

(新)

◎ 予防接種を受ける時期：次の表を参考にしてください。

予防接種の種類	法律等で定められている期間・回数	望ましい時期
BCG	生後6か月未満 (1回)	生後3～6か月
ポリオ	生後3～90か月未満 41日以上の間隔をおいて2回	生後3～18か月
ジフテリア・ 百日せき・ 破傷風	1期初回：生後3～90か月未満 沈降精製百日せきジフテリア破傷風混合ワクチンを <u>20日～56日間隔</u> で3回	生後3～12か月
	1期追加：生後3～90か月未満 沈降精製百日せきジフテリア破傷風混合ワクチンを1期初回終了後、6 か月以上の間隔をおいて1回	初回接種終了後 12～18か月後
	2期：11歳、12歳 沈降ジフテリア破傷風混合トキソイドを1回	11歳
麻しん (はしか) ・風しん	1期：生後12～24か月未満 乾燥弱毒生麻しん風しん混合ワクチンを1回、又は乾燥弱毒生麻しんワ クチン及び乾燥弱毒生風しんワクチンを各1回 ※1)	/
	2期：5歳以上7歳未満で、小学校就学の始期に達する日の1年前の日 から当該始期に達する日の前日までの間 乾燥弱毒生麻しん風しん混合ワクチンを1回、又は乾燥弱毒生麻しんワ クチン及び乾燥弱毒生風しんワクチンを各1回	
日本脳炎 ※2)	1期初回：生後6～90か月未満 6日～28日間隔で2回	3歳
	1期追加：生後6～90か月未満 1期初回終了後、おおむね1年後に1回	4歳
	2期：9歳～13歳未満 (1回)	9歳

※1) 麻しん (はしか) 及び風しんの予防接種は、1歳になったらできるだけ早めに受けるようにしましょう。

※2) 日本脳炎の予防接種は、平成17年5月に予防接種による健康被害が否定できない重症例が発生したことから、現行のワクチンについては慎重を期すため積極的には勧められていません。ただし、日本脳炎が心配、あるいは感染の可能性の高いところなどでは、定期接種としての予防接種を受けることができます。詳しくはお住まいの市町村の保健所・保健センターにお問い合わせください。

(新)

歯の名称と生える時期

(別図)

乳歯は上下10歯ずつ、合計20歯あります。(上図)生後7～8か月で下の前歯から生え始め、2歳半～3歳頃で20歯が生えそろいます。歯の生え方には個人差があり、生える時期がやや遅れたり、生える順序が異なることがあります。

永久歯は上下16歯ずつ、合計32歯あります。最初に生える永久歯は下の前歯の場合が多く、その前後にかむ力の大きい第一大臼歯(6歳臼歯)が生え始め、12～13歳頃までに第三大臼歯(親知らず)を除くすべての歯が生えそろいます。親知らずは生えないこともあります。

乳歯から永久歯への交換の時は、混合歯列期(下図)といい、乳歯と永久歯が共存する時期が12～13歳頃まで続きます。また、乳歯は永久歯が生える際にも重要な働きをするので、むし歯にならないよう注意することが大切です。

(新)

初めての歯みがきのポイント

子どもの口の健康増進のためには、口の中を清潔な状態に保つことが大切です。そのためには歯みがきをしなければなりません。しかし、口の中は大変敏感なので、歯みがきに慣れるまでは泣き叫んだり、口を開けなくなったり、歯みがきがいやで逃げまわることがあり、歯みがきに苦勞する保護者も少なくありません。

