

※内容については、3月11日現在の情報を掲載しています。イベントなどについて、中止や延期となっている場合がありますので、ご注意ください。

すくすく子育て いきいき健康

- 定員について…抽選ではない場合は、申し込み順となります。
- 申し込みについて…期限や期間の記載がない場合は、当日直接会場にお越しください。

▶乳幼児健康診査・健康相談 (健康推進グループ・☎0100)

	日時	場所	対象	内容	持ち物
4～5カ月児健康診査	5月12日(木) ※時間は個別通知。	しんた21	令和3年12月生まれ	診察、身体計測、栄養・育児相談	母子健康手帳、バスタオル、替えおむつ
10カ月児健康相談	5月11日(水) ※時間は個別通知。		令和3年7月生まれ	身体計測、栄養・育児相談	
1歳6カ月児健康診査	5月25日(水) ※時間は個別通知。		令和2年10月生まれ	診察、歯科検診、身体計測、栄養・歯科・育児相談、フッ素塗布 (希望者800円)	母子健康手帳、バスタオル
3歳児健康診査	5月19日(木) ※時間は個別通知。		平成31年4月生まれ	診察、歯科検診、尿検査、身体計測、栄養・歯科・育児相談	母子健康手帳、フェイスタオル
5歳児健康相談	5月18日(水) ※時間は個別通知。		個別通知	育児相談、集団遊び、視力検査、就学準備の講話、発達相談	母子健康手帳
すくすく☆親子相談 (※)	5月26日(木) 9時40分～10時30分		—	発育・発達・育児・栄養などの相談	母子健康手帳、バスタオル
産前・産後相談『ママあい』(※)	5月10日(火)・20日(金)・24日(火)・30日(月) ①10時～、②11時15分～ (各45分)		妊婦または生後6カ月未満の子どもとその家族	授乳・育児などの相談 (個別相談)	母子健康手帳、バスタオル、替えおむつ
あそび相談『ぼっぼ』(※)	5月9日(月)・17日(火)・27日(金)・31日(火) ①10時～、②11時15分～、③13時15分～ (各45分)		生後6カ月以降の子どもとその家族	遊び・育児などの相談 (個別相談)	

※『すくすく☆親子相談』『ママあい』『ぼっぼ』は、前日までに電話で健康推進グループに申し込みが必要です。
※子育てに関するオンライン相談も受け付けています。相談を希望する3日前までに、市公式ウェブサイトから申し込みください。



すこやか マタニティ教室 (プレ育児コース)

沐浴やオムツ交換などの育児体験をして、赤ちゃんを迎える準備をしませんか。お父さんになる方やご家族もぜひご参加ください。

- 日時 5月20日(金)10時～12時
- 場所 しんた21
- 対象 妊娠している方とその家族
- 内容 沐浴や抱っこ、オムツ交換の体験実習、妊婦体験など
- 定員 10組
- 申し込み 5月13日(金)までに健康推進グループ (☎0100)

ウォーキング教室

日時	コース (集合場所)	定員
5月20日(金) 10時～12時	キウシト湿原コース (市民活動センター)	各15人
5月31日(火) 10時～12時	幌別川コース (市民会館)	
6月1日(水) 10時～12時	亀田記念公園コース (かめだわんパーク・同公園内)	

- 対象 国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している方
- 内容 健康講話とウォーキング体験
- ※雨天の場合は、屋内で開催します。
- 申し込み 5月13日(金)までに申し込みフォームまたは電話で国民健康保険グループ (☎1771)、健康長寿グループ (☎1075)

