

# 令和6年度 三重・琴海・外海地区 およこカレンダー

育児学級へ参加の際は  
下記の電話番号へお申し込みください。

	地区	対象	内容	時間・会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
母子健康手帳交付	市全体	妊婦さん	R5年より専門職との全数面談のため、母子手帳交付は予約制になりました。長崎市北総合事務所(琴海南部文化センター)では毎週火・木曜日(10:00~17:00)実施しています。詳しくは、長崎市子育て応援サイト『イーカオ』をご確認ください。															
訪問	市全体	妊婦さんから出産後の訪問	妊婦さん、産婦さん、赤ちゃんなど	保健師や助産師が自宅に訪問し、育児の相談をお受けします。														
		こんにちは赤ちゃん訪問	生後2か月頃の赤ちゃん	住んでいる地区の民生・児童委員さんが家庭訪問をします。(事前に通知します。里帰りなど都合が悪い時は連絡をお願いします。)赤ちゃん、ママとの顔合わせとご心配ごとの相談ができます。														
健診	市全体	4か月児健康診査	対象者には通知します。ご都合が悪い場合などはご相談ください。	身体計測、問診、小児科診察と離乳食相談、健康相談、育児相談を行います。集団健診です。	(受付)13:30~15:00 琴海南部文化センター	9 (木)		11 (木)		12 (木)		14 (木)		9 (木)		13 (木)		
					(受付)13:30~15:00 三重地区市民センター	11 (木)		13 (木)		8 (木)		10 (木)		12 (木)		13 (木)		
		7か月児健康診査 10か月児健康診査	対象者には通知します。7か月児、10か月児は小児科での個別健診です。対象の月齢になったら早めに受診しましょう。	委託医療機関	7か月児・10か月児の健診は受診票(母子健康手帳別冊)に綴ってあります)が必要です。委託医療機関(母子健康手帳別冊に記載しています)で、必ず電話で予約を受けてください。													
	三重・外海・琴海地区の方が対象です	1歳6か月児健康診査	対象者には通知します。ご都合が悪い場合などはご相談ください。	身体計測、問診、小児科診察、歯科健診と栄養相談、健康相談、育児相談を行います。集団健診です。	(受付)13:30~15:00 琴海南部文化センター	18 (木)			18 (木)			17 (木)			16 (木)			
					(受付)13:30~15:00 三重地区市民センター		16 (木)	20 (木)		22 (木)	19 (木)		21 (木)	19 (木)		20 (木)	19 (水)	
	三重・外海・琴海地区の方が対象です	3歳児健康診査	対象者には通知します。ご都合が悪い場合などはご相談ください。	身体計測、問診、眼科機器検査、小児科診察、歯科健診と栄養相談、健康相談、育児相談を行います。集団健診です。	(受付)13:30~15:00 琴海南部文化センター			18 (火)		17 (火)			17 (火)			18 (火)		
					(受付)13:30~15:00 三重地区市民センター		15 (水)	19 (水)	17 (水)	21 (水)	18 (水)	16 (水)	20 (水)	18 (水)	15 (水)	19 (水)		
		両親学級	第1子妊娠中の34週未満の妊婦さんとパートナー	妊娠中の過ごし方、出産・育児について学びます。※3日前までにお申し込みが必要です。	(9:45~受付) 10:00~12:00 琴海南部文化センター				20 (土)		5 (土)				15 (土)			
育児学級・健康相談など	三重・外海・琴海地区の方が対象です	育児学級「フラワーチャイルド」	生後2か月~1歳未満児 ※2月は父親の参加も可	体重測定、保育士によるお遊びの紹介、保健師や栄養士による育児・栄養相談、交流会などを行います。	(9:45~受付) 10:15~11:30 琴海南部文化センター	10 (水)	8 (水)	12 (水)	10 (水)	7 (水)	11 (水)	9 (水)	13 (水)	11 (水)	8 (水)	8 (土)	12 (水)	
		育児学級「すくすく学級」	生後2か月~1歳未満児 ※8月は父親の参加も可		(9:45~受付) 10:00~11:30 三重地区市民センター	25 (木)	23 (木)	27 (木)	25 (木)	24 (土)	26 (木)	24 (木)	28 (木)	26 (木)	23 (木)	27 (木)	27 (木)	
		離乳食教室	生後4か月~9か月児	大人の食事から離乳食にアレンジする方法を実習を通して学びます。※1週間前までにお申し込みが必要です。	(13:15~受付) 13:30~15:30 琴海南部文化センター 三重地区市民センター		21 (火) 琴海			20 (火) 三重			26 (火) 琴海			26 (水) 三重		
		幼児食教室	生後9か月~2歳未満児	大人の食事から幼児食にアレンジする方法を実習を通して学びます。※1週間前までにお申し込みが必要です。	(13:15~受付) 13:30~15:30 三重地区市民センター							1 (火) 三重						
		むし歯予防教室	歯が生えたく頃~未就園児	ママの悩みどころ、むし歯予防について歯科衛生士が講話とブラッシング指導等を行います。※前日までにお申し込みが必要です。	(9:45~受付) 10:00~11:30 琴海南部文化センター 三重地区市民センター			4 (火) 三重			10 (火) 琴海			3 (火) 三重			4 (火) 琴海	
		にこにこ健康相談	0歳~未就学児	体重測定や育児の相談ができます。	13:30~14:30 外海ふるさと交流センター	16 (火)	14 (火)					10 (火)	22 (火)			21 (火)	18 (火)	
		ステップアップ教室「クレヨン広場」	対象者 選定あり	保健師・保育士・臨床心理士によるお遊びや発達相談や育児相談。遊びを通して成長発達を促し、保護者の方に児の発達に合わせた遊びや対応の方法などについて一緒に学びます。	(10:00~受付) 10:30~12:00 琴海南部文化センター	15 (月) 22 (月)	20 (月)	3 (月) 17 (月)	1 (月)		30 (月)	7 (月) 28 (月)	11 (月) 25 (月)	2 (月)	27 (月)	3 (月) 17 (月)	3 (月) 17 (月) 24 (月)	

※健診や教室はカレンダーのとおり予定をしていますが、都合により日程・会場が変更になる場合がありますのでご了承ください。ご不明な点は北総合事務所へお尋ねください。

【お問い合わせ】長崎市北総合事務所 地域福祉課 健康支援係 まで TEL 814-3400