子どもの歯みがき習慣づけのために、以下のような順序でまず歯みがき練習から始めていきましょう。

- ① 子どもの目の前で、保護者が楽しそうに歯をみがくようにしましょう。
- ② 最初から歯ブラシでみがこうとせず、まず8か月頃より、保護者のひざにあお向けに寝かせ子どもの歯を観察する（歯を数える）ことから始めましょう。そして、歯の観察が終われば必ずほめてあげましょう。これを1か月くらい続けます。
- ③ 歯の観察が嫌がらずにできるようになれば、赤ちゃん用の歯ブラシで1～2回歯に触れる練習をしましょう。まだ、歯を磨こうとしてはいけません。嫌がればすぐにやめ、できるだけ泣かせないように工夫しましょう（歌を歌ったりしながら）。練習が終われば必ずほめてあげましょう。これも1か月くらい続けましょう。
- ④ 歯ブラシを口に入れることに慣れてきたら、初めて歯みがきを始めます。しかし、この時点では、歯をきれいにみがくことも大切ですが、あくまでも、歯ブラシの刺激に慣れさせ、歯みがきを好きになってもらうことが重要です。子どもの機嫌を取りながら、鉛筆を持つ持ち方で力を抜いて歯を見ながら1本ずつやさしくみがいてあげましょう。1本5秒ぐらいで十分です。強くみがいたり長い時間をかけたりして、子どもを泣かせないように注意してください。また、上手にできたことをほめてあげることを忘れないようにしましょう。
- ⑤ 1歳6か月健診までに、保護者も子どもも歯みがきが上手にできるよう練習を行ってみてください。

(新)

主な母子医療の公費負担制度

◎妊娠高血圧症候群（妊娠中毒症）などに対して

妊産婦が次の病気にかかり、入院が必要な場合、医療費が支給されます。

妊娠高血圧症候群（妊娠中毒症）、糖尿病、貧血、産科出血、心疾患

◎未熟児に対して

からだの発育が未熟なまま生まれた新生児で、入院が必要な場合、公費で医療が受けられます。

◎小児慢性特定疾患に対して

次の病気にかかった場合、公費で医療が受けられます。また、日常生活用具が支給されます。

悪性新生物、慢性腎疾患、慢性呼吸器疾患、慢性心疾患、内分泌疾患、膠原病、糖尿病、先天性代謝異常、血友病等血液・免疫疾患、神経・筋疾患、慢性消化器疾患

◎身体障害児に対して

公費で身体の障害についての医療が受けられます。また補装具が支給されます。

いずれの事業も、病気の内容や所得などに応じて制限がありますので、保健所などに相談してください。

(新)

産科医療補償制度

産科医療補償制度に加入している分娩機関で出産し、万一、赤ちゃんが分娩に関連して重度脳性まひとなった場合に、看護・介護のための補償金が支払われます。この制度に加入している分娩機関の一覧は、(財)日本医療機能評価機構のホームページに掲載されています。

なお、補償の対象者については、出生体重や在胎週数、障害の程度などによる基準があります。

・産科医療補償制度についてお問い合わせ
(財)日本医療機能評価機構

<http://www.sanka-hp.jcqh.or.jp>

電話 03-5800-2231

受付時間: 午前9時～午後5時(土・日・祝除く)



産科医療補償制度の
シンボルマーク

<メモ>

登録した分娩機関の名称: _____

登録証交付日: _____

お母さん・お父さんの悩みや子育てに関する相談

赤ちゃんが産まれてから、お母さん・お父さんは大変忙しくなります。子育て中はストレスがたまりやすいのです。そのため普段は元気なお母さん・お父さんでも、イライラしたり、眠れなくなったり、急にふさぎ込むなど心身の調子が優れなくなることもあります。

◎ **お母さん・お父さんのストレス・チェック：日頃こんなことを感じますか？ 振り返ってみましょう**

不安になったり、気分が落ち込む、不眠・イライラがある、なぜか疲れる、育児が楽しくない、子どもの遊ばせ方がわからない、子育ての話し相手や手伝ってくれる人がいない

◎ **子どものことで不安に思っていることはありませんか**

夜泣きがひどい、寝つきが悪い、母乳を飲んでくれない、離乳食をいやがる…

保育所・幼稚園の先生や友だちになじめない、言葉がはっきりしない、興味を示すものが限られている、集団の中で落ち着いていられない、聞かれたことに答えない、同じ言葉を繰り返す…

