

下京保健センター事業について

【健康づくり推進課】

1 献血

資料：保健統計年報 P 3 8

輸血に必要な血液を確保していくため、下京献血推進実行委員会・京都府赤十字血液センターと協働し、元学区単位で区民の善意により、献血活動を行っている。

※平成 26 年度実績

下京区における採血数 5 1 4 名（受付数 6 2 1 名）

京都市における採血数 5, 3 4 7 名

※平成 27 年度実績

下京区における採血数 4 9 2 名（受付数 5 6 8 名）

2 集団健診（胸部検診）

資料：保健統計年報 P 2 8

集団健診（胸部検診）は、小学校や中学校等の身近な地域の会場で胸部検診（結核検診は 15 歳以上、肺がん検診は 40 歳以上の市民）を実施している。内容は問診と胸部 X 線撮影。肺がん検診については、問診の結果、必要な方には喀痰細胞診も実施する。

費用は無料。（喀痰細胞診のみ 1, 0 0 0 円 費用免除有）

同日に同じ会場で、特定健康診査・大腸がん検診も実施している。

※平成 26 年度実績 24 会場で実施し、1, 2 0 1 名が受診している。

※平成 27 年度実績 24 会場で実施し、1, 1 5 2 名が受診している。

3 健康づくり事業

※平成 26・27 年度実績 資料 1 参照

(1) 健康づくりサポーター養成講座

地域健康づくりグループ育成事業は、地域において健康づくりに関するボランティア（呼称を「健康づくりサポーター」とする。）を養成し、健康づくりサポーターが地域で活動することにより、市民相互で支えあい、健康づくりに取り組める環境をつくることを目的としている。

下京区の健康づくりサポーターは平成 21 年度に発足し、27 年度は 7 期生の育成である。現在の在籍者数は 17 名である。

(2) 地域健康づくりグループ育成

健康づくりサポーターをはじめとする自主グループの育成のため支援を行っている。

ア 健康づくりサポーター「しもけんズ」

毎週金曜日に梅小路公園、石ヶ坪公園、第2、4木曜日に下京老人福祉センターを活動拠点にして、メタボビクス体操等の普及等を行っている。

平成27年度健康づくり指導の実績（11月末時点）

- ・梅小路公園 延べ869名（27回開催）
- ・下京老人福祉センター 延べ239名（16回開催）

イ 自主グループ「てくてくウォーキングサークルあ！ルック下京」

メンバーで計画を立て、月1回ウォーキング活動を継続中である。

口コミで参加者も増えている。（20～30名参加）

（3）集団健康教育

メタボリックシンドロームなどの生活習慣病やロコモティブシンドロームなどの運動器疾患等の予防や健康について市民が正しく理解し、健康増進に役立てることができることを目的に実施している。

平成27年度は、健康づくりに主眼をおいた内容で運動、栄養、歯科等の細部にわたる自己管理を目的とした健康教室を実施した。（詳細は、保健センターニュース参照）

また、9月には幼児健診受診の母子に対し、歯磨き方法や手洗い等の生活の基本を身につけることにより健康づくりの第一歩となる教室「歯ッピー歯磨き in 下京」を開催した。2月には2回目を実施する予定である。

（4）出前教室

地域からの依頼を受け、地域に出向いて健康教室を実施している。

平成27年度は、中学生対象の防煙セミナーから診療所のデイケア参加者への健康教室、高齢者対象の熱中症や感染症予防教室まで幅広い年齢層を対象に教室を実施した。

4 食育推進事業

（1）食育セミナー

食に関する適切な判断力を養い、生涯にわたって健全な食生活を実現することにより、心身の健康の増進と豊かな人間形成に資することを目的とした教室である。

（2）ふれあいファミリー食セミナー

家庭における食育を推進するために、出産を控えた養育者（近く、父母となる者）及び乳幼児・学童とその保護者を対象に食生活指導を行うとともに、食を通じた家族形成の推進を図ることを目的に実施している。

○プレママ・パパコース…妊娠中の食事等についての講話及び調理実習並びに交流会等

- すくすくコース…離乳食のすすめ方等の講話及び試食等
- わんぱくコース…就学前の幼児又は小学生及びその保護者に対し、
食材学習及び調理実習等

(3) 食育指導員養成事業

食育を市民ぐるみで推進し、地域に密着した食育推進活動を行うボランティアである「食育指導員」の養成をしている。現在の登録者数は17名である。

5 感染症関係

(1) エボラ出血熱、中東呼吸器症候群（MERS）、デング熱対策

- ・市民への啓発
- ・患者発生時の対応等

(2) 結核対策

○下京区の特徴

- ・高齢者の結核が多い。
- ・医療機関に受診する機会が少ないハイリスクとされるホームレスの方への対応が必要。

○対 策

- ・関係機関への啓発、ネットワークづくり（年1回研修会を開催）
- ・市民への知識の普及（ひとまち交流館・京都や下京老人福祉センター等で出前教室を実施）
- ・ホームレス結核検診…毎年年末に福祉事務所と連携し、簡易宿泊所に入所する者等を対象に実施している。

