

いきいき家族の健康カレンダー

TEL 0266-27-1111 (内線290・291)

0266-27-8384 (直通)

FAX 0266-27-1120

日程は変更する場合があります。保健センターにお問い合わせください。

乳幼児健康診査

Medical checkups for infants

会場：下諏訪町保健センター

持ち物：母子健康手帳、おむつ、おたずね用紙(2か月児相談以外)、飲み物

- ・対象となる前月にお知らせ通知をお送りします。
- ・2か月児相談、2歳児相談は午前に実施します。それ以外の健診は、午後を実施します。受付時間の詳細は、お知らせ通知をご確認ください。

健診名	2か月児相談 2months		4か月児健診 4months		10か月児健診 10months		1歳6か月児健診 18months		2歳児相談 2years		3歳児健診 3years				
	相談日	対象	健診日	対象	健診日	対象	健診日	対象	相談日	対象	健診日	対象			
実施月	相談日	対象	健診日	対象	健診日	対象	健診日	対象	相談日	対象	健診日	対象			
2025年	4月	2025年 23日(水) 2月生	2025年 25日(金) 12月生	2024年 22日(火) 6月生	2023年 14日(月) 9月生	2023年 23日(水) 1月生	2022年 15日(火) 3月生	2025年	5月	2025年 14日(水) 3月生	2025年 23日(金) 1月生	2025年 23日(金) 7月生	2024年 20日(火) 10月生	2024年 14日(水) 2月生	2024年 13日(火) 4月生
	6月	2025年 24日(火) 4月生	2025年 24日(火) 2月生	2025年 27日(金) 8月生	2025年 17日(火) 11月生	2025年 11日(水) 3月生	2025年 10日(火) 5月生	2025年	7月	2025年 30日(水) 5月生	2025年 28日(月) 3月生	2025年 28日(月) 9月生	2024年 1日(火) 12月生	2024年 9日(水) 4月生	2024年 8日(火) 6月生
	8月	2025年 29日(金) 6月生	2025年 29日(金) 4月生	2025年 26日(火) 10月生	2024年 4日(月) 2024年 1月生	2024年 6日(水) 5月生	2024年 12日(火) 7月生	2025年	9月	2025年 24日(水) 7月生	2025年 26日(金) 5月生	2025年 26日(金) 11月生	2025年 2日(火) 5月生	2025年 24日(水) 9月生	2025年 16日(火) 11月生
	11月	2025年 26日(水) 9月生	2025年 28日(金) 7月生	2025年 28日(金) 1月生	2025年 10日(月) 4月生	2025年 26日(水) 8月生	2025年 18日(火) 10月生	2026年	12月	2025年 24日(水) 10月生	2025年 19日(金) 8月生	2025年 19日(金) 2月生	2025年 2日(火) 5月生	2025年 24日(水) 9月生	2025年 16日(火) 11月生
2026年	1月	2026年 28日(水) 11月生	2026年 30日(金) 9月生	2026年 30日(金) 3月生	2026年 19日(月) 6月生	2026年 28日(水) 10月生	2026年 20日(火) 12月生	2026年	2月	2026年 27日(金) 12月生	2026年 27日(金) 10月生	2026年 24日(火) 4月生	2026年 3日(火) 7月生	2026年 18日(水) 11月生	2023年 17日(火) 1月生
	3月	2026年 18日(水) 1月生	2026年 24日(火) 11月生	2026年 17日(火) 5月生	2026年 9日(月) 8月生	2026年 18日(水) 12月生	2026年 3日(火) 2月生								

ハッピーマタニティ教室

Prenatal classes

会場：

- 1回目 下諏訪町保健センター
- 2回目 子育てふれあいセンターばけっと

時間：9:30~12:00

	1回目	2回目	1回目	2回目
2025年	5月	10日(土) 27日(火)	11月	8日(土) 27日(木)
	8月	2日(土) 22日(金)	2月	7日(土) 26日(木)

離乳食スタート教室

Diet of weaning classes

会場：下諏訪町保健センター

時間：10:00~11:00

日程	対象(4~6か月児)	日程	対象(4~6か月児)
2025年 4月16日(水)	2024年 10・11・12月生	2025年 10月15日(水)	2025年 4・5・6月生
2025年 6月18日(水)	2025年 12・1・2月生	2025年 12月17日(水)	2025年 6・7・8月生
2025年 8月20日(水)	2025年 2・3・4月生	2026年 2月10日(火)	2026年 8・9・10月生

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、赤ちゃん用スポン・エプロン

すこやか(育児・栄養)相談

Consultation on the raising and nutrition of children

会場：下諏訪町保健センター

時間：9:00~11:00

- 内容：身体計測、育児相談、栄養相談(各回共通)
心理相談(各月2回目の10時から予約優先で実施)

	1回目	2回目	1回目	2回目
2025年	4月	8日(火) 21日(月)	10月	8日(水) 27日(月)
	5月	9日(金) 19日(月)	11月	7日(金) 25日(火)
	6月	13日(金) 25日(水)	12月	10日(水) 22日(月)
	7月	7日(月) 23日(水)	2026年 1月	14日(水) 29日(木)
	8月	8日(金) 25日(月)	2月	9日(月) 25日(水)
	9月	10日(水) 29日(月)	3月	10日(火) 23日(月)