◎ **周囲の子育て資源をチェック：悩みがあるときは、まずは、家族と話し合みましょう。そして、家族以外にも子育ての助けになる人を探してみましょう**

自分の健康や子育てについて悩みがあるときには、まずは、自分の気持ちを家族に伝え、よく話し合みましょう。

子どもは多くの人の手に支えられて育っていきます。

お母さん・お父さんだけで悩まず、都道府県・市町村の保健所・保健センターの医師、助産師、保健師や、かかりつけの小児科医等に気軽に相談してみましょう。

また、母親（両親）学級などで知り合った親子、近隣の子育てボランティアなどは、身近なところで子育てのことを一緒に考えてくれる仲間です。育児相談、子育て教室、子育てサークルなどを利用して、こうした知り合いをつくるのも、お母さん・お父さんのストレス解消に役立ちます。

(新)

◎ インターネットで子育て情報をチェック：ネットを利用してみましょう。

インターネットのホームページ「i-子育てネット」(<http://www.i-kosodate.net/>)は、子育てに忙しいお母さん・お父さんをサポートする情報はもちろん、各種相談窓口や全国の保育所などの検索ができます。フォーラムコーナーでは、全国のお母さん・お父さんたちと子育てをめぐる様々な意見交換もできます。

◎ 赤ちゃんが泣きやまなくてイライラしてしまったら

言葉を話すことができない赤ちゃんは、泣くことにより、おなかがすいた、おむつがよごれて気持ち悪い、暑い、寒い、抱っこしてほしい、などを伝えています。お母さんやお父さんは、泣き方で赤ちゃんが何を求めているかだんだんとわかるようになっていきます。

でも、赤ちゃんが泣きやまないとき、ついイライラして自制心を失ってしまいそうになることは誰にでもあります。

おむつを替えたり、おっぱいを飲ませたり、抱っこしたり、静かな環境にしたり、考えられるすべてのことをしても泣きやまないとき、お母さんやお父さんは自制心を失わないように落ち着くことが大切です。深呼吸をしたり、赤ちゃんを安全なところに寝かせていったんその場から離れたり、誰かと言葉をかわしたり、都道府県・市町村の保健所・保健センターの医師、助産師、保健師や、かかりつけの小児科医に相談してみましょう。

◎ 乳幼児揺さぶられ症候群

赤ちゃんや小さな子どもが激しく揺さぶられたり、叩かれたりするような大きな衝撃を与えられると、身体（特に、脳や視神経）に損傷を受け、重大な障害が残ったり、死亡することもあります。軽症の場合でも、食欲低下、むずかりが多いなど、はっきりしない症状が続くこともあります。気になることがあったら、かかりつけの小児科医に相談しましょう。

(新)

◎産後うつ

産後のお母さんは、わけもなくイライラしたり、動悸がはげしくなったり、不安になったり、気持ちが落ち込んだりすることがあります。産後のホルモンなど体の内部の変化や、慣れない育児の疲れなどが原因とされています。こうした「産後うつ」は、産後のお母さんの10～15%に起きる病気であり、専門家の治療を受けると平均2～3か月でよくなると言われています。

お母さんはこうした心や体の変化を感じても、育児に追われて対応を後回しにしてしまいがちです。また、お父さんや周囲の方も赤ちゃんが最優先で、お母さんの変化を見過ごしがちです。産後うつかも、と思ったときは、迷わず医師、助産師、保健師に相談しましょう。

○お母さん・お父さんの悩みや子育てに関する相談機関

地域には、お母さん・お父さんのいろいろな悩みを聞いたり、子育てに関する相談に乗ってくれるところがあります。そこでは保健・医療・福祉の専門家が電話、面接などで対応するほか、保健師などが自宅を訪問してお話を伺うことができる場合もあります。

これらは気軽に利用できますし、担当者は秘密を守ります。悩んだり、困ったりしたら、まずは相談してみましょう。

◎ お母さん・お父さんのからだや心の悩み、子どもの発育や発達、子育ての仕方に関する相談

かかりつけ医療機関、市町村保健センター、保健所、精神保健福祉センター

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

(新)