（実施日時…平成27年12月22日、平成28年1月5日
午前9時～10時30分）

(3) 予防接種自己負担区分証明書の発行手続きの実施 ※案内チラシ参照

○高齢者インフルエンザ

- ・実施期間 平成27年10月1日～平成28年1月31日
- ・証明書発行申請件数4,403件（12月3日現在）

○高齢者肺炎球菌

- ・実施期間 平成27年4月1日～平成28年3月31日（通年）
- ・証明書発行申請件数568件（12月3日現在）

6 妊娠期からの子育て支援 資料：保健統計年報 P 31, 資料2 参照

(1) 母子健康手帳の交付

妊娠から出産、子どもの就学までの健康状態や発育の様子などを記録する手帳を妊娠届の提出を受け交付。交付時には、妊娠から出産・育児に関するテキストを渡し、プレママ・パパ教室などの案内を行っている。

併せて、出産までの継続的な妊婦健康診査を受診してもらえよう、妊婦健康診査受診券綴りを交付している。

(2) 妊婦相談事業

母子健康手帳を交付したすべての妊婦、家族の方へ保健師が面接を行い、妊娠・出産・育児に関する不安や悩み等への相談、子育て情報の提供を行っている。

(3) こんにちはプレママ事業

すべての初妊婦等へ保健師、助産師等が家庭訪問を行い、安心して妊娠の継続、出産・育児ができるよう子育て情報の提供や支援を行っている。

(4) 産後ケア事業（スマイルママ・ホッと事業）

産後1か月未満の母子を対象に産科医療機関等でのショートステイ・デイケアを通じて、母親の心身のケアや育児サポート等の支援を行っている。（ただし、利用に条件あり。）

平成26年度利用件数：8件（平成26年7月から事業開始）

平成27年度利用件数：7件（平成27年11月末時点）

(5) 育児支援ヘルパー派遣事業

出産後間もない時期（概ね1年未満）の母子に対する育児相談や簡単な家事等の援助など、養育支援が必要と思われる家庭にヘルパーの派遣を行っている。

平成26年度利用件数：延べ17件

平成27年度利用件数：延べ13件（平成27年11月末時点）

(6) こんにちは赤ちゃん事業（新生児等訪問指導）

生まれてきた赤ちゃん、お母さん、家族を支援するために、生後4か月までの乳児のいるすべての家庭に保健師、助産師等が家庭訪問を行い、育児や産後の生活に関する相談等を行っている。

(7) 親子の健康づくり講座

○プレママ・パパ教室

妊婦及びその家族（プレママ・パパ）と乳幼児とその保護者（子育てママ・パパ）との交流や育児・栄養に関する講話・講習を行っている。

○就学前の児を対象にした地域の集まりの場（児童館・子育てサロン等）

に出向き講話や育児相談等を実施している。

(8) 親子すこやか発達支援教室

乳幼児健康診査等から把握した、子どもの発達や子育てに不安や悩みを感じ、心理的負担の強い保護者とその子どもを対象に教室を実施している。乳幼児の健全な発育・発達促進の支援を行うことを目的に集団活動を通じた体験の場の提供やグループワーク等、継続的な支援を行っている。

(9) 乳幼児健康診査

4か月児・8か月児・1歳6か月児・3歳3か月児の時点で各月齢・年齢での子どもの発育・発達状態、母親の健康状態を確認し、相談・支援を行っている。健診結果により、医療機関での精密検査や引き続き健診での経過観察や保健師による家庭訪問などを行っている。

7 こころの病のある方や家族への支援 資料：保健統計年報P30

(1) 精神保健福祉相談

週1回(月4回)精神科嘱託医と精神保健福祉相談員による相談を実施している。

平成26年度利用者：延べ105名(年42回実施)

利用者の内訳：本人からの相談 53.1%,
親・兄弟・配偶者等からの相談 36.3%

(2) 家族懇談会

病気についての知識や家族の役割について理解を深めること等を目的に家族の交流を行っている。下京保健センターは、年4回実施している。

平成26年度は、利用できる制度の話、リラックス法、医師を交えた交流会、意見交換会を実施した。

平成26年度利用者：延べ15名

(3) 社会復帰相談指導事業

回復途上にある在宅の精神障害のある方の社会復帰を促進するため、所内外の活動を行っている。ミーティング、創作活動、運動、散策などのプログラムを組み、概ね月3回実施している。

平成26年度利用者：延べ176名(年35回実施)

