

## ネウボラは、今までのサービスと何が違うの？

Q1 いろんなサービスがあるけど「ネウボラ」って一体なんだろう・・・？  
いろいろありすぎてよく分からない・・・。

A1  
◇「ネウボラ」は、妊婦や子育て家族の悩みに対する「ワンストップ窓口」です。  
◇母子コーディネーターが利用しやすい方法で相談に応じます。  
◇「ネウボラファイル」を配布し、希望者にはサービスを含めたプランを提案しています。

Q3 外出するのがおっくうなので1人で毎日悩んでばかり・・・。  
育児が楽しくない・・・！

A3  
◇育児は1日24時間休みがありません。  
少しでも日々の辛さを和らげ、楽しみながら過ごせるよう、ゆっくりと話を伺って、お子さんにあった育児プランを提案します。  
◇総合保健センターでは、電話相談も可能です。  
◇子育て支援センターで開催されるネウボラ相談日にあわせて、同支援センターを見学してみませんか。

Q2 慣れない土地で慣れない育児。  
知り合いもいないし、誰に何を聞いたらいいのか・・・。

A2  
◇慣れない千歳での子育てや日々の思いなど、ゆっくりと話してみませんか。  
◇子育てに困ったときの窓口「ちとせ版ネウボラ」まで連絡してください。  
◇お子さんと一緒にゆっくりと話ができ、プライバシーにも配慮した個室を完備しています。

Q4 相談先で何度も同じことを聞かれて説明するのが面倒・・・。  
もっとスムーズにいかないの？

A4  
◇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、産前産後ケアとこども療育課が連携してチームになり、妊娠期から子育て期まで幅広くサポートします。  
◇例えば、総合保健センターで相談した内容に基づいて、子育て支援センター担当者にお子さんとお母さんを紹介したり、希望にあったサービスをスムーズに利用できるようサポートします。

### ネウボラ相談室はこんなところ

総合保健センターに設けたネウボラ相談室は、プライバシーに配慮した個室にリラックスソファを設置し、くつろげる空間になっています。  
また、キッズスペースを確保して絵本やおもちゃも用意しており、お子さんを連れた方もゆっくりと話ができます。



### こどもネウボラ日程表

| 場所   | 総合保健センター | ちとせこセンター               | げんきこセンター | アリスセンター           | 児童館の子育て支援センター      |
|------|----------|------------------------|----------|-------------------|--------------------|
| 時間   | 10時～15時  | 10時～12時<br>13時～14時     | —        | 10時30分～<br>11時30分 | 10時～12時            |
| 12月  | 14日(水)   | 26日(月)                 | —        | 21日(水)            | 20日(火)<br>せいりゅう児童館 |
| 1月   | 23日(月)   | 20日(金)                 | 13日(金)   | —                 | 27日(金)<br>ほくよう児童館  |
| 2月   | 14日(火)   | 27日(月)                 | 10日(金)   | 22日(水)            | —                  |
| 3月   | 8日(水)    | 17日(金)                 | 3日(金)    | —                 | 6日(月)<br>ひので児童館    |
| スタッフ | 保健師      | 保健師・助産師・<br>子育てコンシェルジュ | 保健師      | 保健師               | 保健師                |
| 予約   | 必要       | 不要                     | 不要       | 不要                | 不要                 |

※総合保健センターでの相談は、原則予約制です。  
(予約は、母子保健課母子保健係 ☎(24) 0771 まで)  
※相談日や家庭訪問の希望など、遠慮なく相談してください。

### この記事の お問い合わせ

母子保健課  
母子保健係  
☎(24) 0771

## はじめに

赤ちゃんは、地域にとってかけがえのない宝物です。  
市は、妊産婦や子育て家庭の不安、悩みに寄り添い、全ての子どもたちの幸福を実現するため「ちとせ版ネウボラ」を始めました。  
今月のズームアップは「ちとせ版ネウボラ」を紹介します。



## ネウボラの理念

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

## 「ちとせ版ネウボラ」とは？

ネウボラには、妊婦を対象とした「妊婦ネウボラ」、産婦・子どもとその家族を対象とした「こどもネウボラ」があり、専用の相談室を総合保健センターに設けました。  
この他に、子育て支援センターでもネウボラが利用できるよう、定期的に相談担当のスタッフが巡回しています。  
利用者には「妊娠期、産後、乳児期、幼児期」の4種類のプランが入った「ネウボラファイル」を配布しており、子どもの成長にあわせた、健診、予防接種、育児サポートの内容が確認できます。  
また、各地区を担当する保健師が継続的にサポートできるよう、担当保健師の紹介もしています。



## ネウボラとは？

ネウボラとは、フィンランド語で「相談・助言」、「アドバイスの場」という意味を持ちます。フィンランドでは、妊婦から就学前までの子どもがいるすべての家庭を切れ目なくサポートしています。  
日本でも、妊娠期から子育て期まで切れ目なく相談ができ、サービスを利用しながら安心して子育てができるよう、厚生労働省ではネウボラを勧めています。  
千歳市では、10月1日から「ちとせ版ネウボラ」を始めました。

### 妊婦ネウボラ、こどもネウボラの実施場所・実施日など

|      | 妊婦ネウボラ                                | こどもネウボラ                                                          |
|------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| 実施場所 | 総合保健センター（総合福祉センター1階）                  | 総合保健センター<br>児童館の子育て支援センター（10カ所）                                  |
| 実施日  | 平日の9時～17時                             | ※9ページ「こどもネウボラ日程表」を参照。                                            |
| 内容   | 母子手帳の交付時に妊娠期の不安や健康の相談に応じ、妊娠期の支援プランを作成 | 健康や育児に関する相談のほか、希望により身体計測などを実施し、発育・発達に関する相談に応じて乳児期・幼児期の支援プランなどを作成 |
| 相談担当 | 母子コーディネーター（保健師、助産師、看護師）               | 母子コーディネーター（保健師、助産師、子育てコンシェルジュなど）                                 |

ズームアップ

10月1日から

ちとせ版ネウボラ始めました