



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	
ぶれまま・ぶれぱぱルーム(マタニティーセミナー) 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	要予約
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	要予約
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	要予約
乳幼児健診・教室															
のびのび赤ちゃんのつどい	13:15 ~ 15:00 対象者生まれ月		19		14		7		5		13		10	身体計測、予防接種の説明、育児の座談会	要予約
3か月児健診	13:15 ~ 16:00 対象者生まれ月	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)	
はじめての離乳食教室	13:15 ~ 16:00 対象者生まれ月	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	
離乳食フォローアップ相談会	9:15 ~ 11:15 対象者生まれ月	7		8		3		7		8		17		身体計測、栄養士相談	要予約
1歳おめでとう相談	13:15 ~ 16:00 対象者生まれ月	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	
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							小児科医師による診察、生活観察、身体計測、屈折検査 保健師相談、栄養士相談、臨床心理士相談 健診日の2か月前頃にご案内
育児相談・発達の相談															
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 *母子健康手帳とパスポートをご持参ください	
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	要予約
	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	要予約
	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、スタッフが託児をする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」綾郡歯科医師会5月31日(日)宇多津町にて開催予定 / 「うたず〜っと健康フェスタ」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「広報うたず」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

