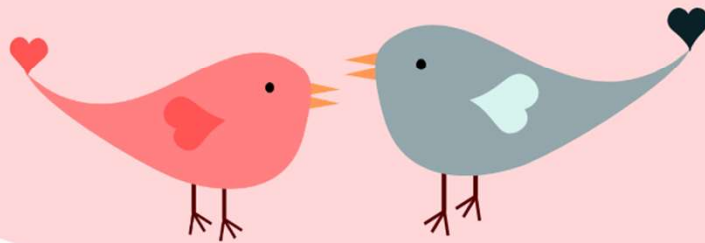


# みのかも子育て きずなメール

妊娠週数や、お子さんの月齢に合わせた  
子育て情報を **LINE** でお届けします

タイムリーな  
子育て情報が届くよ



安心して出産、子育てが  
できるようサポート



妊娠中の方やママはもちろん、ご家族の方も  
ぜひ一緒にご登録ください！

## 妊娠期

毎日配信

## 子育て期

生後100日まで毎日配信  
生後101日から…3日に1回  
1歳児…週1回程度  
2歳児…月2回程度  
(3歳誕生日までとどきます)

対象

市内在住の妊婦・ご家族

内容

赤ちゃんの成長の様子  
ママの体のこと  
市の子育てに関する情報

対象

市内在住の3歳未満児の保護者  
ご家族

内容

お子さんの成長の様子  
子育てのアドバイス  
市の子育てに関する情報

遠方に住む  
ご家族も登録OK!



お問い合わせ

登録方法は裏面へ ▶

本事業に  
関すること

美濃加茂市役所健康こども部  
子育て支援課  
TEL 0574-66-1380

配信/登録に  
関すること

特定非営利活動法人  
きずなメール・プロジェクト  
TEL 03-6709-6893



# 配信イメージ

## 妊娠期

妊娠29週と5日  
出産予定日まで72日

(きずなメールより)  
<赤ちゃんの様子>  
髪の毛の長さが1センチくらいになった赤ちゃんもいるでしょう。からだ全体に生えていたうぶ毛は、背中や肩のあたりを残して、だんだん消えてきています。胎脂(たいし)は、まだ赤ちゃんの肌をおおい、保温したり羊水の刺激から肌を守っています。

<今日のあなたへ>  
からだにそなわっている「子どもを産む力」を最大限に発揮するために、十分睡眠をとり、適度な運動をし、栄養たっぷりの食事を心がけましょう。自分の心がけでプラスの状態にできることは、積極的に取り入れましょう。

(美濃加茂市より)  
[ファミリー・サポート・センター  
出生直後の育児支援について]

月齢に合わせた  
子育てアドバイス

## 子育て期

かもみちゃんが生まれて0歳6か月、誕生から202日目です。

(子育てきずなメールより)  
<赤ちゃんのこと>  
【誤飲に気をつけて】寝返りでゴロゴロ、ひじの力でズリズリ...と、ハイハイをしなくても思わぬ距離を移動する赤ちゃんが出てくる頃です。部屋の床や低い位置の棚などに、危険なもの、さわられると困るものは置かないようにしましょう。

手にしたものはなんでも口でたしかめたい子が多い時期です。生後6か月前後の子の口には、直径3センチ前後のものなら入ってしまいます。

赤ちゃんが動き始めると、事故を防ぐための部屋づくりが大事になります。一度、ママやパパも床に寝転んで、赤ちゃんと同じ目線で部屋を眺めてみましょう。

ご家族も一緒に読むと  
赤ちゃんの成長を  
共有できるよ

乳幼児健診など、市の  
お知らせも届くよ

## 登録方法

### 1 LINEアプリのインストール

※LINE以外では配信していません

LINE

### 2 美濃加茂市LINE公式アカウント友だち追加

#### QRコードから追加



「友だち追加」  
→「QRコード」  
からQRコードを撮影し  
ご登録ください。

または

#### 検索して追加



「検索」から  
「美濃加茂市」を  
入力しご登録ください。

### 3 きずなメールを選択し、案内に沿って必要情報等を入力

※必要情報…出産予定日  
誕生日・子どもの名前



※きずなメールの配信原稿の内容は、子育て支援、乳幼児虐待予防に取り組むNPO法人きずなメールプロジェクトにより、専門家(小児科医、産婦人科医、歯科医、管理栄養士等)の監修を経て作成されたものです。

あくまで、妊娠、出産、子育てに関する一般的な常識、医学情報に基づくものであって、すべての方にあてはまるものではないことを予めご了承ください。