



令和6年度母子保健カレンダー



状況によって日時・注意事項等を変更する場合がありますので、ホームページを確認のうえお越しください。

妊娠

母子健康手帳交付、妊婦・産婦健康診査受診票交付、出産応援ギフトの申請、新生児聴覚検査受検票交付

妊娠届出書・個人番号カードまたは通知カードと身元確認書類（運転免許証など）、妊婦名義の口座番号がわかるもの（通帳、キャッシュカードなど）をお持ちください。必要書類やアンケートをご記入いただき保健師がお話を伺います。手続き等に30分程度かかりますので、時間に余裕を持ってお越しください。

たまご教室

妊娠期から出産期までの女性のからだの変化、食生活、歯の健康についての話、沐浴体験やストレッチなどの教室です。希望者は問い合わせてください。

誕生

産後ケア

出産後に身体の回復や健康、育児等について心配や不安のあるお母さんに助産師が心身のケア、授乳のアドバイス、育児相談などを行います。生活保護受給者又は非課税世帯の方は減免制度がありますので、利用前にご相談ください。

赤ちゃん訪問（4か月未満児）、子育て応援ギフトの申請

生後4か月までの乳児がいるすべての家庭に保健師が訪問し、お子さんの成長を一緒に確認しながら地域で安心して子育てができるように、育児などの相談や子育て支援の情報提供を行います。生後1～2か月頃に訪問担当者からお母さんへご連絡しますが、早めに訪問を希望される方は問い合わせてください。

子育て応援ギフトの申請については、お母さんへご連絡時に訪問担当より説明いたします。

乳幼児健康診査

会場 千曲市役所2階 保健センターホール

3か月児健康診査

受付時間 午後1時～1時15分 *受付時間内にお越しください。

対象：3～4か月児 内容：診察・身体計測・問診・個別相談・健診の問診票などの配布・離乳食の話

| | | | | | | | | | |
|-----|---------------------|-----------------------|--------------------|-------------------|--------------------|--------------------|---------------------|----------------------|----------------------|
| 対象児 | 5年12月1日 ～12月20日生 | 5年12月21日 ～6年1月10日生 | 6年1月11日 ～1月31日生 | 6年2月1日 ～2月20日生 | 6年2月21日 ～3月16日生 | 6年3月17日 ～3月31日生 | 6年4月1日 ～4月20日生 | 6年4月21日 ～5月10日生 | 6年5月11日 ～5月31日生 |
| 健診日 | 4/16(火) | 5/10(金) | 5/29(水) | 6/14(金) | 7/9(火) | 7/31(水) | 8/20(火) | 9/6(金) | 9/25(水) |
| 対象児 | 6年6月1日 ～6月20日生 | 6年6月21日 ～7月10日生 | 6年7月11日 ～7月31日生 | 6年8月1日 ～8月20日生 | 6年8月21日 ～9月10日生 | 6年9月11日 ～9月30日生 | 6年10月1日 ～10月20日生 | 6年10月21日 ～11月10日生 | 6年11月11日 ～11月30日生 |
| 健診日 | 10/18(金) | 11/6(水) | 11/26(火) | 12/17(火) | 1/10(金) | 1/29(水) | 2/14(金) | 3/5(水) | 3/18(火) |

持ち物 母子健康手帳・乳幼児健康診査票・3か月児健康診査問診票・おむつ・バスタオル

7か月児離乳食相談

受付時間 午前9時30分～9時45分 *午前中の開催です。受付時間内にお越しください。

対象：6～7か月児 内容：身体計測・問診・発育と発達の話・離乳食の話・歯の話

| | | | | | | | | | | | | |
|-----|--------------------|--------------------|---------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-------------------|--------------------|-------------------|--------------------|-------------------|
| 対象児 | 5年9月1日 ～9月15日生 | 5年9月16日 ～9月30日生 | 5年10月1日 ～10月31日生 | 5年11月1日 ～11月15日生 | 5年11月16日 ～11月30日生 | 5年12月1日 ～12月15日生 | 5年12月16日 ～12月31日生 | 6年1月1日 ～1月15日生 | 6年1月16日 ～1月31日生 | 6年2月1日 ～2月15日生 | 6年2月16日 ～2月29日生 | 6年3月1日 ～3月15日生 |
| 健診日 | 4/11(木) | 4/24(水) | 5/31(金) | 6/13(木) | 6/28(金) | 7/16(火) | 7/30(火) | 8/19(月) | 8/30(金) | 9/17(火) | 9/30(月) | 10/17(木) |
| 対象児 | 6年3月16日 ～3月31日生 | 6年4月1日 ～4月15日生 | 6年4月16日 ～4月30日生 | 6年5月1日 ～5月15日生 | 6年5月16日 ～5月31日生 | 6年6月1日 ～6月15日生 | 6年6月16日 ～6月30日生 | 6年7月1日 ～7月15日生 | 6年7月16日 ～7月31日生 | 6年8月1日 ～8月15日生 | 6年8月16日 ～8月31日生 | |
| 健診日 | 10/31(木) | 11/15(金) | 11/29(金) | 12/12(木) | 12/23(月) | 1/17(金) | 1/31(金) | 2/17(月) | 2/28(金) | 3/7(金) | 3/19(水) | |

