

妊娠・出産・子育てに関する窓口は・・・

こども健康センターでは、健やかに安心して妊娠期から子育て期までを過ごせるよう、切れ目ない支援を目指して、さまざまなサービスを行っています。

1. 母子健康手帳交付時にすべての妊婦さんを対象に面談を行い、妊娠・出産・子育てに関する相談に応じ、情報提供を行うなどサポートします。
2. 妊娠・出産・子育てに関する相談に、電話・来所面談・訪問等で対応します。
3. 必要に応じて、医療機関や子育て支援機関等と連携します。

初めての妊娠・出産で
わからないことばかり…
育児用品も何を用意
したらいいの？

産後に手伝ってもらえる
人がいないから不安

妊娠中や産後ってどんな
食事をとったらいいの？

赤ちゃんが泣いてはかりで
どうしたらいいの…
イライラしてしまう…

ちゃんと体重増えているかな…
母乳やミルクは足りているのかな…



妊娠中や産後はいろいろ不安や心配になることがありますよね。
ひとりで抱え込まず、些細なことでも構いませんので、気軽にお立ち寄りください！
お母さんや赤ちゃんが元気に過ごせるように応援しています。

スタッフ 保健師・助産師・栄養士・心理士

受付時間 月～土曜日 9:00～17:15 (ただし祝日・年末年始を除く)

相談・お問い合わせ場所 **明石市 こども健康センター**

明石市大明石町1丁目5番1号 パピオスあかし6階

TEL: (078) 918-5656 FAX: (078) 918-6384



あかしの子育て情報は…

■あかし子育て応援アプリ

<https://mchhipwww.page.link/C75W>



■明石市ホームページ

<https://www.city.akashi.lg.jp/>