(4) 精神障害者保健福祉手帳の交付

一定の精神障害者であることを証する精神障害者保健福祉手帳を交付している。併せて、精神障害者福祉乗車証の交付等も実施している。

(5) 自立支援医療

精神障害者の通院医療の促進と自立した生活を援助するために通院医

療費を支給する制度の申請受付をしている。

平成26年度 精神障害者保健福祉手帳交付数及び自立支援医療承認件数内訳

	精神障害者保健福祉手帳交付数				自立支援医療 承認件数(延)
	1級	2級	3級	合計	
下京区 (交付数)	92	341	233	666	1,346
京都市全体 (所持者数)	1,584	7,887	4,507	13,978	25,595

(6) 下京こころのふれあいネットワーク

資料3参照

地域住民団体、医療関係機関、福祉施設・就労支援施設等、行政機関
社会福祉協議会と保健センターでネットワークを設立した。各機関の情
報交換を行い、講演会、ネットワーク通信の発行等を通じ、精神障害や
こころの健康づくりに関する正しい知識の普及啓発を行っている。

8 下京歩歩（ぽっぽ）塾

IT歩数計をつけたウォーキングで歩くことを習慣づけ、地域ぐるみの
健康づくり活動を実施。塾生による企画運営委員会が主体となって歩こう
会等の事業を企画・実施するとともに、食生活診断や脚筋力測定の実施に
よる食事面や身体機能面でのアドバイスを行うなどの活動をしている。

平成26年9月からは、塾生が主体となって毎月1回「散歩会」を行い、
下京区内を気軽に歩きながら塾生間の交流を深める場を設けている。

塾生数86名（平成27年12月5日現在）

【衛生課】

1 生活衛生業務

資料：保健統計年報 P 34

(1) 生活衛生関係営業施設の許可、届出受理及び監視・指導

市民の日常生活に密接な関係をもつ生活衛生関係営業施設（旅館・興行場・公衆浴場・理容所・美容所・クリーニング所）や墓地、プール等について、各法令等に基づき各種の業務を行い、公衆衛生の確保を図っている。

平成26年度末旅館業施設

(単位：件)

種別	旅館	ホテル	簡易宿所	計
施設数	74	44	107	225

(2) 特定建築物の届出受理及び監視・指導

多くの利用者の集まる建築物の施設管理者に対して快適な環境を確保するため、建築物内での空気環境及び給排水設備等の適正な維持管理を徹底するよう監視・指導を行っている。

(3) 飲用水衛生指導

日常生活に欠かせない「飲用水」の衛生確保を図り、良好な生活環境を守るために水道法の適用を受ける専用水道及び簡易専用水道については、法に基づく維持管理を行うよう指導している。適用を受けない小規模受水槽水道等については京都市小規模受水槽水道及び飲用井戸衛生管理指導要領を定め、水質検査の実施等適正な管理が行われているよう指導している。

(4) 住まいの衛生対策

揮発性有機化合物等による室内空気環境の悪化を原因とするシックハウス症候群をはじめ、住まいに起因する健康問題及び不快感を改善するための情報提供を行うとともに、必要に応じて揮発性有機化合物の簡易測定を実施している。

平成26年度相談件数：12件

(5) そ族昆虫対策

感染症の媒介や食中毒の原因となるねずみや衛生害虫（ハエ、蚊等）による被害を防止するため、駆除方法等の相談や駆除指導を行っている。

また、特に危険なスズメバチについては、事故防止のために市民の依頼に基づき駆除を実施している。（駆除は公益社団法人京都保健衛生協会に委託）

平成26年度衛生害虫等相談指導件数

(単位：件)

種別	蚊	ハエ	ダニ・シラミ等	スズメバチ	アシナガバチ	計
件数	2	5	21	8	11	47

2 獣疫業務（動物愛護業務）

資料：保健統計年報P34

（1）狂犬病予防及び動物の愛護・管理

狂犬病予防に基づき狂犬病の発生及びその蔓延を防止するため、犬の登録、狂犬病予防注射の実施、咬傷事故の初動調査等を行っている。

本市では犬の登録並びに狂犬病予防注射を毎年4月に小学校等の会場で行うとともに、公益社団法人京都市獣医師会に所属する動物病院で、いつでも登録と予防注射が受けられるように体制を整えている。

平成27年度下京区集合注射：4月2日～19日／15会場

（注射頭数：474頭）

（2）動物の愛護及び飼養管理 ※チラシ添付

犬猫の鳴き声や糞尿苦情、また野良猫への無責任な給餌行為に係る苦情などの際に、飼い方指導や啓発パンフレットの配付等による適切な終生飼養の啓発を行っている。

また、平成27年7月1日から、「京都市動物との共生に向けたマナー等に関する条例」が施行され、動物の飼い方などにより他人に迷惑をかけることを防止し、人にも動物にも心地よいまちを目指すため、本条例の周知啓発、指導等を行っている。

（3）京都市まちなこ活動支援事業（平成22年度から実施）

「まちなこ活動」とは、地域に暮らす野良猫を、住民の合意のもと地域のルールに基づいて適切に猫を飼養する活動で、本市では、その活動を支援するため動物愛護センターにおいて無料で避妊去勢手術を実施している。