持ち物 母子健康手帳・7か月児離乳食歯科相談問診票・おむつ・バスタオル

10か月児離乳食相談

受付時間 午前9時30分～9時45分 *午前中の開催です。受付時間内にお越しください。

対象：10～11か月児 内容：身体計測・問診・発育と発達の話・離乳食の話・歯の話

| | | | | | | | | | | | |
|-----|---------------------|----------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------------|--------------------|---------------------|---------------------|----------------------|
| 対象児 | 5年5月1日 ～5月31日生 | 5年6月1日 ～6月20日生 | 5年6月21日 ～6月30日生 | 5年7月1日 ～7月15日生 | 5年7月16日 ～7月31日生 | 5年8月1日 ～8月31日生 | 5年9月1日 ～9月15日生 | 5年9月16日 ～9月30日生 | 5年10月1日 ～10月31日生 | 5年11月1日 ～11月15日生 | 5年11月16日 ～11月30日生 |
| 健診日 | 4/23(火) | 5/9(木) | 5/30(木) | 6/12(水) | 6/27(木) | 7/11(木) | 8/6(火) | 8/29(木) | 9/26(木) | 10/10(木) | 10/29(火) |
| 対象児 | 5年12月1日 ～12月15日生 | 5年12月16日 ～12月31日生 | 6年1月1日 ～1月15日生 | 6年1月16日 ～1月31日生 | 6年2月1日 ～2月15日生 | 6年2月16日 ～2月29日生 | 6年3月1日 ～3月15日生 | 6年3月16日 ～3月31日生 | 6年4月1日 ～4月15日生 | 6年4月16日 ～4月30日生 | |
| 健診日 | 11/14(木) | 11/28(木) | 12/9(月) | 12/19(木) | 1/9(木) | 1/23(木) | 2/5(水) | 2/18(火) | 3/6(木) | 3/17(月) | |

持ち物 母子健康手帳・10か月児相談問診票・おむつ・バスタオル

1歳6か月児健診、2歳児健診、3歳児健診、
育児相談は次のページをご覧ください。

問い合わせ先 母子保健係 ☎026-273-1111 (内線2121.2122.2123)



令和6年度母子保健カレンダー



状況によって日時・注意事項等を変更する場合がありますので、ホームページを確認のうえお越しください。

乳幼児健康診査

会場 千曲市役所2階 保健センターホール

1歳6か月健康診査

受付時間 午後1時～1時15分 ***受付時間内にお越しください。**

対象：1歳6～7か月児 内容：診察・歯科診察・身体計測・問診・歯科相談・幼児期の食事の話・心理発達相談（希望者）

| | | | | | | | | | |
|-----|-------------------|--------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 対象児 | 4年9月1日 ～9月18日生 | 4年9月19日 ～10月5日生 | 4年10月6日 ～10月31日生 | 4年11月1日 ～11月20日生 | 4年11月21日 ～12月5日生 | 4年12月6日 ～12月31日生 | 5年1月1日 ～1月17日生 | 5年1月18日 ～2月5日生 | 5年2月6日 ～2月28日生 |
| 健診日 | 4/9(火) | 4/26(金) | 5/15(水) | 6/5(水) | 6/25(火) | 7/17(水) | 8/8(木) | 8/28(水) | 9/20(金) |
| 対象児 | 5年3月1日 ～3月20日生 | 5年3月21日 ～4月10日生 | 5年4月11日 ～4月25日生 | 5年4月26日 ～5月20日生 | 5年5月21日 ～6月19日生 | 5年6月20日 ～6月30日生 | 5年7月1日 ～7月15日生 | 5年7月16日 ～7月31日 | 5年8月1日 ～8月31日 |
| 健診日 | 10/4(金) | 10/23(水) | 11/13(水) | 12/6(金) | 12/24(火) | 1/15(水) | 2/7(金) | 2/26(水) | 3/13(木) |

