



# 親と子の健康づくり

## 東保健センター ☎ 048-774-1414

受付時間 月曜日～金曜日 8:30～17:00 (祝日及び12月29日～1月3日を除く)

### このとり相談 (妊活・不妊相談)

申込 必要 通知 無

※予約専用電話 070-3131-7256

**内 容** 不妊症看護認定看護師の資格を持つ妊活カウンセラーが  
来所相談や電話相談に応じます。

**対 象** 市内に住民票がある人  
(ご相談はお一人でも可)

**時 間** 13:00～15:15  
(1人(組)1時間)

**持 ち 物** 基礎体温表、検査結果等 (お持ちの方)

**申し込み** 予約専用電話(070-3131-7256)へ電話予約

| 日 程 |           |
|-----|-----------|
| R6年 | 7月19日(金)  |
|     | 9月20日(金)  |
|     | 12月10日(火) |
| R7年 | 3月3日(月)   |

### ●不妊検査費・不育症検査費助成事業

申込 必要 通知 無

**内 容** 夫婦が共に受けた不妊検査・不育症検査で、対象となる検査開始時の妻の  
年齢が35歳未満の人は上限3万円、43歳未満の人は2万円(1,000円未  
満切り捨て)を限度とし、1組の夫婦につき各1回限り助成します。

**対 象** 検査開始時の妻の年齢が43歳未満の人

**申請期限** 不妊検査または不育症検査期間の終期が属する年度内。ただし、当該年度  
の1月1日から3月31日までの間に検査の終期が属するものについては、  
翌年度6月30日までとなります。

### 妊婦健康診査・新生児聴覚スクリーニング検査・ 産婦健康診査

**内 容** 14回分の妊婦健康診査(「妊婦健康診査助成券」に記載された検査項目のみ対象)、  
新生児聴覚スクリーニング検査及び産婦健康診査(「こころの健康チェック」  
の実施の場合のみ対象)の費用の一部を助成します。助成券は母子健康手  
帳とともに交付します。

埼玉県内の医療機関と1都5県(東京都・群馬県・栃木県・茨城県・千葉  
県・神奈川県)の委託医療機関で使用できます。

里帰り出産等により委託していない医療機関や他県で健診を受診される人  
は東保健センターまでお問い合わせください。

### 妊娠の届出・母子健康手帳

**内 容** 妊娠に気づいたら、できるだけ早く医療機関(産婦人科)を受診しまし  
ょう。医療機関で「胎児心拍の確認」や「出産(分娩)予定日」が分かり、医  
師から母子健康手帳の交付を受けるよう指示がありましたら、市の「こども  
家庭センター」で妊娠の届出を行い、「母子健康手帳」の交付を受けてくだ  
さい。また、届出時に助産師の資格を持つ専任の「母子保健コーディネ  
ーター」と面談することで、「上尾市出産応援給付金」の申請もできます。

**持 ち 物** (1) 妊婦本人が手続きする場合  
「マイナンバーカード」または「マイナンバー通知カード(氏名・住所  
等の記載事項と本人の情報が一致している場合に限る)」と「本人確認  
書類(運転免許証等)」妊娠週数、出産(分娩)予定日、受診医療機関  
等のわかるもの(妊娠届出書に記載します)

妊婦本人名義の貯金通帳等、振込口座が確認できるものの写し(出産  
応援給付金の申請に必要です)

(2) 代理人が手続きする場合  
「委任状(同一世帯の場合は不要です。）」、「代理人の本人確認できる  
書類」、「妊婦本人のマイナンバーがわかるもの」、「妊娠週数、出産  
(分娩)予定日、受診医療機関等のわかるもの(妊娠届出書に記載します)」  
※「委任状」は市のホームページよりダウンロードできます。

※出産応援給付金の申請には、原則、妊婦本人の面談が必要のため代理人  
の申請はできません。(後日の面談後の申請になります)

### こども家庭センター

助産師の資格を持つ母子保健コーディネーターが、妊娠の届出の機会などに、妊娠中  
の生活のことや、生まれたばかりの赤ちゃんのこと、子育てに関することなどの相談  
に応じます。

| 開設場所 | 東保健センター内     | 子ども家庭総合支援センター内(市役所5階)               |
|------|--------------|-------------------------------------|
| 所在地  | 上尾市緑丘2-1-27  | 上尾市本町3-1-1                          |
| 電 話  | 048-774-1414 | 048-775-5294                        |
| 開設日  | 月曜日～金曜日      | 月曜日～土曜日<br>10月から土曜開庁は第2・第4のみ        |
| 開設時間 | 8:30～17:00   | 8:30～17:00<br>(土曜日は、12:00～13:00を除く) |

