

令和 7 年度 相馬市保健センターの乳幼児健診・相談会等予定表

乳幼児健診



※離乳食を始める前に参加希望の方は
該当月の1か月前でもご参加いただけます。

	3～4 か月児健診 (股関節脱臼検診)	離乳食教室 (5～6 か月児)	9～10 か月児健診	1歳児 フッ素塗布	1 歳 6 か月児健診	3 歳児健診 (3 歳 3～4 か月児)
受付時間	13:00～13:15	9:45～10:00	12:30～12:45	対象者：1歳から2歳未満のお子さん 対象者：1歳から2歳未満のお子さん 無料クーポン券は9～10か月健診で交付します 歯医者さんに行つてフッ素を塗ってもらおう！ 	12:45～13:15	12:45～13:30
問診票	赤ちゃん訪問で配布	予防接種つづり	予防接種つづり		健診前に郵送	健診前に郵送
4 月	9 日(水) R6.12 月生	2 日(水) R6.10 月生	8 日(火) R6.6 月生		16 日(水) R5.9 月生	3 日(木) R3.12 月生
5 月	14 日(水) R7.1 月生	7 日(水) R6.11 月生	13 日(火) R6.7 月生		21 日(水) R5.10 月生	1 日(木) R4.1 月生
6 月	11 日(水) R7.2 月生	4 日(水) R6.12 月生	3 日(火) R6.8 月生		18 日(水) R5.11 月生	5 日(木) R4.2 月生
7 月	9 日(水) R7.3 月生	2 日(水) R7.1 月生	1 日(火) R6.9 月生		16 日(水) R5.12 月生	3 日(木) R4.3 月生
8 月	20 日(水) R7.4 月生	6 日(水) R7.2 月生	5 日(火) R6.10 月生		27 日(水) R6.1 月生	7 日(木) R4.4 月生
9 月	10 日(水) R7.5 月生	3 日(水) R7.3 月生	2 日(火) R6.11 月生		17 日(水) R6.2 月生	4 日(木) R4.5 月生
10 月	8 日(水) R7.6 月生	1 日(水) R7.4 月生	7 日(火) R6.12 月生		15 日(水) R6.3 月生	2 日(木) R4.6 月生
11 月	12 日(水) R7.7 月生	5 日(水) R7.5 月生	4 日(火) R7.1 月生		19 日(水) R6.4 月生	6 日(木) R4.7 月生
12 月	10 日(水) R7.8 月生	3 日(水) R7.6 月生	9 日(火) R7.2 月生		17 日(水) R6.5 月生	11 日(木) R4.8 月生
1 月	14 日(水) R7.9 月生	7 日(水) R7.7 月生	6 日(火) R7.3 月生		21 日(水) R6.6 月生	8 日(木) R4.9 月生
2 月	18 日(水) R7.10 月生	4 日(水) R7.8 月生	3 日(火) R7.4 月生		25 日(水) R6.7 月生	5 日(木) R4.10 月生
3 月	11 日(水) R7.11 月生	4 日(水) R7.9 月生	3 日(火) R7.5 月生		18 日(水) R6.8 月生	5 日(木) R4.11 月生

教室・育児相談

ベビーとママのリフレッシュ体操 (予約不要)



時 間:10:00～11:30 頃
対象者:生後2か月～1歳までのお子さんと
その家族
持ち物:抱っこバンド、バスタオル
服 装:運動できる服装
※助産師に母乳相談もできます。

令和7 4.22(火)	5.27(火)	6.24(火)	7.22(火)
8.26(火)	9.30(火)	10.28(火)	11.25(火)
12.23(火)	令和8 1.27(火)	2.24(火)	3.24(火)

育児相談会 (予約不要)



受付時間:10:00～10:15
対象者:0歳～未就学児
持ち物:母子健康手帳、バスタオル

保健師、栄養士による相談会です。
お気軽にご相談ください。
身体計測も行っています。

令和7 4.2(水)	5.7(水)	6.4(水)	7.2(水)
8.6(水)	9.3(水)	10.1(水)	11.5(水)
12.3(水)	令和8 1.7(水)	2.4(水)	3.4(水)

栄養士への相談 (予約制)