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

◎ 養育上の悩みやしつけなどに関する相談

地域子育て支援センター、保育所、児童館、主任児童委員、民生・児童委員、福祉事務所、児童相談所

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

◎ 地域の育児サポート

育児に疲れてしまった時や、病気になった時など、保育所などで子どもを一時的に預かる「一時預かり」や地域における育児の相互援助活動を行う「ファミリー・サポート・センター」、家事支援や育児指導などを行う家庭訪問を行っている地域もあります。

地域によって、この他さまざまな行政サービスを利用できる場合もありますので、市区町村の保健・福祉の担当課にお問い合わせください。

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

名 称		連絡先	
-----	--	-----	--

(新)

働く女性・男性のための出産、育児に関する制度

◎産前・産後の健康管理

・妊産婦（妊娠中及び出産後1年を経過しない女性）は、事業主に申し出ることにより、次の保健指導又は健康診査を受けるために必要な時間を確保することができます。

○妊娠23週までは4週に1回

○妊娠24週から妊娠35週までは2週に1回

○妊娠36週以後出産までは1週に1回

ただし、医師や助産師の指示でこれを上回ることもあります。

・妊産婦が医師などの指導を受けた場合には、その指導事項を守ることができるよう、事業主は、勤務時間の変更、勤務の軽減など必要な措置を講じなければなりません。

これらの措置には、妊娠中の通勤緩和、休憩に関する措置、つわりや切迫流・早産等の症状などに対応する措置が含まれます。

*医師などから母体又は胎児の健康保持等について受けた指導を職場に的確に伝達するために「母性健康管理指導事項連絡カード」（別記様式。拡大コピーをして用いることができます。）をご利用ください。

◎産前・産後・育児期の労働

・妊産婦は、事業主に請求することにより、時間外労働、休日労働、深夜業（午後10時から午前5時までの間の労働）が免除されます。

・妊産婦は、重量物を取り扱う業務などの一定の有害な業務への就業が制限されています。

・妊娠中は、事業主に請求することにより、他の軽易な業務に替わることができます。

・1歳未満の子を育てる女性は、事業主に請求することにより、1日2回少なくとも各30分の育児時間をとることができます。

(新)

◎産前・産後の休業

- ・産前6週間（多胎妊娠の場合は14週間）は、事業主に請求することにより、休業することができます。
- ・産後8週間は、事業主は、その者を就業させることができません。ただし、産後6週経過後に医師が支障がないと認めた業務については、本人の請求により、就業させることができます。
- ・妊娠、出産、産休取得等を理由とした解雇その他不利益な取扱いは禁止されています。

◎育児休業など男女労働者の育児のための制度

- ・子が1歳に達するまでの間（特別な理由がある場合には子が1歳6か月に達するまでの間）は、事業主に申し出ることにより、父親、母親のいずれでも育児休業をとることができます。
（一定の要件を満たした期間雇用者も休業できます。）

*父親の育児休業について

妻が専業主婦である場合には、労使協定の定めにより、育児休業を取得できない場合があります。

しかし、この場合であっても、少なくとも産後8週間は育児休業を取得することができます。

- ・事業主は、3歳未満の子を養育する男女労働者について、次のいずれかの措置を講じなければなりません。

- 短時間勤務制度
- フレックスタイム制
- 始業・終業時刻の繰上げ・繰下げ
- 所定外労働の免除
- 託児施設の設置運営、育児費用の援助措置

なお、1歳（1歳6か月まで育児休業が取得できる場合にあつては1歳6か月）以上の子を養育する労働者については、これらの措置の代わりに育児休業に準ずる措置を講ずることも差し支えありません。

- ・小学校入学までの子を養育する男女労働者は、一定の条件を満たす場合、事業主に請求することにより、深夜業（午後10時から午前5時までの間の労働）が免除されます。

(新)

- ・ 小学校入学までの子を養育する男女労働者は、一定の条件を満たす場合、事業主に請求することにより、1年につき150時間、1か月につき24時間を超える時間外労働が免除されます。
- ・ 小学校入学までの子を養育する男女労働者は、1年に5日まで、病気・けがをした子の看護のために休暇をとることができます。
- ・ 育児休業を取得したこと等を理由とした解雇その他の不利益な取り扱いが禁止されています。

