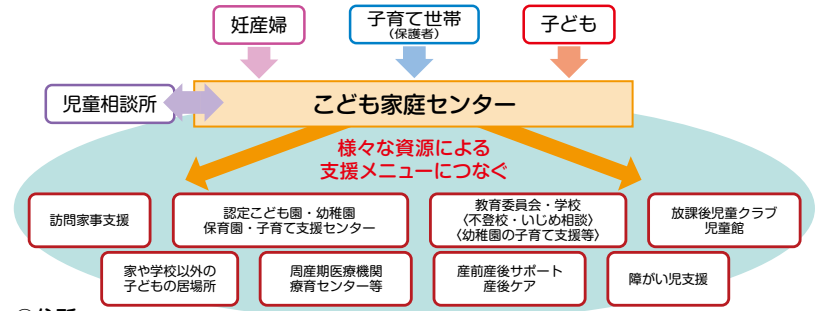




# ～新しい命を迎えるにあたり～

妊娠おめでとうございます。これから始まる妊娠・出産・子育てが自分らしく過ごせるように、遠野市では様々な支援をしています。まずはこども家庭センターまで、ご連絡ください。

こども家庭センターでは、母子健康手帳の交付・健康相談・助成金の申請等を行っています。授乳スペースもありますので、気軽にお立ち寄りください。



**新しい命を迎えるにあたり** ..... 1

- 電話相談 ●産婦人科・小児科オンライン相談
- 小児科医による育児相談 ●災害時の利用

**子育てするなら遠野第2ステージへ** ..... 2

**遠野市わらすっこ条例** ..... 3

**1. 妊娠したら** ..... 4

- 母子健康手帳の交付 ●妊婦一般健康診査受診票
- 妊婦歯科健康診査受診票 ●出産・子育て応援ギフト
- 出産育児一時金 ●妊産婦医療費受給者証
- 限度額適用認定証(限度額適用・標準負担額減額認定証)

**2. 遠野市助産院「ねっと・ゆりかご」** ..... 7

- 妊娠中の利用 ●妊婦教室・ファミリー教室 ●妊婦訪問
- 産後の利用 ●産後ケア事業

**3. 赤ちゃんが生まれたら** ..... 10

- 出生届 ●児童手当 ●養育医療給付 ●新生児聴覚検査受診票
- 産後健康診査受診票 ●乳児一般健康診査受診票
- わらすっこのおむつ支援 ●乳幼児医療費受給者証
- 妊産婦通院費助成 ●新生児産婦訪問 ●乳幼児健診等
- 予防接種 ●予防接種スケジュール

**4. むし歯予防** ..... 20

**5. 主な医療機関・夜間救急窓口** ..... 22

**6. 元気わらすっこセンター** ..... 23

- わらすっこのルーム・ちびっこのルーム・およこふれあいスペース
- わらすっこの誕生応援事業
- わらすっこファミリー・サポート・センター

**7. 市内のいろいろな子育て施設** ..... 25

- 病児等保育施設「わらっぺホーム」
- 地域子育て支援拠点事業  
(地域子育て支援センター「まなざし」・こども本の森遠野)
- 子育てサークル ●保育園 ●認定こども園
- 幼稚園 ●子育てマップ

**マタニティセルフプラン** ..... 30

**すくすくセルフプラン** ..... 32

### ◎住所

遠野市助産院：遠野市松崎町白岩字薬研淵4番地1 遠野健康福祉の里  
保健医療課：遠野市松崎町白岩字薬研淵4番地1 遠野健康福祉の里  
子育て支援課：遠野市東館町8番12号 遠野市役所東館庁舎

### ◎電話相談【直通】

利用時間	電話番号	対応内容	担当課
平日 9:00~17:00	0198-62-1103	妊娠・出産・産後に関わる相談	遠野市助産院
	090-7660-1108	子育て・子どもの成長発達に関わる相談	保健医療課
	0198-62-0189	虐待・子どもの心と身体の発達に関わる相談	子育て支援課

※訪問等で不在の場合は、戻ってからの対応となりますのであらかじめご了承ください。

### ◎産婦人科・小児科オンライン相談

遠野市にお住まいの方限定で、産婦人科医・小児科医・助産師にスマホで何度でも無料相談できます。

夜間相談	平日18時~22時	10分間予約制
いつでも相談	毎日24時間受付	24時間以内返信

※利用には事前登録が必要です。詳しくは別紙チラシをご覧ください。

### ◎小児科医による育児相談【予約制】

小児科医による無料育児相談を実施します。利用には予約が必要です。実施日前週の金曜日までに電話で予約してください。

実施日	時間	場所
毎週火曜日	10:00~12:00	遠野健康福祉の里 健診室

**予約先：保健医療課母子安心係 ☎68-3186**

### ◎災害時の利用

- 遠野健康福祉の里は乳幼児や妊産婦、高齢者、障がいのある方等、避難所での生活において、特別な配慮が必要な方が避難できる施設です。
- 市では、乳幼児のミルクやおむつを備蓄しています。在宅避難をしている方への備蓄品の提供も可能となっていますので、お気軽にご相談ください。