持ち物 母子健康手帳・1歳6か月児健康診査問診票・おむつ・バスタオル・仕上げみがき用歯ブラシ

2歳児健康診査

受付時間 午後1時～1時15分 ***受付時間内にお越しください。**

対象：2歳5～6ヵ月児 内容：歯科診察・身体計測・問診・歯みがき練習・フッ化物塗布（希望者）・
幼児期の食事の話・心理発達相談（希望者）

| | | | | | | | | | |
|-----|---------------------|----------------------|----------------------|---------------------|-----------------------|--------------------|-------------------|--------------------|--------------------|
| 対象児 | 3年10月1日 ～10月15日生 | 3年10月16日 ～11月10日生 | 3年11月11日 ～11月30日生 | 3年12月1日 ～12月20日生 | 3年12月21日 ～4年1月10日生 | 4年1月11日 ～1月31日生 | 4年2月1日 ～2月20日生 | 4年2月21日 ～3月10日生 | 4年3月11日 ～4月5日生 |
| 健診日 | 4/12(金) | 5/8(水) | 5/22(水) | 6/11(火) | 7/3(水) | 7/23(火) | 8/21(水) | 9/3(火) | 9/18(水) |
| 対象児 | 4年4月6日 ～4月20日生 | 4年4月21日 ～5月10日生 | 4年5月11日 ～5月31日生 | 4年6月1日 ～6月15日生 | 4年6月16日 ～7月10日生 | 4年7月11日 ～7月31日生 | 4年8月1日 ～8月25日生 | 4年8月26日 ～9月15日生 | 4年9月16日 ～9月30日生 |
| 健診日 | 10/16(水) | 11/8(金) | 11/20(水) | 12/13(金) | 1/8(水) | 1/28(火) | 2/12(水) | 3/4(火) | 3/14(金) |

持ち物 母子健康手帳・2歳児歯科健診問診票・バスタオル

3歳児健康診査

受付時間 午後1時～1時15分 *受付時間内にお越しください

対象：3歳5～6か月児 内容：診察・歯科診察・身体計測・問診・尿検査・屈折検査機器での目の検査・目と耳の問診・
歯と栄養の話・心理発達相談（希望者）

| | | | | | | | | | |
|-----|---------------------|----------------------|----------------------|---------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| 対象児 | 2年10月1日 ～10月20日生 | 2年10月21日 ～11月10日生 | 2年11月11日 ～11月30日生 | 2年12月1日 ～12月20日生 | 2年12月21日 ～3年1月10日生 | 3年1月11日 ～1月28日生 | 3年1月29日 ～2月20日生 | 3年2月21日 ～3月10日生 | 3年3月11日 ～3月31日生 |
| 健診日 | 4/10(水) | 4/25(木) | 5/14(火) | 6/6(木) | 6/26(水) | 7/18(木) | 8/7(水) | 8/27(火) | 9/19(木) |
| 対象児 | 3年4月1日 ～4月25日生 | 3年4月26日 ～5月10日生 | 3年5月11日 ～5月31日生 | 3年6月1日 ～6月20日生 | 3年6月21日 ～7月15日生 | 3年7月16日 ～7月31日生 | 3年8月1日 ～8月20日生 | 3年8月21日 ～9月10日生 | 3年9月11日 ～9月30日生 |
| 健診日 | 10/3(木) | 10/24(木) | 11/12(火) | 12/5(木) | 12/25(水) | 1/16(木) | 2/6(木) | 2/27(木) | 3/12(水) |

持ち物 母子健康手帳・3歳児健康診査問診票・目と耳に関するアンケート（家庭で実施し、記入してお持ちください）・尿（朝一番のものが望ましい）・バスタオル

育児相談

受付時間 午前9時30分～11時 *午前中の開催です。予約制です。希望者は問い合わせください。

内容：身体計測・育児に関する相談

| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-----|---------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|----------|----------|---------|---------|---------|
| 相談日 | 4/15(月) | 5/7(火) | 6/4(火) | 7/4(木) | 8/5(月) | 9/5(木) | 10/8(火) | 11/7(木) | 12/4(水) | 1/14(火) | 2/4(火) | 3/3(月) |
| | 4/22(月) | 5/23(木) | 6/20(木) | 7/22(月) | 8/22(木) | 9/24(火) | 10/28(月) | 11/21(木) | 12/18(水) | 1/27(月) | 2/20(木) | 3/11(火) |

持ち物 母子健康手帳・おむつ・バスタオル

問い合わせ先 母子保健係 ☎026-273-1111（内線2121.2122.2123）

*子育て支援センターでも開館日に身長・体重測定ができますのでそちらもご利用ください。



子育て応援アプリ
ぼしも
「母子モ」で検索！

