

# 妊婦の皆さんが安心して暮らせるまちをめざして

## 妊婦さんへのおもいやり「マタニティマーク」

妊娠中はかわいい赤ちゃんを待ち望む幸せな時、こんなイメージがある反面、妊娠初期に「体調不良を感じる」と答えた妊婦さんは約8割にのぼります。(妊娠届出書アンケートより)

おなかが目立たず周囲に妊婦と気づかれない、つわりやだるさを我慢しているなど不安定な時期といえます。

そこで、有効なのがこの「マタニティマーク」。

外出する時「マタニティマーク」をカバンなどにつけていると、妊娠をさりげなくアピールでき、また、周囲の人も妊娠中かどうかと戸惑わずに配慮を示すことができます。

保健センターでは、母子健康手帳の交付時にこの「マタニティマーク」のキーホルダーをお渡ししていますのでご利用ください。

また、マークをつけている人を見かけた方は、たばこを近くで吸わない、座席を譲るなど、ちょっとした思いやりを示し、妊婦さんが安心できる環境を整えましょう。



マタニティマークのキーホルダー

## 赤ちゃんとお母さんの健康は妊娠中から

～4月から妊婦健康診査受診票(無料券)が14枚になります～

妊娠中は、心身ともにさまざまな変化があります。健康管理をしながら胎児の発育の経過を見ていくことが大切になります。

現在、標準的な妊婦健康診査の回数はおおむね14回とされています。そこで、市では、妊婦さんの経済的なサポートとして、4月から妊婦健康診査の受診票を5枚から14枚へ増やします。これを利用して、医師から指示された間隔で、定期的に健康診査を受けるようにしてください。

なお、3月31日以前に母子健康手帳の交付を受けられた方は、出産予定月にあわせて、妊婦健康診査受診票の追加交付をします。枚数は、出産予定月が4月の方は4枚、5月の方は6枚、6月の方は8枚、7月以降の方は9枚です。(対象者へは、郵送します。)

保健センター ☎67♦1151