

お誕生おめでとうございます

出産後のママのからだ

妊娠・出産は女性にとって大仕事。からだが回復するにはある程度の時間が必要です。女性ホルモンが急激に低下し、授乳や子育てホルモンが分泌されるため精神的に不安定になります。心身ともに休養が必要な時期です。赤ちゃんが寝ている時には一緒に横になり休息をしてください。つらい時にはパパや家族、周りの人々に相談を。子育て世代包括支援センターも相談窓口です。

赤ちゃんの泣き

生後1か月くらいの赤ちゃんは昼夜かまわず泣きます。生後3か月くらいになると少しずつ昼夜のリズムができ、生後6か月頃には夜に眠るようになります。

赤ちゃん訪問について

生後1か月を過ぎた頃に担当職員がお電話します。訪問日を決めます。

赤ちゃんの身体計測、母子保健事業のご案内、育児相談などをしています。予防接種予診票をお渡ししたり、子育て応援金(5万円)の電子申請もします。

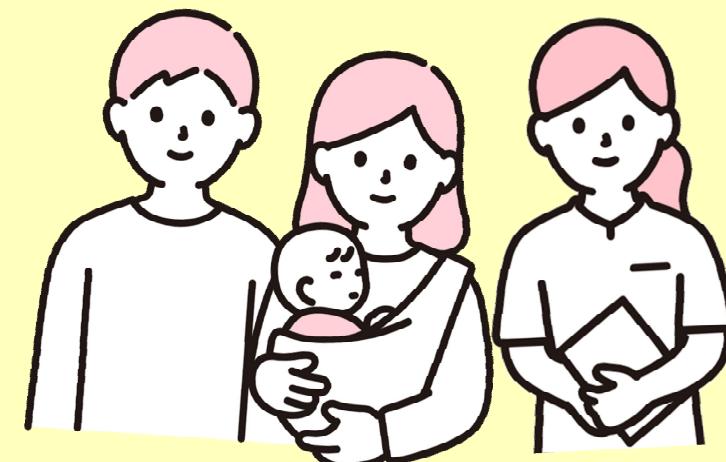
訪問時間は約1時間程度です。

育児はみんなで

子育ては思いどおりにはならず、つらくなることもあります。一人で抱え込まず、身近な人と一緒に子育てをしましょう。ママにとっては家族からの思いやりが元気の素です。

赤ちゃん訪問を しています

保健師や助産師が
ご自宅へお伺いします



お問い合わせ

下妻市こども家庭センター

TEL 0296-45-5161

受付時間 平日8時30分～17時15分まで

MAIL kosodate@city.shimotsuma.lg.jp