周辺地図

ネウボラ相談室のレイアウト

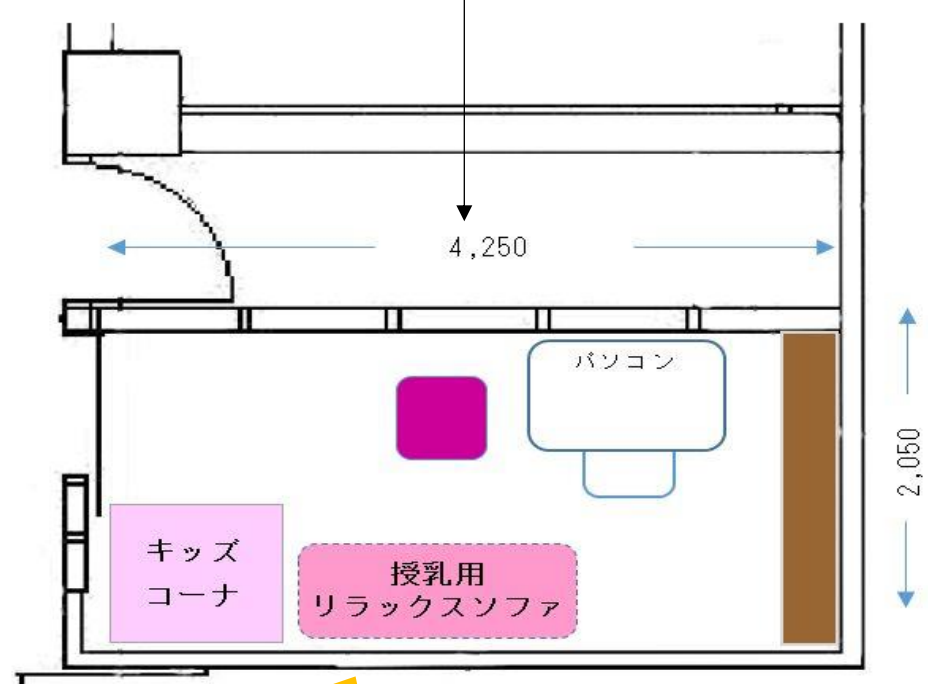
こどもネウボラ用の専用相談室

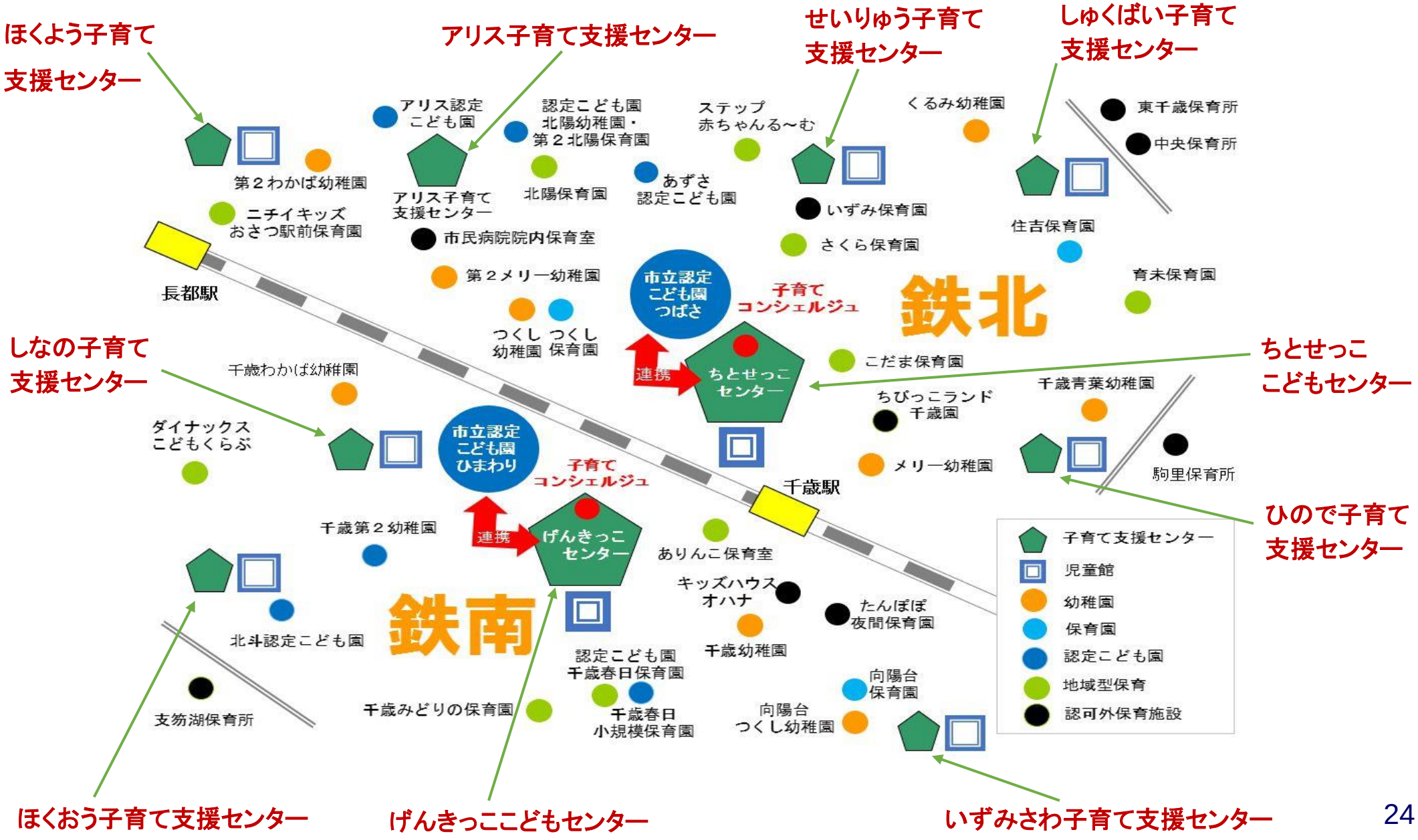


夫や子どもと一緒に相談できるように、広めの相談室とし、大きめのテーブルを配置しました。
キッズコーナーには、絵本やおもちゃもたくさん用意していますよ！

廊下

妊婦ネウボラ用の専用相談室



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ーを設置したので、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よ。

子育て支援センター（巡回相談）