産後ケア事業

産後のお母さんを助産師が訪問サポート

自宅に訪問した助産師が、産後のお母さんの気持ちに寄り添いながら、授乳や育児の悩み、不安などの相談に応じます。
問碑文谷保健センター保健相談係（☎3711－6447）

内容　●お母さんのケア（乳房ケア、健康状態のチェック）
●赤ちゃんのケア（健康状態、体重などのチェック）
●育児サポート（育児相談、授乳相談ほか）

対象　育児の不安や心身の不調があり、身近に相談できる人がいない、区内に住民登録がある産後４カ月頃までのお母さんと赤ちゃん

費用　1,000円（１人１回まで）

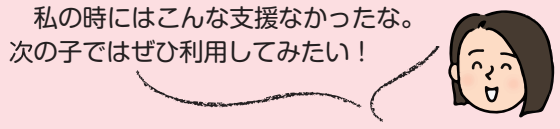
申し込み方法　利用申請書（申し込み先で配布。ホームページ〈**右コード**〉から印刷可）を、碑文谷保健センター保健相談係（〒152－0003碑文谷４－16－18）へ郵送または持参

１月から、宿泊型産後ケア事業も始めました。申し込み方法など詳細は、ホームページ（右コード）をご覧ください。

▲産後ケア事業を利用した赤穂さん

助産師さんにみてもらって安心しました

順調に成長しているか不安だったので、助産師さんにみてもらえて安心できました。
自宅に来てもらい、母乳の具合や、家の中をどのように工夫すればもっと赤ちゃんと生活しやすくなるかなどアドバイスがもらえてよかったです。日々心配していることを話せて、リラックスできました。



子育てふれあいひろば

安心できる遊び場
～遊ぶ・ふれあう・相談する

子育てふれあいひろばは、主に０歳児から就学前までの子どものための遊び場で、区内に10カ所あります。おもちゃや絵本などが備えられ、雨の日はもちろん、暑い日も寒い日も気候を気にせず思い切り遊べるスペースです。遊びに来ているほかのお母さんや子どもと交流もできます。授乳スペースやおむつ替えコーナー、ベビーベッドもあり、常駐する相談員に子育ての悩みなどを相談できるほか、イベントも行っています。実施日時など詳細は、各施設（下表）にお問い合わせください。

話を聞いてもらってほっとしました

子どもが９カ月のころ、離乳食を食べてくれなくて心配で、ほ・ねっとひろばを訪れて相談しました。最初は相談員さんに話しかけるのに少し勇気がいりましたが、親身に話を聞いていただいてほっとしました。きちんと聞いてくれる人がいると分かり、うれしかったです。

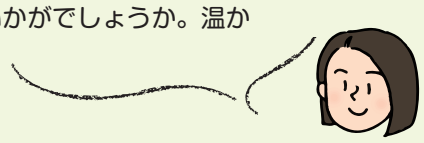
▲相談員（右）と子育ての相談をしながら子どもを見守る前口さん

●子育てふれあいひろば

施設名（＊は民営）	所在地	電話
ほ・ねっとひろば	総合庁舎別館２階	☎5722－9596
菅刈保育園	青葉台２－10－27	☎3462－0886
双葉の園保育園小さい花の家　＊	大橋２－16－６	☎3465－0270
第二上目黒保育園	上目黒２－15－８	☎3719－8658
目黒保育園	目黒１－７－16	☎3779－1386
上目黒住区センター児童館	祐天寺２－６－６	☎3793－1251
第二ひもんや保育園	目黒本町２－25－14	☎3713－8077
原町保育園	原町１－20－16	☎3712－5178
子育てサロンcoccolo（コッコロ）　＊	柿の木坂２－27－21	☎6421－1122
八雲保育園	八雲３－10－18	☎3718－4244

体験した前口さんの感想

子育て中のお母さんたちは、不安に思うことが多いと思います。ちょっと勇気を出して、専門家のアドバイスを受けられるサービスを利用してみてはいかがでしょうか。温かく迎えてくれますよ。



子育て情報はこちら

めぐろ子育てホッ！とブック

出産前から小学３年生くらいまでの子育て中のかた向けの冊子です。助成・支援制度、健診・予防接種等の紹介から、保育園・幼稚園・こども園等の一覧、子育て交流会などの情報を掲載しています。電子書籍版（**右上コード**）もあります。

配布場所　総合庁舎本館２階子育て支援課・３階保健予防課、別館２階ほ･ねっとひろば、碑文谷保健センターほか

子育てポータルサイト

区内の子育て情報を掲載しています。

●めぐろ子ども子育てネット
年齢ごとの行政サービスや子育て関連施設を検索できます。

●めぐろすくナビ
区民ナビゲーター（編集委員）が子育てをするなかで「あったらいいな」と思う情報を発信する区民サイトです。

準備中　子育てアプリ

予防接種のスケジュール管理やGPS（全地球測位システム）で施設検索ができる子育てアプリを、２年度に配信予定です。
詳細は、今後区報やホームページでお知らせします。

▲子育てアプリのアイコン（予定）

★めぐろ区報は、新聞折り込みのほか、住区センターや図書館、駅広報スタンドなどで配布しています。新聞購読されていないかたに個別配送も行っています。広報課（☎5722－9621）