※下京区まちなこ活動：5件

3 食品衛生業務

資料：保健統計年報 P 3 5

(1) 食品衛生関係営業施設の許可、届出受理及び監視・指導

市民の食生活の安全・安心を確保するために、食品衛生関係営業施設について食品衛生法等に基づき各種の業務を行い、食品衛生水準の向上を図っている。

平成 27 年度一斉監視計画

一斉監視	主な対象施設	時期
行楽シーズン対策	京の食文化を代表する食品製造施設（菓子製造施設）、宿泊施設、飲食店（和食）	4 月～11 月
大量調理施設一斉監視	集団給食施設、仕出し屋等	4 月～12 月
生食用食肉等取扱施設一斉監視	焼鳥・焼肉等飲食店、食肉処理施設、食肉販売施設	7 月～8 月
路上弁当販売一斉監視	路上での弁当販売、弁当調整所	6 月～9 月
夏期一斉取締り	大量調理施設、広域流通食品製造・販売施設、魚介類・卵・食肉関係施設等	7 月～8 月
ふぐ処理施設一斉監視	ふぐ処理施設、未処理ふぐ販売施設、魚介類販売施設、飲食店等	11 月～12 月
年末一斉取締り	大量調理施設、広域流通食品製造・販売施設、魚介類・卵・食肉関係施設等	11 月～12 月
飲食店重点監視（ノロウイルス、カンピロバクター対策）	飲食店	1 月～3 月
改正条例及び食品表示法の周知（HACCP 基準及び健康被害に係る保健所等への報告）	全施設	年 間

(2) 食品の収去及び検査

資料：保健統計年報 P 3 6

食品、食品添加物及び食品に直接触れる器具及び容器包装について、店頭等から収去（抜取り）し、衛生環境研究所において検査をしている。

平成 27 年度収去計画（京都市全体）

検体の種類	検体数	検体の種類	検体数
和菓子（菓子類）	133	穀類及びその加工品	56
残置食（和食等）	200	野菜・果物及びその加工品	98
アレルギー物質	210	清涼飲料水	17
魚介類（生食用魚介類を含む）	111	油脂類	3
冷凍食品	22	漬物	133
魚介類加工品	77	輸入食品	237
肉卵類及びその加工品	271	放射能検査	192
乳	11	その他の食品（路上弁当）	60
乳製品	20	その他の食品	120
アイスクリーム	22	器具及び容器包装	161
		合 計	2,154

(3) 食中毒及び違反・不良食品対策

京都市食の安全安心条例に基づき緊急管理体制を整備し、食中毒の健康危害発生時及び違反食品の発見時には迅速に対応し、危害拡大の防止を図っている。

平成26年度食中毒発生状況（京都市内）

発生日	病因物質	件数	患者数
5月	ウェルシュ菌	1	900
7月	※カンピロバクター	1	6
8月	カンピロバクター	1	25
10月	クドア・セブテンブクタータ	1	12
	カンピロバクター	1	6
11月	カンピロバクター	1	5
1月	ノロウイルス	1	7
	カンピロバクター	1	4
2月	ノロウイルス	2	27
	カンピロバクター・ノロウイルス	1	3
3月	ノロウイルス	1	7
合 計		12	1,002

（※印は下京区での発生）

平成26年度収去検査違反事例（京都市内）（※印は下京区での発生）

収去月	違反食品	違反件数	違反内容
5月	牛肝臓	1	動物用医薬品残留基準違反（寄生虫用剤）
7月	※アイスクリーム	1	成分規格違反（大腸菌群陽性）
8月	生食用食肉	1	成分規格違反（腸内細菌科菌群陽性）
9月	生鮮オレンジ（輸入食品）	1	食品表示違反（防ばい剤の表示なし）

(4) 営業者の衛生自主管理の推進及び消費者啓発

食中毒等を未然に防ぐために、営業者の自主管理の強化及び消費者への正しい食品衛生知識啓発を行っている。

平成26年度実施講習会

営業者対象		消費者対象	
回数	受講者数	回数	受講者数
47	2,032	12	373

4 試験検査業務

資料：保健統計年報P37

(1) 臨床検査

保健センターの検診に伴う尿検査や、食品衛生関係などの保菌検査（検便）を行っている。

(2) 水質検査

家庭の井戸水、プール水、浴場の浴槽水の水質検査を行っている。

平成26年度 健康づくり事業実績

健康教育（保健センター内）

事業名	教室名	実施日	対象者	参加人数	講師
健康づくりサポーター養成講座	健康づくりサポーター養成①	5月23日(金)	一般区民	7	医師、保健師、健康運動指導士、健康づくりサポーター
	健康づくりサポーター養成②	5月30日(金)	一般区民	13	保健師、管理栄養士、歯科衛生士、健康づくりサポーター
集団健康教育	ロコモティブシンドローム教室①	10月3日(金)	一般区民	6	医師、保健師、歯科衛生士、健康づくりサポーター
	ロコモティブシンドローム教室②	10月10日(金)	一般区民	6	管理栄養士、歯科衛生士
	レベルアップ教室①（歯周病予防）	平成27年1月23日(金)	一般区民	16	歯科衛生士
	レベルアップ教室②(COPD)	平成27年1月30日(金)	一般区民	8	保健師、歯科衛生士

