

令和8年度 下妻市保健センター予定表

下妻市保健センター
下妻市役所 東側1階
下妻市本城町三丁目13番地

【問合せ先・申込み】下妻市こども家庭センター(保健センター内) TEL.0296-45-5161・0296-45-8121 / FAX.0296-44-9744

下妻市こども家庭センターは、妊娠や出産、乳幼児期の育児に関すること、18歳までのお子さんの子育てや家庭の相談、児童虐待、DV等の相談など総合的な相談支援の窓口です。
◆こども家庭センターへの各種相談・母子健康手帳交付や下記教室等は、下妻市保健センターにお越しください。8:30~17:15 月~金曜日(祝日・年末年始除く)

母子保健事業・母子保健相談 ☎ 0296-45-5161

母子健康手帳の交付、赤ちゃん訪問、各種教室や相談事業を通し、切れ目のないサポートを行います。
妊娠中や産後は、体調の変化も大きく不安になることもあります。安心して出産や育児ができるように、保健師・助産師が妊娠期から出産、子育て期にわたるまでの相談に応じ、必要なサービスを紹介しますなど、みなさんの育児を応援します。

家庭児童相談 ☎ 0296-45-8121


こどもの生活習慣・しつけの問題・家庭における人間関係・学校生活など、児童の養育に関連するさまざまな問題について相談をお受けします。
こどもがすこやかに育つよう、ひとりひとりの子どもにあった支援を相談者の方と一緒に考えていきます。ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。秘密は固く守ります。

母子健康手帳交付

◆時間 8:30~17:00
第1・3木曜日は夜間窓口(19時迄)でも交付
◆持参するもの マイナンバーカード、本人名義の銀行口座、診断書等(ある方のみ)

内容


医師による妊娠の確定診断後、出産予定日が確定したらこども家庭センターへお越しください。保健師・助産師が面談のうえ母子健康手帳を交付し、今後の支援のお話をいたします。



予約制 パパママクラス

◆対象 妊婦さんやご家族など ◆開催時間 13:30~15:30
◆持参するもの 母子健康手帳

実施日		
令8. 4月22日(水)	6月4日(木)	8月6日(木)
10月29日(木)	12月24日(木)	令9. 2月4日(木)


妊娠期の食生活、お産の経過と準備についての講話。
赤ちゃん人形でお風呂の入れ方実習。
パパには父子健康手帳をお渡します。
申し込みはこちらから→ 

予約制 ママサロン

◆対象 生後1歳未満の赤ちゃん和妈妈
◆開催時間 13:30~15:30

実施日	
令8. 4月22日(水)	10月29日(木)
5月8日(金)	11月12日(木)
6月4日(木)	12月24日(木)
7月30日(木)	令9. 1月7日(木)
8月6日(木)	2月4日(木)
9月30日(水)	3月25日(木)

内容


子育て中のママの交流の場です。赤ちゃんと一緒にぜひお越しください。奇数月は小児科医の相談も可能です。
申し込みはこちらから→ 

予約制 1歳児相談

◆対象 1歳のお誕生を迎えるお子さん
◆受付時間 10:00~10:15

対象者	実施日
令7. 4月・5月生	令8. 4月14日(火)
令7. 6月・7月生	6月16日(火)
令7. 8月・9月生	8月25日(火)
令7.10月・11月生	10月27日(火)
令7.12月・令8.1月生	12月15日(火)
令8. 2月・3月生	令9. 2月16日(火)


内容

身体計測やお誕生の記念品作りをします。公認心理師による成長を促す関わり方、育児相談を行います。
申し込みはこちらから→ 

あかちゃん訪問

内容


生後2か月までに保健師や助産師が家庭訪問をし、体重測定や育児相談を行います。また、予防接種予診票をお渡しします。
※産後1か月前後に助産師より体調や育児状況確認のため電話を入れますが、心配なことがあるときや早めの訪問希望の際はお電話ください。



予約制 パパの子育て講座



◆対象 妊婦の夫(パートナー)~1歳未満児のパパ
◆開催時間 13:30~15:30 ◆持参するもの 母子健康手帳

実施日	
令8. 5月30日(土)	7月14日(火)
9月26日(土)	11月28日(土)
令9. 1月19日(火)	3月9日(火)

産後のママへの寄り添い方、授乳やオムツ交換等さまざまな育児のコツ、発育発達を促す声かけ・遊び方などをお伝えします。質疑応答や参加したパパ同士の情報交換も行います。
申し込みはこちらから→ 

