

春日市 子育てセルフプラン

どんなふうにお子さんと過ごしていきたいですか？

春日市では、お子様を出産され、子育てをしていく期間、安心して過ごせるようお手伝いさせていただきます。
下の表をぜひご利用いただき、必要なタイミングで手続きやお子様の成長発達などをご確認ください。

月齢・年齢	誕生	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	1歳6か月	2歳	2歳6か月	3歳	3歳6か月～									
赤ちゃんの様子(目安)	運動 (手・足・指の発達)	手足をよく動かすようになる	首がすわる	寝返りをする	手で支えてしばらく座れる	支えなしでしばらく座れる	つかまり立ち・伝い歩きをする	一人で立つ	走る、片手を支えられて階段を上がる	足を交互に出して階段が上がる	片足立ちができる	ケンケンができる	三輪車が漕げる	一人で歩く	ジャンプができるようになる	十字の模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる								
		ずりばい・ハイハイする	手のひらを使って物を取る(握る)	親指と人差し指で物をつまむ	ぐるぐる〇を描く	コップから水を飲む	スプーンを使う	積み木を2個積める	積み木を3～10個積める	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる						
		見たものに手を出す	興味のある物に手を伸ばす	コップから水を飲む	スプーンを使う	積み木を2個積める	積み木を3～10個積める	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる		
		物を口に入れる	おもちゃを一方の手から他方の手に持ちかえる	積み木を2個積める	積み木を3～10個積める	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる				
社会性 (心の発達)	要求を泣いて訴える	あやすと笑う	夜泣きが始まる	人見知り・場所見知りが始まる	大人と一緒にままごとを楽しむ始める	気に入った物を独り占めしようとする	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる			
	母や父のあと追いをする	物を介してやりとり遊びができる	親をまねてお手伝いをしたがる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる
	自分の思いがはっきりしてくる	自己主張が強くなり、反抗期が始まる(自我の育ち)	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	
	名前を呼ぶと振り向く	場面の切り替え・気持ちの立て直しができる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	
ことば (理解面・言語の発達)	視力がはっきりする	声の方向に振りむく	あーあ、パーパーなどの声を出す(喃語)	抱っこされるときに両手を伸ばす	ことばのマネをする	意味のあることばを話し始める	2語文を話す(「アチャイ」「パッパ」など)	赤・青・黄・緑がわかってくる	経験を言葉で伝える	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる
	抱っこされるときに両手を伸ばす	ことばのマネをする	意味のあることばを話し始める	2語文を話す(「アチャイ」「パッパ」など)	赤・青・黄・緑がわかってくる	経験を言葉で伝える	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる			
	指をさすとその指先や指した人の顔を見る	大人が指した方向を見る	欲しいものを指さす	「～はどれ?」と聞かれた物を指さす	「これ何?」と質問が増える	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる				
	指をさすとその指先や指した人の顔を見る	大人が指した方向を見る	欲しいものを指さす	「～はどれ?」と聞かれた物を指さす	「これ何?」と質問が増える	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる				
食	離乳食 初期	離乳食 中期	離乳食 後期	離乳食 完了期	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる					
	離乳食 初期	離乳食 中期	離乳食 後期	離乳食 完了期	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる					
	離乳食 初期	離乳食 中期	離乳食 後期	離乳食 完了期	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる					
	離乳食 初期	離乳食 中期	離乳食 後期	離乳食 完了期	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる	友達と貸し借りや順番・交代ができ始める	ひとり着脱をする	ひたひたの模倣ができる	〇が1つ書ける	顔らしいものを表現する	ボタンをはめる					
月齢・年齢	誕生	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	1歳6か月	2歳	2歳6か月	3歳	3歳6か月									
イベント	□出産後に必要な公的支援の申請(出生届・児童手当・こども医療証・健康保険証など)	□乳児家庭全戸訪問事業(赤ちゃん訪問) □子育て応援給付金の申請			生後半年記念日!					*産後1年で仕事復帰の場合 □保育所申し込み			1歳のお誕生日おめでとう!!		2歳のお誕生日おめでとう!!		3歳のお誕生日!ご家族にとってどんな3年間でしたか?										
健診	□産婦健診 □新生児聴覚検査	□1か月児健診(産婦人科、自費) □定期予防接種の接種を開始する		□4か月児健診(いきいきプラザ) *6か月を迎える前日まで							□10か月健診(小児科) *1歳の誕生日の前日まで			□1歳6か月児健診(小児科・歯科) *2歳の誕生日の前日まで			□3歳児健診(いきいきプラザ) *4歳の誕生日の前日まで										
子育てサポート	□産後ケア ・利用可能期間: 出産日から1年未満(宿泊型は4か月未満) ・利用方法: 春日市と契約する産科医療機関または助産院に直接連絡し、利用日と期間を調整。 ・利用金額: 宿泊型 3000円/日、日帰り型 2000円/回、訪問型 1000円/回 *利用可能施設外で産後ケアを受けた場合は、助成金制度があります。詳細は市ウェブサイトをご確認ください。		□児童センターや子育てサロンに参加してみる 行事開催日程は児童センターウェブサイトでご確認ください。		□産前産後サポート事業 ・利用可能期間: 母子手帳交付日から出産後1年未満 ・利用方法: 春日市産前・産後サポート事業利用登録後、委託業者と直接日程調整。申請は子育てアプリ「春っこ」から行えます。 ・利用金額: 1時間 500円(上限20時間)		□離乳食教室(中期)			□すくすく育児相談 いきいきプラザで保健師・助産師等に育児相談を行っています。事前予約制のため、子育てアプリ「春っこ」から希望日時を予約してください。 オンライン相談での相談も可能です。ご希望の場合は子育て支援課までご連絡ください。				□福岡県小児救急医療電話相談 看護師または必要に応じて小児科医が、子どもの急な病気、ケガに関する保護者の相談に応じます。 【受付時間】平日: 午後7時～翌日午前7時 土曜日: 正午～翌日午前7時 日・祝休日: 午前7時～翌日午前7時													

<問い合わせ先>
春日市子育て支援課 (いきいきプラザ内)
母子保健担当 Tel: 092-584-1015

#8000
又は
731-4119