健康教育（保健センター外）

事業名	教室名	実施日	対象者	参加人数	講師
出前教室	健康教室「骨粗しょう症予防」	7月30日(水)	稚松地域女性会	27	保健師、健康づくりサポーター
	中学生の喫煙防止教育	6月17日(火)	七条中学校1年生	129	保健師、健康づくりサポーター
	中学生の喫煙防止教育	9月1日(月)	下京中学校1年生	190	保健師、健康づくりサポーター
	ミニ健康講座「インフルエンザについて」 （下京老人福祉センター）	10月2日(木)	一般市民	29	保健師
	すこやか講座「結核・感染症について」 （長寿すこやかセンター）	10月17日(金)	一般市民	62	保健師
	思春期講座「性感染症について」	平成27年2月24日(火)	下京中学校3年生	117	医師、保健師

平成27年度 健康づくり事業実績

健康教育(保健センター内)

事業名	教室名	実施日	対象者	参加人数	講師
健康づくりサポーター 養成講座	健康づくりサポーター養成①	5月22日(金)	一般区民	11	医師, 保健師
	健康づくりサポーター養成②	5月29日(金)	一般区民	10	管理栄養士, 歯科衛生士, 保健師 健康づくりサポーター.
集団健康教育	健康づくりチャレンジ教室①	9月25日(金)	一般区民	6	健康運動指導士, 保健師
	健康づくりチャレンジ教室②	10月9日(金)	一般区民	8	健康運動指導士, 歯科衛生士, 保健師
	健康づくりチャレンジ教室③	10月23日(金)	一般区民	6	健康運動指導士, 管理栄養士, 保健師
健康づくりグループ育成	スキルアップ教室①	6月26日(金)	健康づくりサポーター	5	健康運動指導士, 保健師
	スキルアップ教室②	8月28日(金)	健康づくりサポーター	7	医師, 健康運動指導士
	スキルアップ教室③	11月27日(金)	健康づくりサポーター	4	健康運動指導士, 歯科衛生士
お口からはじまる 生活習慣病予防教室	歯周病予防教室	7月30日(木)	一般区民	6	歯科医師, 歯科衛生士
保健センターを拠点とした 個性ある健康づくり事業	歯ッピーはみがき教室in下京①	9月15日(火)	1歳6か月～3歳児健 診の間の幼児と保護者	親9名 子11名 (9組)	歯科衛生士, 管理栄養士, 薬剤師, 保健師
	歯ッピーはみがき教室in下京②	平成28年2月3日(水) (実施予定)			

健康教育(保健センター外)

事業名	教室名	実施日	対象者	参加人数	講師
出前教室	すこやか講座「熱中症予防について」 (長寿すこやかセンター)	7月17日(金)	一般市民	25	保健師
	すこやか講座「冬の感染症について」 (長寿すこやかセンター)	11月20日(金)	一般市民	85	保健師
	ミニ健康講座「高齢者によるインフルエンザ予防について」 (下京老人福祉センター)	10月23日(金)	一般市民	25	保健師
	淳風健康すこやか茶話会 「熱中症について」	8月11日(火)	淳風学区在住の65歳以上の方	17	歯科衛生士, 保健師
	中学生の喫煙防止教育	6月16日(火)	七条中学校1年生	130	保健師, 健康づくりサポーター
	中学生の喫煙防止教育	8月25日(火)	下京中学校1年生	201	保健師, 健康づくりサポーター
	安東医院健康教室 「タバコについて・冬の健康について」	12月8日(火)	安東医院デイケア参加者	21	保健師
	思春期講座「性感染症について」	平成28年2月実施予定	七条中学校3年生		医師, 保健師
	ミニ健康講座「歯と体の健康」 (下京老人福祉センター)	平成28年3月実施予定	一般市民		歯科衛生士, 保健師

