

令和7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
下記の電話番号または電子申請サービスからお
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より専門職との全数面談のため、母子健康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「イイカオ」をご確認ください。													
妊産中から出産後の訪問		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。												
訪問 こんにちは赤ちゃん訪問		生後2か月頃の赤ちゃん	「こんにちは赤ちゃん訪問事業」を委託している長崎県助産師会の助産師さんや地区の担当保健師が訪問します。生後2か月頃に、助産師等がご家庭を訪問し、産後の体調や育児のお悩みを確認し、必要な子育てサービス等をご案内します。													
健診 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		8 (木)		10 (木)		11 (木)		13 (木)		8 (木)		12 (木)
				(受付)13:30~15:00 三重地区市民センター	10 (木)		12 (木)		7 (木)		9 (木)		11 (木)		12 (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、必ず電話で予約をして受診してください。											
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	17 (木)			17 (木)			16 (木)			15 (木)		
				(受付)13:30~15:00 三重地区市民センター		15 (木)	19 (木)		21 (木)	18 (木)		20 (木)	18 (木)		19 (木)	19 (木)
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			17 (火)			16 (火)			16 (火)			17 (火)
				(受付)13:30~15:00 三重地区市民センター	16 (水)	21 (水)		16 (水)	20 (水)		15 (水)	19 (水)		21 (水)	25 (水)	
5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、栄養相談、健康相談、育児相談等を行います。集団健診です。	(受付)13:30~15:00 琴海南部文化センター			9 (月)		18 (月)			10 (月)			9 (月)	
				(受付)13:30~15:00 三重地区市民センター			3 (火)	1 (火)	5 (火)	2 (火)	7 (火)	11 (火)	2 (火)	6 (火)	3 (火)	3 (火)
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			14 (土)			6 (土)					7 (土)	
育児学級 「フラワーチャイルド」		生後2か月~1歳未満児 ※8月は父親の参加も可 ※2月はむし歯予防教室	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	9 (水)	14 (水)	11 (水)	9 (水)	2 (土)	10 (水)	8 (水)	12 (水)	10 (水)	14 (水)		11 (水)
				(9:45~受付) 10:00~11:30 三重地区市民センター	24 (木)		26 (木)	24 (木)	28 (木)	25 (木)	23 (木)	27 (木)	25 (木)	22 (木)	28 (土)	18 (水)
育児学級 「すくすく学級」		生後2か月~1歳未満児 ※5月はむし歯予防教室 ※2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												
				(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		20 (火) 琴海				19 (火) 三重			25 (火) 琴海			26 (木) 三重
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 三重地区市民センター												
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						30 (火)						
むし歯予防教室		歯が生えたと頃~未就園児	ママの悩みのところ、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		22 (木) 三重			6 (水) 琴海			5 (水) 三重			4 (水) 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。	10:30~11:30 外海ふるさと交流センター	15 (火)	20 (火)				9 (火)	21 (火)				17 (火)	10 (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	28 (月)	12 (月) 26 (月)	2 (月) 16 (月) 30 (月)			8 (月) 22 (月)	6 (月) 20 (月) 27 (月)	17 (月)		19 (月)	2 (月) 16 (月)	2 (月) 16 (月) 23 (月)

※健診や教室はカレンダーのとおり予定していますが、都合により日曜・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 ☎814-3400