

妊娠中からサポートします！

# 子育て世代包括支援センター



子育て世代包括支援センターは、妊婦さんや乳幼児のパパママたちの不安や悩み、育児などの相談にお答えしながら、さまざまなサポートを行う総合相談窓口です。妊娠・出産・子育て期の各ステージを通じた、切れ目ない支援をめざしています。

## 1 母子健康手帳の交付 (インターネット事前予約制)

病院で妊娠届出書もらったから、ご予約の上お近くのセンターへお越しください。※1

母子保健コーディネーター※2が、出産に向けての悩みや心配事がないかお聞きし、必要に応じて一人一人に合わせた解決方法を一緒に考えます。

※1 医師による胎児心拍の確認後お越し下さい。同時に「出産応援給付金」の申請ができます。

※2 保健師や助産師、看護師の資格を持つ専門職員



予約専用サイトへ



## 2 見て、触れて体験

(西部・東部・北部限定 こんなこともできます♪)

### マタニティ用品や育児用品の展示 離乳食食器やフードモデルの展示

各種グッズを展示していますので、実物に触れながら、ゆっくりご覧いただけます。



出産準備って何をそろえたらいいの？



### 3~9か月の胎児モデル

大きさも重さも実際のサイズです。お腹の赤ちゃんが今どれくらいの大きさなのか、イメージしていただけます。ぜひ触って確かめてみてください。



### 妊婦シュミレーター

妊娠後期になると足元が見えにくくなり、動きづらくなります。センターでは妊婦体験もできますので、ぜひパートナーやご家族の方とお気軽にお越しください。



### 3 一人一人に応じた情報提供や相談支援

悩みも解決策も人それぞれ。皆さんからは日々このような相談が寄せられています。こんなこと聞いているの?と心配せずに、まずはお話を聞かせてください。

#### 妊娠期

- ・初めての妊娠。今後の生活のイメージが湧かず、不安です。
- ・予期せぬ妊娠。どうしよう…
- ・出産費用について、利用できる制度はありますか?



#### 産後

- ・出産後はどんな手続きが必要なの?
- ・産後気持ちが沈みがち。イライラしてしまう。
- ・身近に助けてくれる人がいないけど…産後の支援サービスはあるの?



#### 子育て期

- ・体重の増え方は問題ないかな?
- ・急に離乳食を食べてくれなくなった。
- ・家の近くに子どもと出かけられる場所はある?
- ・たまには一人で出かけた。預かってくれる人いないかな…



check!

### 子育て世代包括支援センターは全部で4か所



※詳しい地図などはこちら

#### 高知市 北部子育て世代包括支援センター

受付時間 火曜日～土曜日  
8時30分～17時15分  
(日・月曜日・祝日休)

住所 高知市塩田町18-10 保健福祉センター1階南  
地域子育て支援センターこもれびテラス併設

電話 088-820-1025 FAX 088-820-1026  
※個別相談室あり

#### 高知市 東部子育て世代包括支援センター

受付時間 月曜日～金曜日  
8時30分～17時15分  
(土・日曜日・祝日休)

住所 高知市葛島4-3-3 東部健康福祉センター1階  
地域子育て支援センターくすくすひろっぱ併設

電話 088-882-0035 FAX 088-861-2388  
※個別相談室あり

#### 高知市 西部子育て世代包括支援センター

受付時間 火曜日～土曜日  
8時30分～17時15分  
(日・月曜日・祝日休)

住所 高知市鴨部860-1 西部健康福祉センター1階  
地域子育て支援センターほけっとランド併設

電話 088-843-0415 FAX 088-843-2115  
※個別相談室あり

#### 高知市 子育て世代包括支援センター

受付時間 月曜日～金曜日  
8時30分～17時15分  
(土・日曜日・祝日休)

住所 高知市本町5-1-45 高知市役所 本庁舎3階  
(母子保健課内)

電話 088-855-7795 FAX 088-855-7796