

あかちゃんが  
うまれたら

# 助産師が家庭訪問をしています

## <新生児訪問について>

出産後は、あかちゃんの成長や育児について不安になったり、お母さま自身の産後の体調の変化やホルモンバランスの不安定さから、いつもは気にならないようなことでも心配になったりすることがあります。そのような不安を軽減し、安心して子育てできるように、出産後まもなくから生後2か月位までの間で、助産師（または保健師）が訪問し、ご相談を受けています。

### <対象となる方>

- 第1子の方
  - あかちゃんの出生時体重が2500g未満の方(第2子以降も含む)
- 全員の方が対象
- 第2子以降の方 ⇒ 訪問を希望される方が対象



## <訪問までの流れ>

あかちゃんのお誕生おめでとうございます♥



### ステップ1

「母子保健サービス登録票」の提出  
「母子保健サービス登録票」は母子健康手帳交付時にお渡ししています。  
※健康増進課2階窓口か郵送で提出（生後14日頃まで）

「母子保健サービス登録票」は健康増進課の窓口でもご用意しております。また、市のホームページからもダウンロードが可能です。

### ステップ2

保健師あるいは助産師が面接かお電話で対応します

窓口または電話にて新生児訪問をご紹介。第2子以降の方は訪問のご希望を確認。  
心配なことがあれば、ご相談も受けております。

### ステップ3

担当助産師から電話

家庭訪問をする助産師より直接お母さまの連絡先にお電話をし、訪問の日時等をお約束します。  
(市役所以外の電話から連絡する場合がありますのでご了承ください。)

### ステップ4

新生児訪問

助産師が訪問し、あかちゃんの体重測定や発育確認、母乳や育児についてのご相談にのっています。所要時間は1時間程度です。  
※母子健康手帳・オムツ・バスタオル等をご用意ください。

※里帰り出産をされる方は・・・里帰り先で訪問を希望する場合は、里帰り先の自治体に依頼をして訪問を受けることが可能です。「母子保健サービス登録票」ご提出の際にお電話や面接でご相談ください。生後2か月位までは訪問を実施していますので、里帰りから戻ってからの訪問も可能です。



## 私たち助産師が訪問します



岩本 友恵  
丸山・右京塚・富岡  
南初富1～6丁目  
道野辺中央 道野辺本町担当



鈴木 由香子  
くぬぎ山・串崎新田  
その他鎌ヶ谷市全域担当



今 ひろみ  
中沢新町・道野辺・馬込沢  
中沢・西道野辺  
東道野辺1～7丁目 担当



上條 智恵  
北初富・北中沢・軽井沢・栗野  
南佐津間西佐津間・中佐津間  
初富本町 担当

手洗い、マスク着用など感染予防に努めながら訪問しています。  
訪問時、手洗いのため洗面所等をお借りすることがあります。



徳江 愛子  
南鎌ヶ谷・鎌ヶ谷・新鎌ヶ谷  
担当



添野 愛子  
東中沢・初富・中央・東鎌ヶ谷  
東初富担当

### こんな時は早めにご相談ください！

涙もろくなった  
訳もなく悲しくなる  
食欲がなくなる  
眠れない  
イライラする など



### マタニティブルーズかもしれません

**マタニティブルーズとは**  
妊娠中から特に産後に起こる一時的な抑うつ状態のことです。

**原因**  
ホルモンの急激な変化によるものです

- 対策**
- 家族や身近な人に自分の気持ちを聞いてもらう
  - 一人で頑張りすぎない、誰かに助けを求める
  - 家事育児を協力してもらう
  - 少しでも休養をとる

### お問い合わせ

鎌ヶ谷市役所 健康増進課 母子保健係

住所 〒273-0195 鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷2-6-1

電話 047-445-1141 (代表) 047-445-1393



保健師・助産師による電話&面接相談は、平日午前8:30～午後5:00まで行っております。

お子様の健康のこと、子育てについて等、ご不安  
やご相談があれば、健康増進課までお気軽にご連  
絡ください。