こどもの救急

夜間や休日などの診療時間外に、病院を受診するかどうか、判断の目安となるウェブサイトです。

【問合せ先・申込み】健康づくり課 TEL.0296-43-1990 / FAX.0296-44-9744

乳幼児健診

◆受付時間 13:00~13:20

5か月児健診		1歳6か月児健診		2歳児歯科健診 *2歳2か月児を対象とします。		3歳児健診 *3歳3か月児を対象とします。	
対象者	実施日	対象者	実施日	対象者	実施日	対象者	実施日
令7.10月生	4月3日(金)	令6.9月生	4月23日(木)	令6.2月生	4月7日(火)	令5.1月生	4月24日(金)
令7.11月生	5月1日(金)	令6.10月生	5月14日(木)	令6.3月生	5月12日(火)	令5.2月生	5月15日(金)
令7.12月生	6月5日(金)	令6.11月生	6月18日(木)	令6.4月生	6月2日(火)	令5.3月生	6月19日(金)
令8.1月生	7月10日(金)	令6.12月生	7月23日(木)	令6.5月生	7月7日(火)	令5.4月生	7月24日(金)
令8.2月生	8月7日(金)	令7.1月生	8月20日(木)	令6.6月生	8月4日(火)	令5.5月生	8月21日(金)
令8.3月生	9月18日(金)	令7.2月生	9月24日(木)	令6.7月生	9月1日(火)	令5.6月生	9月25日(金)
令8.4月生	10月16日(金)	令7.3月生	10月22日(木)	令6.8月生	10月27日(火)	令5.7月生	10月23日(金)
令8.5月生	11月6日(金)	令7.4月生	11月19日(木)	令6.9月生	11月10日(火)	令5.8月生	11月20日(金)
令8.6月生	12月4日(金)	令7.5月生	12月17日(木)	令6.10月生	12月1日(火)	令5.9月生	12月18日(金)
令8.7月生	1月8日(金)	令7.6月生	1月21日(木)	令6.11月生	1月12日(火)	令5.10月生	1月22日(金)
令8.8月生	2月5日(金)	令7.7月生	2月18日(木)	令6.12月生	2月2日(火)	令5.11月生	2月19日(金)
令8.9月生	3月5日(金)	令7.8月生	3月18日(木)	令7.1月生	3月2日(火)	令5.12月生	3月19日(金)

内容

- 内科診察
- 身体計測
- 栄養相談
- 育児相談
- 絵本の紹介

ブックスタート! 絵本をプレゼント!

内容

- 内科診察
- 歯科診察
- 身体計測
- 栄養相談
- 育児相談
- 歯科相談
- 希望者にはフッ素塗布

内容

- 歯科診察
- 身体計測
- 栄養相談
- 育児相談
- 歯科相談
- 希望者にはフッ素塗布

内容

- 内科診察
- 歯科診察
- 身体計測
- 栄養相談
- 育児相談
- 尿検査
- 視力検査等
- 歯科相談
- 希望者にはフッ素塗布

5歳児健診

◆対象 市内在住の年中児

目的	5歳児はことばの理解能力や社会性が高まる時期です。健診を行い、就学にむけて必要な相談や支援を行います。
開催場所	市内の各幼稚園、保育園、認定こども園、保健センター
日程	対象児に個別通知をします。
内容	<ul style="list-style-type: none"> 身体計測 小児科医師の診察 集団での遊びの様子確認 全身や指先の動き、動作模倣の確認 ことば遊び

5歳児キッズ

◆毎月2回(平日・土曜日)開催 ※どちらか1回参加

<内容>
5歳児健診後の就学支援教室です。体を使った遊びや制作・学習等を集団活動で行います。



予約制 離乳食教室

◆対象 赤ちゃんと保護者

前期離乳食教室(3~4か月児)	
対象者	実施日
令7.12月・令8.1月生	令8. 4月15日(水)
令8. 2月・3月生	6月10日(水)
令8. 4月・5月生	8月12日(水)
令8. 6月・7月生	10月21日(水)
令8. 8月・9月生	12月16日(水)
令8.10月・11月生	令9. 2月10日(水)

後期離乳食教室(9~10か月児)	
対象者	実施日
令7. 7月・8月生	令8. 5月7日(木)
令7. 9月・10月生	7月15日(水)
令7.11月・12月生	9月2日 (水)
令8. 1月・2月生	11月18日(水)
令8. 3月・4月生	令9. 1月13日(水)
令8. 5月・6月生	3月17日(水)

内容

離乳食のお話、赤ちゃんの身体計測・育児相談・栄養相談を行います。

予約制 パARENT・トレーニング

◆毎月1回(年2クール)・午前

内容

子育てがうまくいかない、イライラしてしまうといった悩みを持つ保護者を対象に行います。公認心理師によるお子さんに対する声かけや関わり方など、グループワークをしながら子育て方法を学びます。

予約制 すくすく相談

◆毎月2~3回・午後

内容

ことばの発達がゆっくり、こだわりがある、園での習慣が身につかない、友達とのトラブルがよくあるなど、ことば、生活、行動面で心配のあるお子さんと保護者を対象に公認心理師が相談や発達検査、育児支援を行います。

予約制 小児ことばの教室

◆毎月2回・午後

内容

発音や発語などことばについて心配がある就学前のお子さんを対象に、特別支援相談員が構音検査や遊びを取り入れた指導を行い、相談に応じます。

こどもの予防接種

内容

予防接種は感染症の発症や重症化を防ぐために有効です。また周囲の人にうつさないためにも重要です。対象年齢になったら早めに受けましょう。予診票の交付や手続き、受け方など相談に応じます。