

子育てに悩んだり
困ったときは相談
してモメ！



©2024 神戸市 No.24-005

中央区 子育て情報紙

ほっと♡ほっと

季刊版 2025年 春号

発行・相談先

- 中央区保健福祉課
TEL 078-335-7511 (代)
- こども家庭支援室
TEL 078-335-5423

こんにちは！保健師です！

区役所にはどんなことを相談したら良いの？と思ったことはありませんか？

区役所保健師の仕事内容と、子育てに困った時の相談先について紹介します。

子育ての相談（電話、面接、訪問）

こどもの成長発達が気になる、夜泣き対応が大変、言うことをきかずきつく叱ってしまうなど、悩み別の相談や利用できるサービスを紹介しています。



乳幼児健診（4 か月、1 歳6か月、3歳）

こどもの成長発達の確認、子育ての相談先の案内などを行っています。



©2024 神戸市 No.24-005

成老人関係

子育て相談以外にも、健康づくりの支援や、**感染症対応**、公害などの業務も行っています。



区役所・地域に出向いて健康教育

こどもの事故予防、感染症予防、こどもとの関わり方など、子育てサークルや児童館に出向いて講話をしたり、個別相談をしています。



その他

- ・母子手帳、予防接種券など各種受診券交付。
- ・産前産後のサービスや制度の案内、新生児訪問など、親子が安心して生活できるようサポートをしています。
- ・必要に応じて、親子と病院・保育所など関係機関とつなぐ橋渡しをしています。



ひやくにちぜき 知っていますか？百日咳

小児に急増中！！

百日咳とは？

- ・百日咳菌による気道感染症で、激しい咳を伴う病気。
- ・感染経路：飛沫感染、接触感染
- ・潜伏期間：通常7～10日
- ・1歳以下の乳児、特に生後6ヶ月以下の乳児は重症化することがあります。

症状は？

かぜ症状で始まり、激しい咳が2～3週間持続し、回復するのに2～3か月かかります。年齢が小さいほど症状は多様で、普段と違う様子があれば受診しましょう。

予防方法は？

- ・予防接種により、感染リスクは80～85%減らすことができると報告されています。
- ★百日咳ワクチンは、「**五種混合ワクチン**」に含まれています。定期接種期間に接種しましょう。
標準的な接種期間：生後2か月～6か月に3回の初回接種
+追加接種 1回（3回目の接種終了後、6～18か月空ける）
- ※2024年4月1日から五種混合ワクチンが定期接種化（それまでは四種混合ワクチン）
- ・手洗い、うがい、咳エチケット（マスク着用など）等の基本的な感染対策が大事です。
- ・大人から感染を拡げないよう、咳が長引く場合は受診しましょう。