とよおか
# TOYOOKA みんなで子育て おうえんまっぷ

**使い方** これからの子育て生活をイメージするためや、子育て中の支援サービス、相談先を探したいときにご覧ください。

※さらに詳しい情報は、豊岡市ホームページ「とよおか子育て応援サイト」に掲載しています。

発行：豊岡市こども未来課

## START 妊娠前（スタート）

赤ちゃんに出会うための準備スタート！

1 不妊治療について調べてみた

2 ・不妊ペア検査費助成
・不育症治療費助成
・特定不妊治療費助成

3 妊娠がわかった！

## 4 妊娠

安心レベルUP

市役所で母子手帳をもらった

5 妊婦健診費助成

多胎児サークル「えだまめらんど」を知った！

6 多胎妊娠の妊婦健診
ふたごを妊娠した！！！
妊婦健診の受診券を追加でもらった

7 受診券を使って健診を受けた

8 妊婦支援給付金（1回目）

9 サポーター派遣（妊娠期～産後3か月）
つわりがひどく家事ができない

10 妊婦の健康相談
赤ちゃんを迎える準備、何したらいい？

11 妊娠8か月アンケート
オンラインで回答した！

12 保健師・助産師訪問

13 パパママベビー交流会
パパが妊婦の体験をした

家族で出産に向けて相談をした

14 妊婦のRSウイルスワクチン予防接種

赤ちゃんのためにママの予防接種を受けた

15 赤ちゃんのお世話体験

赤ちゃん人形で抱っこと沐浴の練習をした

## 16 出産

おぎゃ～！赤ちゃんがうまれた

・出産育児一時金
・児童手当
・産婦健診費助成
・新生児聴覚検査費助成

産後はいろんな検査があって安心

外国人相談窓口

17 産後ケア
1.母乳トラブルになった
2.わむれない日が続いた
3.けんしょう炎になった

安心レベルUP

18 赤ちゃん訪問（新生児）

産後のモヤモヤを保健師さんに聞いてもらった！

19 妊婦支援給付金（2回目）

20 こんにちは赤ちゃん訪問

民生委員さんが会いに来てくれた！

21 1か月児健診費助成

22 予防接種
生後2か月！予防接種デビュー

うぎゃ～！

23 どっきどき！！はじめての外出！

24 かかりつけ医ができた！

25 うつぶせ遊びに挑戦！

26 4か月児健診

赤ちゃんの首がすわった！

27 子育てセンター
ベビー向けの教室があった
いろんな赤ちゃんに出会ってそれぞれ個性的なことを知った

## 子育てなんでも相談

なやみモンスターは小さいうちに相談するのが効果的。大きくなってからだと大変！！

電話番号:0796-24-9604

子育てのことなら何でも相談してくださいね！

体重はちゃんと増えてる？ミルクの量は足りてる？これって大丈夫？どうやってあそんだらいいの？離乳食がすすまない・・・など、わからないことや心配なことがあったら、自分で悩まず、気軽にお尋ねくださいね。

パパママのことでもOK!

パパにも産後ブルーな時期がやってきた（1歳未満のパパの7割はうつの時期がある）
→パパの子育て座談会に参加する

28 栄養士に相談
離乳食がすすまない、わからない

29 7か月児健診
離乳食の味見をした

30 ブックスタート
7か月児健診で絵本をもらった
家にかえって読んでみた
こんな小さくても興味あるんだ！！

31 こども広場
今日は雨♪
WACCU TOYOOKA「こども広場」に行こう！

32 乳幼児等医療費助成

33 休日・夜間の受診先や相談先を調べた

病院に行った。医療費無料で支払いゼロ

34 初めての発熱！！アワアワ・・・
#7119#8000に電話をした

35 こども誰でも通園

保育園情報を調べた

36 子育て広場

市役所前の芝生でひなたぼっこ

37 一時保育（保育園・こども園）
そろそろリフレッシュが必要

38 園庭開放
園庭開放にいってみた
入園について家族で話あった

39 1歳すくすく広場
歯のケア、幼児食について相談できた！

40 ママに休日プレゼント
子どもを預けて美容室とカフェに行った！

## 41 入園

病気になったこどもをみてくれる人がいない

42 病児・病後児保育

43 1歳6か月児健診

44 発達相談
心理士や医師に相談したこどもへのかかわり方・こどものタイプがわかった

安心レベルUP

こどもを預けてゆっくり買い物

45 一時預かり（子育て総合センター）

歯みがきイヤイヤ！ブラッシングを教わった

46 2歳にこにこ教室

安心レベルUP

47 かかりつけ歯医者さんをつくった

あそびの教室にいってみた

50 育児支援教室 保護者支援教室

安心レベルUP

図書館に行ってみたこどもを預けてゆっくり読書

48 ファミリーサポートセンター
短時間こどもを預かってほしい！友達とお互いの子どもを預かれるように「どっちも会員」になった

49 図書館ママパパへの読書タイムプレゼント

51 3歳児健診

52 幼児教育・保育無償化（3～5歳）
3歳児クラスになって保育料が無料に！

すご～く助かる～！！

53 運動遊び 英語遊び

54 おともだちトラブル発生

55 なかなおりのスキルを覚えた

## 56 5歳児発達相談

安心レベルUP

園や家で困っていることを相談できた

家庭相談、発達に関する相談（こども支援センター）

57 子ども食堂
子ども食堂で友だちができた

58 就学時健診
就学時健診の案内がきた

59 放課後児童クラブ
放課後児童クラブについて調べた

ひとり親相談窓口

ひとり親相談に行ってみた

## 60 To the next stage 小学校入学