

1ヶ月健診を迎えた赤ちゃんのご家族へ

★★★1ヶ月健診で当センターはおわりとなります★★★

今後、母子センターの受診を希望される場合は、「かかりつけ医」または「保健センター」からの紹介状が必要です
※乳児後期健診（生後8～10ヶ月）は当センターで実施していません



こどもの救急
#8000

赤ちゃんについて

『かかりつけ小児科』をつくりましょう

- ・予防接種のスケジュール相談
- ・発育、発達の相談
- ・発熱時の診察

地域の小児科を受診しましょう

赤ちゃんの予防接種について



生後2ヶ月からスタートします

早めに『かかりつけ医』を探して予約しましょう

赤ちゃんや出生時のことについてはすべて

母子手帳に記載されています

※「先天性代謝異常等検査結果」、

「拡大マスキング結果」（実施者のみ）も貼付されています

お母さんについて

- ・発熱時
- ・月経などの相談

お近くの内科・婦人科などを受診しましょう

母乳外来



（産後サポート外来）について

産後1年まで受診可能です

但し、発熱がある場合、感染確認のために先に他院受診をお願いしております。

ご理解のほどよろしくお願いいたします

○おうちでの生活

1ヶ月健診以降、赤ちゃんは沐浴を卒業し

大人と同じ風呂に入ることができます。

お母さんも湯船に浸かることが可能になります。

また、赤ちゃんの外出もできるようになります。

○お母さんのからだ

1ヶ月健診で問題なければ性生活は可能となります。

産後の月経再開の時期は

個人差が大きく、産後2ヶ月からはじまることもあれば、

卒乳までない場合もあります。

月経がなくても排卵がある場合もあります。

月経に関係なく妊娠の可能性がありますので

産後初めての性生活から避妊し家族計画を立てましょう。

○お母さんのこころ

産後は急に「イライラする」、「なぜか涙がとまらない」、「子どもが可愛いとは思えない」など、精神的に不安定になりやすい時期です。気持ちがつかなくて日常生活が大変になってきたら自分ひとりで悩まず、自治体の保健センターや医療機関などに相談してください。

大阪府妊産婦こころの相談センター

妊娠中や産後にこころが不安定になることは珍しいことではありません。専門の相談員がお話をうかがいます。どんな小さな悩みでもお聞かせください。

あなたひとりで抱えこまないで。TEL. **0725-57-5225**

相談時間 10:00～16:00（土・日・祝日・年末年始休み）

- 妊産婦のご家族、パートナーからの相談も可能です。
- 相談内容、個人情報には必ず守られますので安心してご相談ください。

※「大阪府妊産婦こころの相談センター」は大阪府の委託を受け、地方独立行政法人大阪府立病院機構大阪母子医療センターが運営しています。

SNS相談

大阪府こころのほっとライン

相談曜日 水・土・日

相談時間 17:30～22:30（最終受付 22:00）