

健診・教室の会場は **健康福祉会館** です。 **要予約** お電話、「すくすく子育てアプリ」で事前にご予約ください。

■ プレママ教室

要予約

パート① 妊娠中からできる身体のケア、妊娠中のデンタルケア、マタニティヨガ
※ マタニティヨガについては、参加の可否を医師にご相談ください。

パート② 産後の身体のケア、妊娠～子育て期の栄養について
①②とも受講されることをお勧めしますが、
どちらか一方のみでも参加可能です。
【対象】妊娠5か月以降のママ 【受付時間】9:00～9:30

■ パパママクラブ

要予約

【内容】沐浴実習、妊婦体験など 【受付時間】13:00
【対象】妊娠5か月以降のパパママ

日程・内容	
パート①	パート②
4月25日(金)	5月23日(金)
7月11日(金)	8月8日(金)
10月10日(金)	11月14日(金)
1月9日(金)	2月13日(金)

日程(午後)	
6月13日(金)	12月12日(金)
9月12日(金)	3月13日(金)

※ 対象者には事前に問診票などを送ります。案内に記載されている受付時間(午後)に来所してください。

■ 2か月児健診

(先天性股関節脱臼検診)

整形外科医師による股関節脱臼の検診と、身体計測、育児相談を行います。

健診日	対象 (2025年)	健診日	対象 (2025年)	健診日	対象 (2025年)
4月24日(木)	2月生	8月28日(木)	6月生	12月25日(木)	10月生
5月22日(木)	3月生	9月25日(木)	7月生	1月22日(木)	11月生
6月26日(木)	4月生	10月23日(木)	8月生	2月26日(木)	12月生
7月24日(木)	5月生	11月27日(木)	9月生	3月26日(木)	2026年 1月生

■ 4か月児健診

小児科医師による成長・発達の確認と、身体計測、育児相談、栄養相談を行います。

健診日	対象 (2024年)	健診日	対象 (2025年)	健診日	対象 (2025年)
4月1日(火)	11月生	7月1日(火)	2,3月生	1月6日(火)	8,9月生
5月13日(火)	12月生 2025年 1月生	9月2日(火)	4,5月生	3月3日(火)	10,11月生
		11月4日(火)	6,7月生		

■ 1歳6か月児健診

小児科医師と歯科医師が身体と歯の健康状態を確認します。発達や生活習慣などの相談も行っています。

健診日	対象 (2023年)	健診日	対象 (2023年)	健診日	対象 (2024年)
4月8日(火)	9月生	8月12日(火)	12月生 2024年 1月生	12月9日(火)	4,5月生
6月24日(火)	10,11月生	10月14日(火)	2024年 2,3月生	2月10日(火)	6,7月生

■ 3歳児健診

(対象/3歳2か月児)

小児科医師と歯科医師による身体と歯の健康状態の確認と目の見え方・耳の聞こえ方の確認などを行います。発達や生活習慣などの相談も行っています。

健診日	対象 (2022年)	健診日	対象 (2022年)	健診日	対象 (2022年)
4月15日(火)	2月生	8月19日(火)	6月生	12月16日(火)	10月生
5月27日(火)	3月生	9月16日(火)	7月生	1月20日(火)	11月生
6月17日(火)	4月生	10月21日(火)	8月生	2月17日(火)	12月生
7月15日(火)	5月生	11月18日(火)	9月生	3月17日(火)	2023年 1月生

■ 5歳児健診

小児科医師、臨床心理士等が生活習慣や発達の確認を行います。

健診日	対象 (2020年)	健診日	対象 (2020年)	健診日	対象 (2020年)
4月22日(火)	4月生	8月26日(火)	8月生	12月23日(火)	12月生
5月20日(火)	5月生	9月30日(火)	9月生	1月27日(火)	2021年 1月生
6月10日(火)	6月生	10月28日(火)	10月生	2月24日(火)	2021年 2月生
7月22日(火)	7月生	11月25日(火)	11月生	3月24日(火)	2021年 3月生

