

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歳児相談は午前を実施します。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		4か月児健診		10か月児健診		1歳6か月児健診		2歳児相談		3歳児健診									
	2months		4months		10months		18months		2years		3years									
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								
2024年	4月	26日(金)	2024年	2月生	26日(金)	2023年	12月生	19日(金)	2023年	6月生	15日(月)	2022年	9月生	17日(水)	2022年	1月生	16日(火)	2021年	3月生	
	5月	24日(金)	3月生	2024年	1月生	16日(木)	7月生	20日(月)	10月生	8日(水)	2月生	7日(火)	4月生	8日(水)	3月生	11日(火)	5月生	2日(火)	6月生	
	6月	28日(金)	4月生	28日(金)	2月生	28日(金)	8月生	4日(火)	11月生	12日(水)	3月生	11日(火)	5月生	3日(水)	4月生	7日(火)	10月生	4日(火)	1月生	
	7月	26日(金)	5月生	26日(金)	3月生	19日(金)	9月生	1日(月)	12月生	3日(水)	4月生	2日(火)	6月生	19日(月)	2023年	1月生	7日(水)	5月生	6日(火)	7月生
	8月	27日(火)	6月生	27日(火)	4月生	23日(金)	10月生	19日(月)	2月生	11日(水)	6月生	3日(火)	8月生	10日(火)	3月生	16日(水)	7月生	1日(火)	9月生	
	9月	27日(金)	7月生	27日(金)	5月生	20日(金)	11月生	10日(火)	4月生	6日(水)	8月生	5日(火)	10月生	24日(火)	10月生	31日(金)	11月生	28日(金)	10月生	
	10月	25日(金)	8月生	25日(金)	6月生	18日(金)	12月生	8日(火)	3月生	15日(水)	10月生	7日(火)	12月生	28日(金)	12月生	31日(金)	1月生	28日(金)	10月生	
	11月	29日(金)	9月生	29日(金)	7月生	22日(金)	2024年	1月生	18日(月)	4月生	6日(水)	8月生	5日(火)	2022年	1月生	4日(火)	2月生	25日(火)	2025年	1月生
	12月	24日(火)	10月生	24日(火)	8月生	20日(金)	2月生	9日(月)	5月生	4日(水)	9月生	3日(火)	11月生	21日(火)	6月生	15日(水)	10月生	12日(水)	11月生	
2025年	1月	31日(金)	11月生	31日(金)	9月生	24日(金)	3月生	21日(火)	6月生	15日(水)	10月生	7日(火)	12月生	18日(火)	7月生	12日(水)	11月生	4日(火)	2022年	1月生
	2月	28日(金)	12月生	28日(金)	10月生	21日(金)	4月生	18日(火)	7月生	12日(水)	11月生	4日(火)	2022年	1月生	4日(火)	2月生	25日(火)	2025年	1月生	
	3月	25日(火)	1月生	25日(火)	11月生	18日(火)	5月生	4日(火)	8月生	5日(水)	12月生	4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			
2024年	5月	11日(土)	21日(火)	11月	9日(土)	22日(金)	
	8月	3日(土)	30日(金)	2025年	2月	8日(土)	27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)			
2024年	4月10日(水)	2023年	10・11・12月生	2024年	10月17日(木)	4・5・6月生
	6月13日(木)	2024年	12・1・2月生	2024年	12月11日(水)	6・7・8月生
	8月21日(水)	2024年	2・3・4月生	2025年	2月13日(木)	8・9・10月生

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、赤ちゃん用スプーン・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

※R6年度から予約不要になりました

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			
2024年	4月	8日(月)	24日(水)	10月	8日(火)	23日(水)	
	5月	7日(火)	22日(水)	11月	8日(金)	25日(月)	
	6月	7日(金)	24日(月)	12月	10日(火)	23日(月)	
	7月	9日(火)	30日(火)	2025年	1月	10日(金)	29日(水)
	8月	9日(金)	28日(水)	2月	5日(水)	26日(水)	
	9月	9日(月)	30日(月)	3月	7日(金)	24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)			
2024年	5月14日(火)	2023年	9・10月生	2024年	11月14日(木)	3・4月生
	7月18日(木)	2024年	11・12月生	2025年	1月16日(木)	5・6月生
	9月12日(木)	2024年	1・2月生	2024年	3月14日(金)	7・8月生

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、赤ちゃん用スプーン・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



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)

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。

FAX 0266-27-1120

生活習慣病検診等

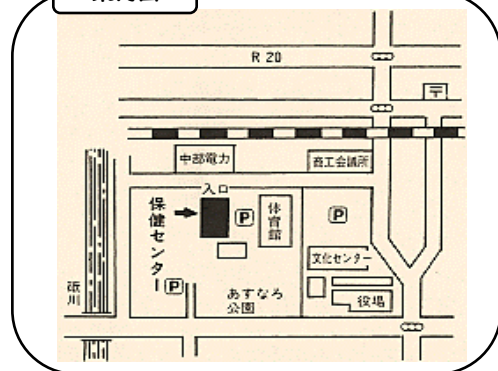
内容	対象者	時期
国保特定健診	40歳～75歳 国民健康保険加入者	集団健診：6月～8月 個別健診：6月～12月
後期高齢者健診	76歳以上の方	6月～12月 ▶ 医療機関で受ける個別健診です
胃・大腸がん検診	40歳以上の方	9月～10月
子宮頸がん検診	20歳以上の女性	7月～10月 保健センター 6月～1月 医療機関
乳がん検診 (マンモグラフィ)	40歳～74歳の女性 (2年に1回)	6月～9月 保健センター 6月～1月 医療機関
骨密度検査	40, 45, 50, 55, 60, 65, 70歳の女性	10月
肺がん検診 胸部エックス線	40歳以上の方	5月
CT	40歳～69歳の方	11月
結核健診 (胸部エックス線)	65歳以上の方	5月～6月
成人歯科健診	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
二十歳の歯科健診	20歳の方	8月～3月 ▶ 医療機関で受ける個別健診です
三十歳の歯科健診	30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

2024年	4月	25日(木)	10月	17日(木)
	5月	23日(木)	11月	28日(木)
	6月	27日(木)	12月	19日(木)
	7月	18日(木)	2025年 1月	23日(木)
	8月	22日(木)	2月	13日(木)
	9月	5日(木)	3月	6日(木)
	9月	19日(木)	3月	27日(木)

こどもの定期予防接種

Vaccinations

予防接種名	回数	対象者
ヒブ Heamophilus influenzae tipe-b	4回	生後2か月～5歳未満
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
四種混合または 五種混合 Diphtheria.Perussis.Tetanus.Inactivated polio. (and Heamophilus influenzae tipe-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) 高校3年生相当年齢の方
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

*令和4～6年度の期間はキャッチアップ接種を行います。接種機会を逃した平成9～19年度生まれの方には個別にお知らせしております。転入された方は保健センターまでお問い合わせください。