



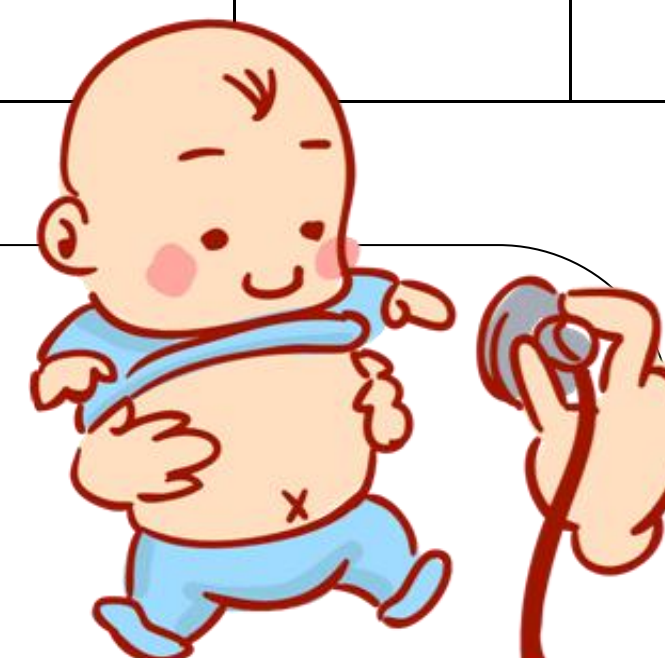
令和8年度 おやこ健康カレンダー



教室名	対象者	内容	対象地域	会場	曜日・時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	申し込み先			
ツインズ広場	4歳までの双子以上のお子さんと多胎妊婦の方の情報交換・交流の場です。	【要申し込み】 4歳までの双子以上のお子さんと多胎妊婦の方の情報交換・交流の場です。	長崎市 全域	市役所2階 ども健康室 東総合事務所	10時30分～11時45分				30(木) 東			18(日) 市役所			29(金) 東			市役所：① 東：②			
ツインズフェスティバル				長崎市科学館	日曜日 10時～12時			21											①		
食物アレルギー座談会	【要申し込み】 食物アレルギーがある子や心配な方の情報交換・交流の場です。			市役所2階 ども健康室	火曜日 10時～11時30分									17					①		
むし歯予防教室	【要申し込み】 乳歯の時からのおむし歯予防を、講話、実習を通して学びます。			市役所2階 ども健康室	水曜日 10時～11時30分							30					24		⑤		
離乳食教室 4か月～9か月未満	【要申し込み】 大人の食事から離乳食へ、アレンジする方法を実習を通して学びます。			桜馬場地区ふれあいセンター	水曜日 AM 10時30分～12時 PM 1時～3時						19 (PM)			11 (AM)				10 (PM)	①		
				浦上駅前ふれあいセンター		20 (PM)			9 (AM)	14 (PM)	9 (PM)	10 (AM)									
				上長崎地区ふれあいセンター		22 (AM)															
				北公民館				17 (AM)													
				東部地区にこにこセンター	火曜日 13時～15時	21		2	18		6		1		2					②	
				長崎市健康づくりセンター (4か月～1歳まで)	木曜日 10時～12時30分			11 (月)	9		10		12		14		11				③
				琴海南部文化センター	火曜日 13時30分～15時30分			26					24								④
				三重地区市民センター							25						16				
離乳&幼児食教室 9か月～2歳未満	【要申し込み】 大人の食事から幼児食へ、アレンジする方法を実習を通して学びます。			桜馬場地区ふれあいセンター	水曜日 AM 10時30分～12時 PM 1時～3時											27 (PM)			①		
				浦上駅前ふれあいセンター					15 (AM)												
			東部地区にこにこセンター	火曜日 13時～15時			12					17							②		
			三重地区市民センター	火曜日 13時30分～15時30分								29							④		

乳幼児健康診査

- 4か月児健康診査（集団健診）
- 7か月児・10か月児健康診査（医療機関での個別健診）
母子健康手帳別冊に、受診票（無料）が綴じこんでありますので、必要事項を記入し、受診する医療機関に予約の上、受診してください。
- 1歳6か月児健康診査（集団健診）
- 3歳児健康診査（集団健診） ご案内はおおむね3歳6か月児に行っています。
- 5歳児健康診査（集団健診）
※乳幼児健康診査は、お子様の年齢（月齢）、住所により受診日程と会場が異なるため、健診日程の約1か月前（5歳児健診のみ約2か月前）に個別でご案内します。ただし、一部の地域については時期がずれることがあります。詳しくは、問い合わせ先にお尋ねください。



問い合わせ先・予約先

- ① 電子申請サービス または 中央総合事務所地域福祉課 TEL: 095-829-1429
- ② 電子申請サービス または 東総合事務所地域福祉課 TEL: 095-813-9001
- ③ 電子申請サービス または 南総合事務所地域福祉課 TEL: 095-892-1113
- ④ 電子申請サービス または 北総合事務所地域福祉課 TEL: 095-814-3400
- ⑤ 電子申請サービス または 口腔保健支援センター TEL: 095-829-1436

長崎市
電子申請
サービス