もぐもぐ学習会(離乳食教室)

Diet of weaning classes

会場：下諏訪町保健センター

時間：10:00~11:00

日程	対象(7~8か月児)	日程	対象(7~8か月児)
2025年 5月15日(木)	2024年 9・10月生	2025年 11月13日(木)	2025年 3・4月生
2025年 7月17日(木)	2025年 11・12月生	2026年 1月15日(木)	2026年 5・6月生
2025年 9月9日(火)	2025年 1・2月生	2026年 3月12日(木)	2026年 7・8月生

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、赤ちゃん用スポン・エプロン

産前・産後サポート事業

Before childbirth after giving birth support

- 内容：助産師による個別相談(妊娠中の相談、母乳相談、卒乳相談等ができます)
日程：すこやか相談の各月1回目と同日 ※前日までにご予約ください。



妊娠から出産、育児までをフルサポート!

子育てアプリ「のびのびしずわっこ」

- ① アプリストアで「母子モ」で検索しダウンロード
- ② プロフィール登録でお住まいの地域の郵便番号を入力してご利用ください



生活習慣病検診等

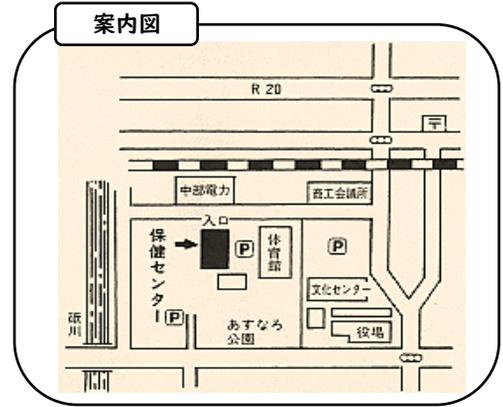
内容	対象者	時期
国保特定健診	40歳～75歳 国民健康保険加入者	集団健診：6月～8月 個別健診：6月～12月
後期高齢者健診	76歳以上の方	6月～12月 ▶ 医療機関で受ける個別健診です
胃・大腸がん検診	40歳以上の方	9月～10月
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	7月～10月 保健センター 6月～1月 医療機関
乳がん検診 (マンモグラフィ)	40歳～74歳の女性 (2年に1回)	6月～9月 保健センター 6月～1月 医療機関
骨密度検査	40, 45, 50, 55, 60, 65, 70歳の女性	10月
肺がん検診 胸部エックス線	40歳以上の方	5月
CT	40歳～69歳の方	11月
結核健診 (胸部エックス線)	65歳以上の方	5月～6月
歯科健診	20, 30, 40, 50, 60, 70歳の方	8月～3月 ▶ 医療機関で受ける個別健診です

▶ 事前に申し込んだ方に、個別通知します。(ご希望の方で、年度末に申し込みをされなかった方は、お早目にお申し込みください。)

▶ 国保特定健診、歯科健診は対象者全員に通知します。

▶ 社会保険等に加入している方の特定健診は、勤め先にご確認ください。

案内図



心のほっと相談

～心の悩みをお気軽にご相談ください～
専門相談員による個別相談です

会場：保健センター

時間：各日程の午後、完全予約制で行います。
希望日の7日前までに必ずご予約ください。

日程

2025年			
4月	24日(木)	10月	23日(木)
5月	22日(木)	11月	20日(木)
6月	26日(木)	12月	18日(木)
7月	17日(木)	2026年	1月 15日(木)
8月	21日(木)	2月	19日(木)
9月	11日(木)	3月	5日(木)
9月	18日(木)	3月	19日(木)

こどもの定期予防接種

Vaccinations

予防接種名	回数	対象者
小児肺炎球菌 Streptococcus pneumoniae	4回	生後2か月～5歳未満
ロタウイルス Rotavirus	2～3回 ※ワクチンの種類により接種回数、期間が異なります	生後2か月～24週0日 および32週0日まで
B型肝炎 Hepatitis B	3回	1歳未満
五種混合 Diphtheria, Pertussis, Tetanus, Inactivated polio, and Hemophilus influenzae type-b.	4回	生後2か月～ 7歳6か月未満
BCG	1回	1歳未満
麻疹風疹混合 Measles Rubella	第1期 1回	1歳～2歳未満
	第2期 1回	小学校就学前の1年間

▼ 医療機関で受ける個別接種です

予防接種名	回数	対象者
水痘 Varicella	2回	1歳～3歳未満
日本脳炎 Japanese Encephalitis	第1期 3回	3歳～7歳6か月未満
	第2期 1回	9歳以上13歳未満 (小学4年生時に通知を出します)
二種混合 Diphtheria, Tetanus	1回	11歳以上13歳未満 (小学6年生時に通知を出します)
子宮頸がん* Human papillomavirus	3回	小学6年～ 高校1年相当年齢の女子

*キャッチアップ接種の期間延長の対象になる方は、保健センターまでお問い合わせください。