主な相談先



相談したいこと	相談先
経済的な理由で出産のための入院ができない時はどうしたらいいの？	●経済的な理由で病院や助産所に入院して出産することができない妊産婦のために入院助産制度があります。 申請先：お住まいの区の区役所・支所の福祉事務所 ※施設を利用できる条件がありますので、確認してください。
子育てを手伝ってくれる人はいらるの？	●自宅での育児支援が特に必要となる場合は、育児支援ヘルパー派遣事業があります。（前頁参照） 申請先：お住まいの区の保健センター・支所 ●第3子以降及び多胎の出産になる場合は、産前産後ヘルパー派遣事業があります。 申請先：お住まいの区の区役所・支所の福祉事務所 ●子育ての援助を受けたい人と子育ての援助を行いたい人とが会員になり、お互いに育児を助け合う「ファミリーサポート事業」があります。 問合せ：京都市ファミリーサポートセンター（255-2234）
子育て情報はどうすれば手に入るの？	●お住まいの区の保健センターや、福祉事務所で地域の情報を提供しています。また、「京都市子育て応援ウェブサイト」では、インターネットで京都市の子育て支援施策を幅広く紹介しています。 ●スマートフォンアプリによる情報発信も行っています。 検索 京都市子育て応援ウェブサイト からサイト（スマホアプリ）に入れます。
子どもの医療費の助成はあるの？	●小学6年生までの子どもにかかる医療費について一部助成しています。（子ども医療費支給制度） ※平成27年9月からは中学3年生まで対象を拡大する予定です。 申請先：地域福祉課児童家庭課合同分室（251-1123） ※その他、条件に応じて「ひとり親家庭等医療費支給制度」等があります。 問合せ：お住まいの区の区役所・支所の福祉事務所
子育てのための手当はあるの？	●中学校修了前まで（15歳到達以後最初の年度末まで）児童手当が受けられます。 申請先：地域福祉課児童家庭課合同分室（251-1123） ※その他「児童扶養手当」、「特別児童扶養手当」等があります。 問合せ：お住まいの区の区役所・支所の福祉事務所
保育所の相談はどうしたらいいの？	●保育所によって異なりますが、産休明けから小学校就学前のお子さんが入所できます。 申請先：お住まいの区の区役所・支所の福祉事務所



発行年月日：平成27年3月
京都市保健福祉局保健衛生推進室保健医療課
電話：075-222-3420 FAX：075-222-3416
京都市印刷物番号 第265002号

この印刷物が不要になれば
「返り紙」として古紙回収等へ！



妊娠おめでとうございます

京都市では、すべてのお母さんと赤ちゃんのために、妊娠から出産、子育てまで切れ目のない支援を行っています。

保健センター・支所にはお住まいの地域を担当する保健師がおり、家庭訪問やお住まいの近くの場所で健康教室などを行っています。

妊娠や出産、子育てについて不安や心配な事があれば、訪問や電話相談を行っていますので、いつでもお気軽に声をかけてください。

下京

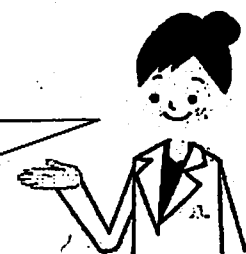
保健センター・支所

健康づくり推進課（室） 母子・精神保健担当

TEL：075-371-7293

FAX：075-351-9028

私が 学区担当の保健師の
 です。



※各保健センター・支所の開庁時間は、午前8時30分から午後5時までです



京都市

京都市の主な母子保健サービス



妊娠		出産		1か月		4か月		1歳		3歳		6歳	
保健	保健センター・支所での家庭訪問・面接・電話相談など												
	にんじんホッとナビ(電子メールによる妊娠・出産・不育に関する相談サイト)												
	母子健康手帳交付												
	すくすく子育て情報発信事業 (赤ちゃんといっしょ、プレママ/パパ)												
	妊婦健康診査受診券額交付												
	妊婦相談事業	スマイルママ・ホッと事業 (産後ケア事業)											
	こんにちはプレママ事業 (初妊婦等家庭訪問)	新生児等訪問指導事業 (こんにちは赤ちゃん事業)											
	育児支援ヘルパー派遣事業												
	プレママ・パパ教室	親子の健康づくり講座、親子すこやか発達教室など											
	ふれあいファミリー食セミナー (プレママ・パパコース・すくすくコース)									ふれあいファミリー 食セミナー (わんぱくコース)			
成人・妊婦歯科相談													
医療	乳幼児歯科相談												
	乳幼児健康診査 (4か月児、8か月児、1歳6か月児、3歳児)												
	フッ化物 歯面塗布												
	定期予防接種・任意予防接種												
	未熟児養育医療給付事業												
医療	自立支援医療(育成医療)給付事業												
	小児慢性特定疾病医療費助成制度												