以上の問い合わせ先 各都道府県労働局雇用均等室

◎育児等のために退職した方への再就職支援

- ・ 育児等により退職し、将来的に再就職を希望する方に対し、情報提供、再就職セミナー、再就職に向けたプラン作りの支援などを実施しています。

なお、再就職サポートサイト(<http://www.saisyuusyokusupport.jp>)においても再就職準備のための情報を提供しています。

◎出産育児一時金・出産手当金など

- ・ 出産後には、出産育児一時金や出産手当金などが支給される制度があります。また、育児休業期間中には、社会保険料が免除される制度もあります。

問い合わせ先 勤務先、社会保険事務所、健康保険組合 など

◎育児休業給付

- ・ 育児休業を取得したときは、一定の要件を満たした場合に、雇用保険から休業前賃金の40%（平成22年3月31日までに育児休業を開始した場合は50%）相当額の育児休業給付が支給される制度があります。

問い合わせ先 公共職業安定所（ハローワーク）

◎児童手当制度

- ・ 児童を養育する方には、児童手当が支給されます。（所得制限があります。）

児童手当は、原則として申請した日の翌月分から支給されますので出産後すみやかに申請してください。

問い合わせ先 市区町村の児童手当担当窓口ほか

(新)

(表)

母性健康管理指導事項連絡カード

平成 年 月 日

事業主 殿

医療機関等名 _____

医師等氏名 _____ 印

下記の1の者は、健康診査及び保健指導の結果、下記2～4の措置を講ずることが必要であると認めます。

記

1 氏名等

氏名		妊娠週数	週	分娩予定日	年 月 日
----	--	------	---	-------	-------

2 指導事項（該当する指導項目に○を付けてください。）

症 状 等		指導項目	標 準 措 置
つわり	症状が善しい場合		勤務時間の短縮
おそ 妊娠悪阻			休業（入院加療）
妊婦貧血	Hb9g/dl以上 11g/dl未満		負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
	Hb9g/dl未満		休業（自宅療養）
子宮内胎児発育遅延	軽 症		負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（自宅療養又は入院加療）
切迫流産（妊娠 22 週未満）			休業（自宅療養又は入院加療）
切迫早産（妊娠 22 週以後）			休業（自宅療養又は入院加療）
おしゅ 妊娠浮腫	軽 症		負担の大きい作業、長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（入院加療）
おん 妊娠蛋白尿	軽 症		負担の大きい作業、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（入院加療）
妊娠高血圧 症候群 （妊娠中毒症）	高血圧が 見られる場合	軽 症	負担の大きい作業、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限又は勤務時間の短縮
		重 症	休業（入院加療）
	高血圧に 蛋白尿を 伴う場合	軽 症	負担の大きい作業、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限又は勤務時間の短縮
		重 症	休業（入院加療）
妊娠前から持っている病気 （妊娠により症状の悪化が見られる場合）	軽 症		負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（自宅療養又は入院加療）

(新)

(裏)

症 状 等		指導項目	標 準 措 置
妊娠中にか かりやすい 病気	静脈 ^{りゅう} 瘤	症状が著しい場合	長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業の制限又は横になったの休憩
	痔	症状が著しい場合	
	腰痛症	症状が著しい場合	長時間の立作業、腰に負担のかかる作業、同一姿勢を強制される作業の制限
	ほっご 膀胱炎	軽 症	負担の大きい作業、長時間作業場所を離れることのできない作業、寒い場所での作業の制限
重 症		休業（入院加療）	
多胎妊娠（ 胎 ）			必要に応じ、負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮 多胎で特殊な例又は三胎以上の場合、特に慎重な管理が必要
産後の回復不全		軽 症	負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
		重 症	休業（自宅療養）