〈悩み・不安なことの例〉

- ・ミルクや母乳の量、授乳間隔について
- ・離乳食の進め方はどうすれば良い？
- ・ご飯の食バムラがある など



お気軽にご相談ください。(計測も可能です)
※申込は QR コードから

◎体調が悪い方、健診該当日に都合のつかない方は、保健センターにご連絡ください。

○健診会場での授乳や水分補給(水・お茶のみ)以外の飲食はご遠慮ください。

おもちゃ類の持参もご遠慮ください。

○健診、相談会等の日程は変更になる場合があります。



〈乳幼児の相談〉

随時、電話相談、面談、家庭訪問などを行っております。
お気軽にご相談ください。

令和 7 年度 相馬市保健センターの相談会等予定表



相談

言語相談会(予約制)



対象者:言葉が遅い、発音が気になるなどについて相談したい方
内容 :言語聴覚士による個別相談

令和 7 4 .11(金)	5 .9(金)	6.20(金)	7.11(金)
8. 8(金)	9.12(金)	10.10(金)	11.14(金)
12.12(金)	令和 8 1 .9(金)	2.13(金)	3.13(金)

※ご希望の方は、保健センターまでお問い合わせください。

発達相談会(予約制)

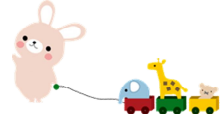


対象者:発達やことばの遅れが気になるなどについて相談したい方
内容 :心理士による個別相談

令和 7 4 .25(金)	5. 22(木)	6.19(木)	7.18(金)
8. 6(水)	9. 9(火)	10.30(木)	11.13(木)
12.16(火)	令和 8 1 .16(金)	2.20(金)	3.12(木)

※ご希望の方は、保健センターまでお問い合わせください。

すこやか教室(予約制)



〈対象者〉
「ことばが遅い」「お友達との関わりが上手にできない」「かんしゃくがひどい」など、お子さんの発達や生活の様子などについて相談したい方
※保育園・幼稚園に通っているお子さんも参加可能です

〈内容〉
小集団での活動(絵本の読み聞かせ、親子のふれあい遊び)、言語聴覚士・心理士などへの相談

〈持ち物〉
母子健康手帳、お茶または水
※動きやすい服装でご参加ください。

令和 7 5 .29(木)	6.30(月)	7.24(木)
8.28(木)	9.25(木)	11.21(金)
12.19(金)	令和 8 1 .23(金)	2.27(金)

【受付時間】 9:20～9:30
【終了時間】 11:00 頃予定

すこやか教室



※詳細、お申し込みは右の QR コードからお願いいたします。参加する日程の 3 日前までにお申し込みください。

〈乳幼児の相談〉

随時、電話相談、面談、家庭訪問などを行っております。お気軽にご相談ください。

令和 7 年度 相馬市保健センターの産前・産後事業



妊娠・出産

ママパパ学級

・対象者:妊婦さんご家族
・場所:保健センター



内容	～出産に向けて～	～赤ちゃんの育児について～
	マタニティヨガ、出産の流れ (助産師)	沐浴体験、パパの妊婦体験 (保健師)
時間	13:30～15:00 (受付 15 分前～)	9:30～12:00 (受付 15 分前～)
	令和 7 6.24(火)	令和 7 6.15(日)
日程	9.30(火)	8.24(日)
	12.23(火)	11. 9(日)
	令和 8 3.24(火)	令和 8 1.25(日)
		3.29(日)
持ち物	母子健康手帳、動きやすい服装	母子健康手帳、動きやすい服装



ママパパ学級



※詳細、お申し込みは QR コードからお願いいたします。

産後ケア

出産後、疲れや不安を感じる際には、助産師に相談してみましょう。
・対象者:産後 1 年未満の母児
・場所:県内助産所等
・内容:日帰りケア・訪問ケア・宿泊ケア

※ご利用には事前申請が必要です。
詳細及び申請は QR コードからお願いいたします。

産後ケア



赤ちゃん訪問

生後2か月頃、保健師・看護師が連絡し訪問します。

〈内容〉
・赤ちゃんの体重測定
・予防接種・乳幼児健診の受け方の説明
・育児の相談
・お母さんの産後の体調の相談など
・妊婦のための支援給付(胎児の数の届出書)手続き
※届出書は訪問前に郵送します。