保健のこと

☐ 母子健康手帳	妊娠期から乳幼児期までの健康に関する重要な情報が1つの手帳で管理できます。お母さんの健康状態やお子さんの成長などを記録します。
☐ 妊婦健康診査受診券額	受診券に記載された健診内容について、公費で受診することができます。
☐ こんにちはプレママ事業	全ての初妊婦の方や多胎の妊婦の方等に、保健師や助産師等が家庭訪問し、安心して妊娠・出産・育児ができるよう子育ての情報提供や相談に応じます。
☐ スマイルママ・ホッと事業	産後、体調不良や育児に不安があり、家族等から支援が受けられないお母さんが、安心して子育てできるよう病院等での一時宿泊・通所を通じて、お母さんの心身のケアや育児サポートを行います。
☐ こんにちは赤ちゃん事業	生後4カ月までの赤ちゃんのいる全ての家庭に保健師や助産師等が家庭訪問し、産後の生活や育児の相談等に応じます。赤ちゃんが生まれたら、必ずすぐに出生通知書(はがき)を提出してください。
☐ 育児支援ヘルパー派遣事業	産後の体調不良や育児不安を抱えているお母さんがいる家庭等、自宅での育児支援が特に必要としている家庭に対し、家事や育児を行うヘルパーを派遣することで、お母さんの負担を軽減し、安心して子育てできるようサポートを行います。
☐ 乳幼児健康診査	4か月・8か月・1歳6か月・3歳3か月の時点でのお子さんの発育・発達や、お母さんの健康状態を確認し、育児・栄養・歯科に関する相談に応じています。 京都市では、保健センター・支所で無料で実施しています。対象時期になると案内が届きますので、必ず受診してください。
☐ フッ化物歯面塗付	母子健康手帳に綴られている受診票を使用すると、お子さんが2歳・3歳の時に、指定の医療機関で1回フッ化物歯面塗付を受けることができます。



医療のこと

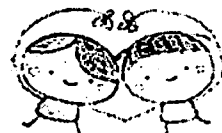
☐ 未熟児養育医療給付	病院に入院して養育医療を受ける必要のある未熟児に対して、指定医療機関で医療を受けた場合、医療費の一部を負担します。
☐ 育成医療(自立支援医療)	身体に障害のあるお子さんに対して、指定医療機関で医療を受けた場合、医療費の一部を負担します。
☐ 小児慢性特定疾病医療費助成制度	特定の慢性疾患にかかっているお子さんに対して、指定医療機関で医療を受けた場合、医療費の一部を負担します。

【お問合せ先】お住まいの区の保健センター・支所

下京こころのふれあいネットワーク

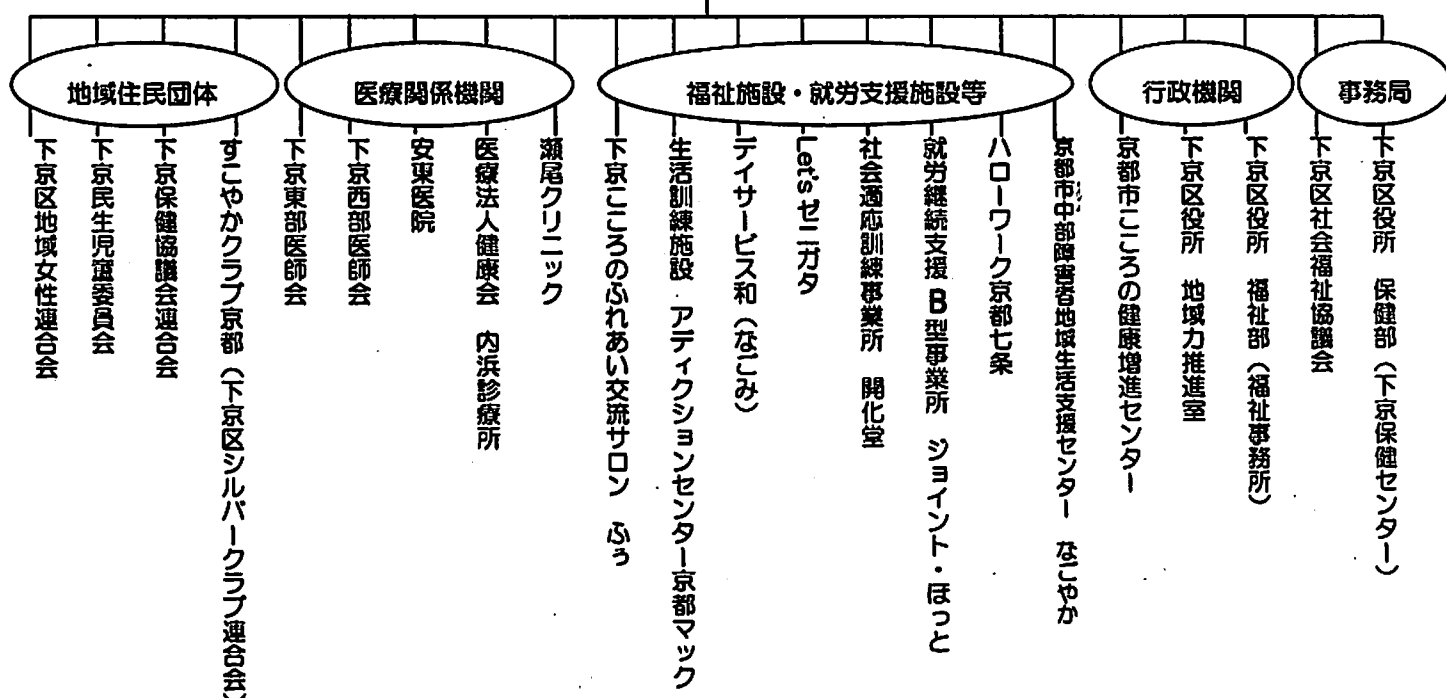
こころのふれあいネットワークとは、精神の病気や障害についての理解を深め、こころの健康への市民の関心を高めるとともに、地域で生活する精神に障害のある市民への支援活動を行うための地域組織（ネットワーク）のことです。