標準措置と異なる措置が必要である等の特記事項があれば記入してください。

3 上記2の措置が必要な期間（当面の予定期間に○を付けてください。）

1週間（ 月 日～ 月 日）	
2週間（ 月 日～ 月 日）	
4週間（ 月 日～ 月 日）	
その他（ ）	

4 その他の指導事項（措置が必要である場合は○を付けてください。）

妊娠中の通勤緩和の措置	
妊娠中の休憩に関する措置	

〔記入上の注意〕

- (1) 「4 その他の指導事項」の「妊娠中の通勤緩和の措置」欄には、交通機関の混雑状況及び妊娠経過の状況にかんがみ、措置が必要な場合、○印をご記入ください。
- (2) 「4 その他の指導事項」の「妊娠中の休憩に関する措置」欄には、作業の状況及び妊娠経過の状況にかんがみ、休憩に関する措置が必要な場合、○印をご記入ください。

指導事項を守るための措置申請書

上記のとおり、医師等の指導事項に基づく措置を申請します。

平成 年 月 日

所属.....

氏名.....印

事 業 主 殿

この様式の「母性健康管理指導事項連絡カード」の欄には医師等が、また、「指導事項を守るための措置申請書」の欄には女性労働者が記入してください。

(新)

予 備 欄

(新)

マタニティマーク

妊娠初期は、赤ちゃんの成長はもちろん、お母さんの健康を維持するためにもとても大切な時期です。しかし、外見からは見分けがつかないため、「電車で席に座れない」、「たばこの煙が気になる」など妊婦さんにはさまざまな苦勞があります。

国民運動計画「健やか親子21」推進検討会において、妊娠・出産に関する安全性と快適さの確保を目指し、「マタニティマーク」を発表しました。マークは、妊婦さんが交通機関等を利用する際に身につけ、周囲に妊婦であることを示しやすくするものです。また、交通機関、職場、飲食店等が、呼びかけ文を添えてポスターなどとして掲示し、妊産婦さんにやさしい環境づくりを推進するものです。

マタニティマークのデザインは、厚生労働省ホームページからダウンロードして自由に使うことができます。

<http://www.mhlw.go.jp/houdou/2006/03/h0301-1.html#betten2>

通勤や、健康診査等の通院などにお役立てください。



(新)

児 童 憲 章

われらは、日本国憲法の精神に従い、児童に対する正しい観念を確立し、すべての児童の幸福をはかるために、この憲章を定める。

児童は、人として尊ばれる。
児童は、社会の一員として重んぜられる。
児童は、よい環境のなかで育てられる。

1. すべての児童は、心身ともに、健やかに生まれ、育てられ、その生活を保障される。
2. すべての児童は、家庭で、正しい愛情と知識と技術をもって育てられ、家庭に恵まれない児童には、これにかわる環境が与えられる。
3. すべての児童は、適当な栄養と住居と被服が与えられ、また、疾病と災害から守られる。
4. すべての児童は、個性と能力に応じて教育され、社会の一員としての責任を自主的に果たすように、みちびかれる。
5. すべての児童は、自然を愛し、科学と芸術を尊ぶように、みちびかれ、また、道徳的心情がつけかわれる。
6. すべての児童は、就学のみちを確保され、また、十分に整った教育の施設を用意される。
7. すべての児童は、職業指導を受ける機会が与えられる。
8. すべての児童は、その労働において、心身の発育が阻害されず、教育を受ける機会が失われず、また、児童としての生活がさまたげられないように、十分保護される。
9. すべての児童は、よい遊び場と文化財を用意され、わるい環境から守られる。
10. すべての児童は、虐待、酷使、放任その他不当な取り扱いから守られる。あやまちをおかした児童は適切に保護指導される。
11. すべての児童は、身体が不自由な場合、または、精神の機能が不十分な場合に、適切な治療と教育と保護が与えられる。
12. すべての児童は、愛とまことによって結ばれ、よい国民として人類の平和と文化に貢献するように、みちびかれる。

(新)

連絡先メモ

分娩予定施設	名称		電話	
	所在地			
保健所	名称		電話	
	所在地			
医師	名称		電話	
	住所			
医師	名称		電話	
	住所			
歯科医師	名称		電話	
	住所			
助産師	名称		電話	
	住所			
	名称		電話	
	住所			

