



こども課保健師

吉岡 ゆかり

### マタニティセミナー

前橋保健センターでは、概ね妊娠16週から28週の初妊婦さんを対象に、マタニティセミナーを3日間1コースで、年11回開催しています。セミナーでは、保健師や助産師、栄養士などの専門家が出産の流れや心構え、出産前後の生活習慣、諸手続きなどに関する疑問について丁寧に解説。また、実習などを



## 妊娠中のサポート

専門家から出産・育児などを学ぶセミナーや健康診査費用・出産費用の助成など、妊娠から出産までをサポートする様々な事業があります。

かつて大家族が多かった時代には、家庭の中で出産や子育ての知恵が自然と伝授されてきました。核家族化が進んだ現在、若い夫婦を取り巻く環境も変わってきています。その中で母親が初めての出産や子育ての不安を抱え込んでしまうことがあるようです。でも大丈夫。地域の人たちや市が、あなたの出産をサポートします。

# 特集 安心して迎える出産



下新田町・福田 拓也さん  
美紀さん

問い合わせは こども課 ☎2200-5704

通して、具体的に出産前後の生活を想定しながら学ぶことができます。「今まで具体的な考えられず不安に思っていた出産のイメージが、しっかりとしたものになって前向きに考えられるようになった」という声もいただいています。参加者の皆さんに、少しでも出産や育児を身近なものとして感じてもらえたいと思います。



初めての体験にみんな驚きの表情

同じくらいの週数の妊婦さんの友達ができやすいということも魅力です。初めての出産や育児に不安を覚える人は多いので、一人で悩まず友達や専門家に相談できる場所は大切です。セミナーでは、参加者同士で話し合いながら進めることも多いので、ぜひ、友達のきつかけにしてください。また、ここでできたつながりは、きっと今後の育児に役立ちます。セミナーで仲良くなった人が、たまたま育児

交流会などで一緒になることも。もしかしたら、一生もののお付き合いが生まれたりすることもあるかもしれませんね。そういったことのお手伝いもできればうれしいです。

初めての出産や育児の不安は誰でもあります。そんな不安解消のためにもぜひ、このセミナーを受けてみてください。そして、母親になるための第一歩を踏み出してほしいと思います。

## 初めての出産に 心強い味方

### ■妊婦健康診査費助成

妊婦一般健康診査費用の一部を助成する受診票を最大14枚発行します。受診票は県内で利用できます。交付場所＝前橋・大胡・富士見保健センター

### ■出産育児一時金

出産したときは、国民健康保険などの加入している医療保険から出産育児一時金が支給されます。一時金を使って出産費用を医療機関などへ支払う場合は、各医療機関などに問い合わせてください。

### ■マタニティマーク

本市と高崎市の連携事業として、「おなかの赤ちゃんをみんなで守る」ことをテーマに、キーホルダーと自動車用ステッカーを作成しています。