下京こころのふれあいネットワークは、誰もが安心できる地域づくりを目指して、下京区内の精神保健福祉に関わる機関や地域福祉に関わる団体が集まり、平成 13 年設立以降、活動を続けています。



《構成団体》

下京こころのふれあいネットワーク



《活動内容》

講演会・地域懇談会

こころの病について知っていただくため、また、こころの病がある方の地域での生活について知っていただくために「講演会」や「地域懇談会」を開催しています。

下京こころほっとだより

より多くの方に活動を知っていただくことができるよう、下京こころのふれあいネットワーク通信を発行しています。

下京こころの情報誌

こころの病気のある方や家族の方に、必要な情報を適切に提供することができるよう情報誌を発行しています。下京区内の関係機関地図等を載せた「導入編」、精神科・心療内科の医療機関を載せた「医療編」、福祉サービスやお金に関する相談先を載せた「生活編」、働き方や各事業所・相談先を載せた「仕事編」があります。

事務局：下京保健センター
下京区社会福祉協議会
連絡先：075-371-7293
（下京保健センター 母子・精神保健担当）

平成26年度 下京こころのふれあいネットワークの主な活動

	目的	内容	開催日	対象者	参加人数
講演会①	こころとからだの関係について学び、心身のバランスを崩す前に心の疲労に気づき、対処できるよう知識の普及・啓発を行う。	講話（内浜診療所 医師） 「こころはからだ ～こころとからだのつながり～」	9月10日（水）	下京区に在住または、通勤されている方	44名
講演会②	こころの不調とも深く関わる睡眠について、知識の普及・啓発を行う。	講話（醍醐病院 医師） 「こころの健康と睡眠」 実習（健康運動指導士） 「ストレッチ体操」	平成27年 2月13日（金）	下京区に在住または、通勤されている方	30名
地域 懇談会①	より地域に密着した形での学習及び意見交流を実施し、精神保健福祉に関する正しい知識の普及・啓発を行う。	講話（北山通りソウクリニック 医師） 「高齢期のこころの健康」 当事者の報告等	12月24日（水）	下京区の民生児童委員会障害部会の方	39名
地域 懇談会②		講話（助産師） 「こころの病がある母、育児不安が強い母に対するアプローチ」 事業所見学 「ジョイント・ほっと（就労継続支援事業所）」を利用しながら意見交流	平成27年 2月25日（水）	子育てサロン「きしゃぽっぽ」を運営されている郁文・淳風・醒泉・植柳学区の主任児童委員の方	9名
パネル・ 作品展	こころの健康づくりをサポートする機関の活動紹介や、障害者の作品等の展示を行うことで、活動に関心を持ってもらう。	作品展のテーマ「かがやき」 下京区役所 1階ロビー	平成27年 2月9日（月） ～2月20日（金）	下京区役所に来所される方	63名
ネットワ ーク通信	こころのふれあいネットワークの活動を周知し、精神保健福祉に関心を持ってもらう。	第4号 平成26年8月発行 第5号 平成27年1月発行			

平成27年度 下京こころのふれあいネットワークの主な活動

	目的	内容	開催日	対象者	参加人数
講演会①	更年期障害とこころの変化について学び、心身のバランスを崩す前の対処法などの知識の普及・啓発を行う。	講話（ふじたみつえクリニック 医師） 「更年期障害とこころの変化」 実習（バランスヨガインストラクター） 「こころ・からだ・ほっこり」	8月27日（木）	下京区に在住 または、通勤されている方	19名
講演会②	認知症の症状や特徴、接し方の工夫や対応について学ぶことで認知症についての正しい知識の普及・啓発を行う。	講話（内浜診療所 医師） 「認知症について考える」 実習（健康運動指導士） 「ストレッチ体操」	実施予定 平成28年 2月17日（水）	下京区に在住 または、通勤されている方	定員70名
地域 懇談会	より地域に密着した形での学習及び意見交流を実施し、精神保健福祉に関する正しい知識の普及・啓発を行う。	講話（就労継続支援B型事業所職員） 「精神障害を抱える人とののかかわり方について」 当事者の報告等	11月18日（水）	京都市下京老人福祉センター世話人の方	55名
パネル・ 作品展	こころの健康づくりをサポートする機関の活動紹介や、障害者の作品等の展示行うことで、活動に関心を持ってもらう。	作品展のテーマ「平和」 下京区役所 1階ロビー	実施予定 平成28年 2月15日（月）～ 2月19日（金）	下京区役所に 来所される方	
ネットワ ーク通信	こころのふれあいネットワークの活動を周知し、精神保健福祉に関心を持ってもらう。	第6号 平成27年 6月発行 第7号 平成27年11月発行			