(新)

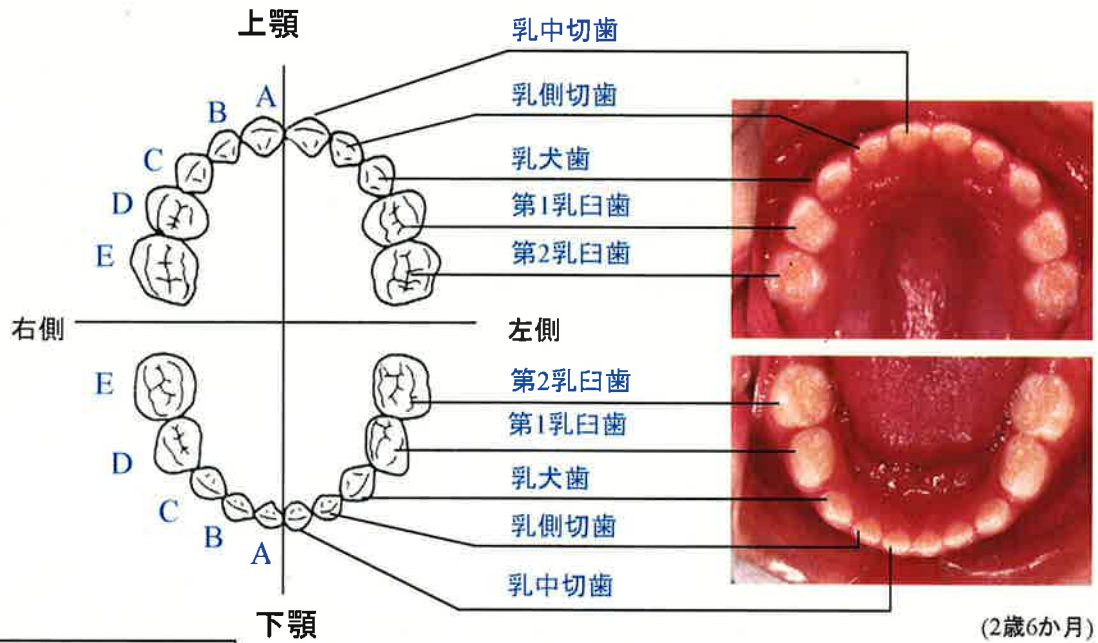
母と子の健康をまもり、明るい家庭をつくりましょう

母子健康手帳について

- ◎ この手帳は、お母さんとお子さんの健康を守るためにつくられたものです。受けとったら、まず一通り読んでください。そのあと妊婦自身の記入欄や保護者の記録欄等必要なところにてできるだけ記入してください。
- ◎ この手帳は、お母さんとお子さんの健康記録として大切です。診察や保健指導などを受けるときは、必ず持って行き、必要に応じて書き入れてもらい、また、お母さんとお子さんの健康状態、健診結果などの覚え書きとしても利用してください。
- ◎ この手帳を活用して、お母さんとお父さんが一緒になって赤ちゃんの健康・発育に関心を持ちましょう。
- ◎ この手帳は、お子さんの健康診断のときの参考となるばかりでなく、予防接種の記録としても役立つものですから紛失しないように注意してください。
- ◎ 双生児（ふたご）以上のお子さんが生まれることがわかった場合は、居住地の市区町村役場からお子さん1人につき手帳1冊となるように新たに母子健康手帳を受けとってください。
- ◎ 使用に支障をきたすほど破れたり、よごれたり、また、なくしたりしたときは、居住地の市区町村役場に申し出て母子健康手帳の再交付を受けてください。
- ◎ その他この手帳についてわからないことは、受けとった市区町村役場や保健所、市町村保健センターでお聞きください。

歯の名称と生える時期

乳歯列期



歯の状態記号
 健全歯 / 喪失歯 △
 処置歯 ○
 未処置むし歯 C

混合歯列期