このページに掲載している事業は、東保健センター（774-1414）で実施します。

## パパママ教室 (土曜日コース・平日コース)

申込 必要 通知 無

**内 容** 赤ちゃんの保育と制度・もく浴実習（助産師・保健師が担当します）  
※「妊娠中の生活・出産準備等」は、プレママ教室をご利用ください。

**対 象** 下記対象の妊婦とパートナー

**定 員** ・土曜日コース36組・平日コース24組  
※どちらか1つのコースのみ申し込み可（先着順）

**時 間** ・土曜日コース  
9:15～10:30 (18組)  
11:00～12:15 (18組)

・平日コース  
9:40～11:20 (12組)  
13:30～15:10 (12組)

**持ち物**

母子健康手帳  
筆記用具  
プレママ教室受講  
済の人は資料一式

**申し込み** Web予約（30日前から受付開始）  
※4月20日（土）分のみ、R6年4月1日（月）から受付開始

|        | 日 程          | 対象出産予定月        |
|--------|--------------|----------------|
| 土曜日コース | R6年 4月20日(土) | R6年 7月～10月     |
|        | 6月22日(土)     | 9月～11月         |
|        | 7月20日(土)     | 10月～12月        |
|        | 8月24日(土)     | R6年 11月～R7年 1月 |
|        | 10月19日(土)    | R7年 1月～ 3月     |
|        | 11月16日(土)    | 2月～ 4月         |
|        | 12月21日(土)    | 3月～ 5月         |
| 平日コース  | R7年 2月15日(土) | 5月～ 7月         |
|        | R6年 5月27日(月) | R6年 7月～10月     |
|        | 7月22日(月)     | 9月～12月         |
|        | 9月26日(木)     | R6年 11月～R7年 2月 |
|        | 11月20日(水)    | R7年 1月～ 4月     |
|        | R7年 1月27日(月) | 3月～ 6月         |
|        | 3月11日(火)     | 5月～ 8月         |

## ●妊婦訪問

申込 必要 通知 無

**内 容** 妊婦がいるご家庭に、助産師・保健師が訪問し、妊娠中の生活や出産・育児についての相談に応じます。プレママ教室やパパママ教室に参加できない人もご利用ください。  
**申し込み** 電話予約

## プレママ教室

申込 必要 通知 無

**内 容** 妊娠中の生活・栄養・妊婦食の試食（ランチ）・口腔ケア・歯科医師による歯科健診・出産準備（助産師・保健師・管理栄養士・歯科衛生士が担当します）

**対 象** 右記対象の妊婦

**時 間** 10:30～15:30

**費 用** 500円（食材費）

**定 員** 24人（先着順）

**申し込み** Web予約（30日前から受付）

**持ち物** 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ  
パパママ教室受講済の人は資料一式

| 日 程          | 対象出産予定月        |
|--------------|----------------|
| R6年 5月16日(木) | R6年 7月～10月     |
| 7月 9日(火)     | 9月～12月         |
| 9月 5日(木)     | R6年 11月～R7年 2月 |
| 11月 7日(木)    | R7年 1月～ 4月     |
| R7年 1月15日(水) | 3月～ 6月         |
| 3月 6日(木)     | 5月～ 8月         |

## 妊婦歯科健康診査

申込 必要 通知 無

**内 容** 歯科医師による歯科健康診査（プレママ教室の歯科健診のみのご案内となります）

**対 象** プレママ教室に参加されない各日程対象の妊婦

**定 員** 6人（先着順）

**申し込み** Web予約

**日 程** プレママ教室と同日（30日前から受付開始）

**時 間** 13:30～

**持ち物** 母子健康手帳

## 新米家族のきずなレストラン

申込 必要 通知 無

**内 容** 妊婦のパートナーがランチを作り二人で食事をします。パートナーは調理の基本を学び、妊婦はマタニティ体操を行います。

**対 象** 妊娠16週以上32週未満の妊婦とパートナー

**定 員** 10組（先着順）

**申し込み** Web予約（30日前から受付）

**時 間** 10:00～12:00

**持ち物** 母子健康手帳、筆記用具、飲み物

**費 用** 1,000円（食材費）

【妊婦】動きやすい服装、汗拭きタオル  
【パートナー】エプロン、三角巾またはバンダナ、マスク、手ふきタオル

| 日 程         | 対象出産予定月     |
|-------------|-------------|
| R6年 6月5日(水) | R6年8月～11月下旬 |