■ おやこで体操

要予約

助産師による乳児期の親子遊びやベビーマッサージ、育児相談を行います。



日程(対象/2～6か月児 受付 9:40～10:00)			日程(対象/7～12か月児 受付 9:40～10:00)		
4月16日(水)	8月20日(水)	12月17日(水)	4月2日(水)	8月6日(水)	12月3日(水)
5月21日(水)	9月17日(水)	1月21日(水)	5月7日(水)	9月3日(水)	1月7日(水)
6月18日(水)	10月15日(水)	2月18日(水)	6月4日(水)	10月1日(水)	2月4日(水)
7月16日(水)	11月19日(水)	3月18日(水)	7月2日(水)	11月5日(水)	3月4日(水)

■ 離乳食講習会

要予約

【受付】13:00～13:15

託児あり

離乳食の作り方や進め方など、簡単にできるコツについて実際に調理を見ながら学びます。



離乳食動画はこちら(加西市公式チャンネル)



初期(5～6か月)



中期(7～8か月)

初期 日程(対象/4～6か月児)			
4月21日(月)	7月14日(月)	10月20日(月)	1月19日(月)
5月26日(月)	8月18日(月)	11月17日(月)	2月16日(月)
6月16日(月)	9月22日(月)	12月15日(月)	3月16日(月)
中期 日程(対象/7～8か月児)			
6月23日(月)	9月29日(月)	12月22日(月)	3月23日(月)

■ 2歳児 食と歯の教室

歯が生えそろう、食事の幅も広がる2歳の時期に、親子に知っておいてほしい歯と栄養の知識について、歯科衛生士、栄養士と楽しく学べる教室です。



健診日	対象 (2023年)	健診日	対象 (2023年)	健診日	対象 (2023年)
4月17日(木)	4月生	8月14日(木)	8月生	12月18日(木)	12月生
5月15日(木)	5月生	9月18日(木)	9月生	1月15日(木)	2024年 1月生
6月19日(木)	6月生	10月16日(木)	10月生	2月19日(木)	2024年 2月生
7月17日(木)	7月生	11月20日(木)	11月生	3月19日(木)	2024年 3月生

■ すくすく相談窓口

保健師・栄養士が妊娠や出産、子育ての相談に応じます。
お電話や窓口で相談可能です。

《ご相談の例》
・初めての妊娠・出産で不安
・育児について相談したい
・妊娠中や産後に受けられるサービスが知りたい

42-8723にご連絡ください。

市の休日当直医
(加西市HP)



【こどもの急病・けが等でお困りの時】
こども医療電話相談をご利用ください。
① #8000(携帯電話)
② 078-304-8899
(ダイヤル回線、IP電話)
月～土 20:00～翌8:00
日・祝・年末年始 8:00～翌8:00

■ 産後ケアダイヤル 090-5041-8760 (9:30～16:00)

助産師が妊娠や出産・授乳相談に応じます。

■ 乳幼児保健相談(対象/就学前の乳幼児)

要予約

子育てや食生活での心配事がある時や、お子さんの発達が気になる時などにご利用ください。
受付時間(午後)は予約の際にご案内します。



日程			
4月18日(金)	7月18日(金)	10月24日(金)	1月16日(金)
5月16日(金)	8月15日(金)	11月21日(金)	2月20日(金)
6月20日(金)	9月19日(金)	12月19日(金)	3月27日(金)

※ 偶数月は理学療法士、奇数月は歯科衛生士による相談あり。

■ 産後ケア

事前手続き必要

医療機関や助産院・自宅で、お母さんの心身のケアや休息、産後の生活に対するアドバイス・沐浴など育児技術の指導、授乳相談、育児相談などが受けられます。
【対象】出産後1年以内の加西市民で、産後ケアを必要とする人



■ すくすく子育て定期便

0歳児のいるご家庭に、月1回、子育て用品をお届けすることを通じて、赤ちゃんと保護者の見守りをするサービスです。

支給商品

紙おむつ、ミルク、ベビーフード など



配達期間・回数

生後3か月から満1歳の誕生日月まで最大10回、毎月配達

※ 加西市からの業務委託をうけて
コープこうべが定期便事業を行っています。

