



# 令和8年度 宇多津町親子健康カレンダー



行事名	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	備考
<b>ぱれまま・ぱればぱルーム(マタニティーセミナー)</b> 妊婦及び家族の希望者が対象です														
にこやか(出産準備)コース	13:15 ~ 16:00	28		3		26		26		2		24		助産師から分娩や母乳のお話、妊婦体操 <span style="float:right">要予約</span>
はつらつ(沐浴練習)コース		8	10(日)		8	16(日)		29	8(日)		19	28(日)		子育てや出産後の手続きのお話、沐浴等の実習 <span style="float:right">要予約</span>
すこやか(栄養調理)コース	9:30 ~ 13:00			4			3			17			9	管理栄養士から妊娠中や産後の栄養のお話、調理実習・試食 <span style="float:right">要予約</span>
<b>乳幼児健診・教室</b>														
のびのび赤ちゃんのつどい	13:15 ~ 15:00		19		14		7		5		13		10	身体計測、予防接種の説明、育児の座談会 <span style="float:right">要予約</span>
	対象者生まれ月	R8.2・3月生		4・5月生		6・7月生		8・9月生		10・11月生		12月・R9.1月生		
3か月児健診	13:15 ~ 16:00	3	1	5	3	7	4	2	6	4	8	5	5	小児科医師による診察、身体計測、保健師相談 ブックスタート(絵本のプレゼントと読み聞かせ体験)
	対象者生まれ月	R7.12月生	R8.1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	
はじめての離乳食教室	13:15 ~ 16:00	16	26	30	28	25	30	27	25	22	26	16	16	身体計測、育児の座談会、離乳食のお話と試食
	対象者生まれ月	R7.11月生	12月生	R8.1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	
離乳食フォローアップ相談会	9:15 ~ 11:15	7		8		3		7		8		17		身体計測、栄養士相談 <span style="float:right">要予約</span>
	対象者生まれ月	R7.6・7月生		8・9月生		10・11月生		12月・R8.1月生		2・3月生		4・5月生		
1歳おめでとう相談	13:15 ~ 16:00	9	21	12	10	20	17	8	26	11	15	10	18	身体計測、保健師相談、栄養士相談、理学療法士による運動発達相談、 手形の作成
	対象者生まれ月	R7.4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	12月生	R8.1月生	2月生	3月生	
1歳6か月児健診	13:00 ~ 16:00	10	8	19	17	21	11	23	13	18	22	19	12	小児科医師・歯科医師による診察、生活観察、身体計測、保健師相談 栄養士相談、臨床心理士相談、歯磨き指導(両健診共通項目) +検尿、屈折検査、聴力検査(3歳6か月児健診項目)
3歳6か月児健診		24	22	26	24	28	18	30	20	25	29	26	19	*1歳6か月児健診は1歳6~8か月頃にご案内 *3歳6か月児健診は3歳6~8か月頃にご案内 (対象者の詳細は裏面参照)
5歳児健診								年8回 実施						
<b>育児相談・発達の相談</b>														
育児相談	9:00 ~ 10:30	6	11	22	13	17	14	5	9	14	18	8	8	身体計測、保健師相談、栄養士相談、臨床心理士相談 乳幼児希望者が対象 *母子健康手帳とバスタオルをご持参ください
こども相談	9:00 ~ 12:00		12		7		15		10		5		9	児童心理司等による相談 子育てや子どもの発達に心配や相談のある希望者が対象 <span style="float:right">要予約</span>
	13:15 ~ 16:15	14		2		4		13		1		9		
ことばの相談	9:00 ~ 12:00		28	11	16	6	16	13	5	10	21	18		臨床心理士による相談 子どものことばに心配や相談のある希望者が対象 <span style="float:right">要予約</span>
	13:15 ~ 16:15	28		29		24			18		2	15		

## パパ・ママのための行事 ~ 大切な家族のために、検診や相談を受けて自分の健康を守りましょう ~

検診や相談の間は、スタッフが託児をしますのでお子さん連れでも大丈夫です

**こころの相談 (月1回)** 要予約

ひとり50分、臨床心理士が個別にお話を聞きます。相談内容は、子育てのことや対人関係でのストレス、不安など何でも大丈夫です。相談内容については、秘密厳守します。

**骨密度測定** 毎月第4水曜日 9時~11時30分

かかとの超音波検査で痛みはありません。骨密度は、加齢に伴い減少していきます。若い方でも生活習慣の乱れによって減少している方もいます。

**野菜摂取量測定** 偶数月第4水曜日 9時~11時30分

器械に指をかざして、皮膚のカロテノイド量を測定する検査です。毎日を健康に過ごすために野菜は欠かせません。普段どれだけ野菜を摂れているかチェックしましょう。

**がん検診** ~年に1度はがん検診を受けましょう!~ 要予約

🌻 女性は20歳になったら
🌺 女性は40歳になったら
🌸 35歳になったら

子宮頸がん検診      乳がん検診(マンモ)      胃・大腸・肺がん検診

※ 休日の検診もあります。詳しい日程や検査内容、料金等についてはお問い合わせください。

パパもぜひ一緒に!



「歯と口の健康祭り」綾歌郡歯科医師会5月31日(日)宇多津町にて開催予定 / 「うたず〜と健康フェスタ」11月28日(土)四国医療専門学校にて開催予定  
 行事は天候等の理由により、中止または延期、内容が変更になる場合があります。詳しくは、毎月の「広報うたづ」などでご確認ください。

申し込み・問い合わせ先 … 保健センター ☎0877-49-8008 メールアドレス hoken-c@town.utazu.kagawa.jp





### 1歳6か月児健診対象者

令和8年	4月10日	令和6年	8月1日	～	令和6年	9月9日
	5月8日	令和6年	9月10日	～	令和6年	10月1日
	6月19日	令和6年	10月2日	～	令和6年	11月30日
	7月17日	令和6年	12月1日	～	令和7年	1月15日
	8月21日	令和7年	1月16日	～	令和7年	2月10日
	9月11日	令和7年	2月11日	～	令和7年	2月27日
	10月23日	令和7年	2月28日	～	令和7年	3月10日
	11月13日	令和7年	3月11日	～	令和7年	4月2日
	12月18日	令和7年	4月3日	～	令和7年	4月25日
令和9年	1月22日	令和7年	4月26日	～	令和7年	6月3日
	2月19日	令和7年	6月4日	～	令和7年	7月14日
	3月12日	令和7年	7月15日	～	令和7年	7月31日



### 3歳6か月児健診対象者

令和8年	4月24日	令和4年	9月1日	～	令和4年	9月24日
	5月22日	令和4年	9月25日	～	令和4年	10月12日
	6月26日	令和4年	10月13日	～	令和4年	11月25日
	7月24日	令和4年	11月26日	～	令和5年	1月11日
	8月28日	令和5年	1月12日	～	令和5年	2月9日
	9月18日	令和5年	2月10日	～	令和5年	3月1日
	10月30日	令和5年	3月2日	～	令和5年	3月24日
	11月20日	令和5年	3月25日	～	令和5年	4月28日
	12月25日	令和5年	4月29日	～	令和5年	6月6日
令和9年	1月29日	令和5年	6月7日	～	令和5年	7月18日
	2月26日	令和5年	7月19日	～	令和5年	8月10日
	3月19日	令和5年	8月11日	～	令和5年	8月31日

