

令和7年度 保健ごよみ

問い合わせ先：東御市健康推進課 保健地域医療係
TEL：0268-64-8882
※健診・予防接種の個人通知はありません。大切に保管しましょう。

★健診や相談に参加される際、体調不良（発熱・下痢など）の場合は、無理をせず事前にご相談ください。
★お子さん(兄弟含む)が通っている学校・保育園・幼稚園がクラス閉鎖の場合、翌月の健診にお越しいただくようお願いいたします。

—もうすぐママパパ学級—

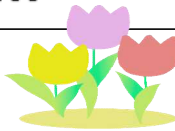
◇ママとパパの食教室に参加される方は、開催日の1週間前までに下記までお申し込みください。
◇託児を希望される方は原則1週間前までにお申し込みください。
◇出産予定日ごとに対象を設定してありますが、ご都合のいい日に参加していただいても結構です。

	開催場所	対象になる 出産予定日	日にち	内容	持ち物
もうすぐ ママパパ学級 受付：午前9時～ 教室：9時15分～ 12時ごろ	保健センター (総合福祉 センター2階) ※入り口は2階です	令和7年 7～8月	令和7年 5月10日（土）	沐浴・抱っこ体験 (赤ちゃんの人形を使って) 出産の経過 等	母子手帳・筆記用具 ※動きやすい服装で お越しください。
		令和7年 9～10月	7月5日（土）		
		令和7年 11～12月	9月6日（土）		
		令和8年 1～2月	11月8日（土）		
		令和8年 3～4月	令和8年 1月17日（土）		
		令和8年 5～6月	3月7日（土）		
ママとパパの食教室 受付:午前9時50分～ 教室:10時～12時	保健センター (総合福祉 センター2階) ※入り口は2階です	令和7年 7～10月	令和7年 6月6日（金）	妊娠中の食事 離乳食のきほん	母子手帳・筆記用具
		令和7年11月～ 令和8年2月	10月3日（金）		
		令和8年 3～6月	令和8年 2月6日（金）		

—相談—

◇ 場 所：保健センター（総合福祉センター2階）
◇ 予約制の相談をご希望の方は、保健地域医療係までご連絡ください。

	内 容	日 時	予約
母と子の健康相談	体重・身長測定・育児相談など	毎週火曜日 午前9時～11時	不要
	離乳食・栄養相談・歯科相談など	第1火曜日 午前9時～11時 (R7年1月は第2火曜日)	不要
子育て相談	心理発達相談員による育児の相談	毎月2回程度	必要
言語相談	言語聴覚士による言語発達などの相談	毎月1回程度	必要
こころの相談	精神科医・精神保健福祉士によるこころの健康相談	毎月2回程度	必要
電話・オンライン 相談	◇ 保健師や栄養士による相談◇ ☎0268-64-8882へお電話ください。 ◇母子相談ダイヤル◇ お母さんや女性を抱えるお悩みについて、保健師がお話を伺います。お気軽にお電話ください。 ☎0268-75-5656	月～金（閉庁日を除く） 午前9時～午後5時 オンライン相談についてはこちら 	



—乳幼児健診—

◇時 間：受付・午後0時50分～1時 開始・午後1時 終了は概ね午後3時30分
◇持 ち 物：母子手帳、おたすね票、赤ちゃんすくすくブック、バスタオル（4か月・10か月・1歳6か月児健診に計測や診察等で使用）

実 施 場 所	保健センター（総合福祉センター2階が入り口です）																							
内 容	4 月		5 月		6 月		7 月		8 月		9 月		10 月		11 月		12 月		令和 8年	1 月	2 月		3 月	
	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者
4か月児健診	23 (水)	令和6年 12月生	28 (水)	令和7年 1月生	25 (水)	令和7年 2月生	23 (水)	令和7年 3月生	27 (水)	令和7年 4月生	24 (水)	令和7年 5月生	29 (水)	令和7年 6月生	26 (水)	令和7年 7月生	24 (水)	令和7年 8月生	28 (水)	令和7年 9月生	25 (水)	令和7年 10月生	18 (水)	令和7年 11月生
10か月児健診	16 (水)	令和6年 6月生	21 (水)	令和6年 7月生	18 (水)	令和6年 8月生	16 (水)	令和6年 9月生	20 (水)	令和6年 10月生	17 (水)	令和6年 11月生	22 (水)	令和6年 12月生	19 (水)	令和7年 1月生	17 (水)	令和7年 2月生	21 (水)	令和7年 3月生	18 (水)	令和7年 4月生	11 (水)	令和7年 5月生
1歳6か月児健診	22 (火)	令和5年 10月生	20 (火)	令和5年 11月生	24 (火)	令和5年 12月生	15 (火)	令和6年 1月生	26 (火)	令和6年 2月生	16 (火)	令和6年 3月生	28 (火)	令和6年 4月生	25 (火)	令和6年 5月生	23 (火)	令和6年 6月生	27 (火)	令和6年 7月生	24 (火)	令和6年 8月生	17 (火)	令和6年 9月生
2歳児歯科健診			13 (火)	令和5年 2・3月生			1 (火)	令和5年 4・5月生			10 (水)	令和5年 6・7月生			4 (火)	令和5年 8・9月生			13 (火)	令和5年 10・11月生			3 (火)	令和5年12月・ 令和6年1月生
3 歳 児 健 診			15 (火)	令和4年 2月生	27 (火)	令和4年 3月生	17 (火)	令和4年 4月生	22 (火)	令和4年 5月生	19 (火)	令和4年 6月生	9 (火)	令和4年 7月生	21 (火)	令和4年 8月生	18 (火)	令和4年 9月生	16 (火)	令和4年 10月生	20 (火)	令和4年 11月生	17 (火)	令和4年12月・ 令和5年1月生

—離乳食教室—

◇受付時間：午前9時40分～10時 （もぐもぐ離乳食教室では受付順に計測を行いますので、余裕をもってお越しください）
◇持 ち 物：母子手帳、おたすね票、赤ちゃんすくすくブック、食食用エプロン、バスタオル、もぐもぐ離乳食教室のみ離乳食スプーン

実 施 場 所	保健センター（総合福祉センター2階が入り口です）																							
内 容	4月		5 月		6 月		7 月		8 月		9 月		10 月		11 月		12 月		令和 8年	1 月	2 月		3 月	
	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者	日	対象者
ごっくん離乳食教室 (5か月児)	24 (木)	令和6年 11月生	29 (木)	令和6年 12月生	26 (木)	令和7年 1月生	24 (木)	令和7年 2月生	21 (木)	令和7年 3月生	18 (木)	令和7年 4月生	23 (木)	令和7年 5月生	27 (木)	令和7年 6月生	18 (木)	令和7年 7月生	29 (木)	令和7年 8月生	19 (木)	令和7年 9月生	12 (木)	令和7年 10月生
もぐもぐ離乳食教室 (7か月児)	25 (金)	令和6年 9月生	30 (金)	令和6年 10月生	27 (金)	令和6年 11月生	25 (金)	令和6年 12月生	22 (金)	令和7年 1月生	19 (金)	令和7年 2月生	24 (金)	令和7年 3月生	28 (金)	令和7年 4月生	19 (金)	令和7年 5月生	30 (金)	令和7年 6月生	20 (金)	令和7年 7月生	13 (金)	令和7年 8月生