

健診・教室の会場は **健康福祉会館** です。R9年秋以降は **加西市役所** で実施予定。(会場記載がある教室は健康福祉会館で実施)

**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** [会場/健康福祉会館]

- 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

日程・内容	
パート①	パート②
4月24日(金)	5月15日(金)
7月10日(金)	8月7日(金)
10月9日(金)	11月13日(金)
1月15日(金)	2月19日(金)

**パパママクラブ** **要予約** [会場/健康福祉会館]

【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(午後)	
6月19日(金)	12月11日(金)
9月11日(金)	3月12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(2026年)	健診日	対象(2026年)	健診日	対象(2026年)
4月23日(木)	2月生	8月27日(木)	6月生	12月17日(木)	10月生
5月28日(木)	3月生	9月24日(木)	7月生	1月28日(木)	11月生
6月25日(木)	4月生	10月22日(木)	8月生	2月25日(木)	12月生
7月23日(木)	5月生	11月19日(木)	9月生	3月25日(木)	2027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(2025年)	健診日	対象(2026年)	健診日	対象(2026年)
5月19日(火)	12月生 2026年1月生	9月15日(火)	4,5月生	1月19日(火)	8,9月生
7月21日(火)	2026年2,3月生	11月17日(火)	6,7月生	3月16日(火)	10,11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(2024年)	健診日	対象(2024年)	健診日	対象(2025年)
4月14日(火)	8,9月生	8月18日(火)	12月生 2025年1月生	12月8日(火)	4,5月生
6月9日(火)	10,11月生	10月13日(火)	2025年2,3月生	2月9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(2023年)	健診日	対象(2023年)	健診日	対象(2023年)
4月7日(火)	2月生	8月4日(火)	6月生	12月1日(火)	10月生
5月12日(火)	3月生	9月1日(火)	7月生	1月12日(火)	11月生
6月2日(火)	4月生	10月6日(火)	8月生	2月2日(火)	12月生
7月7日(火)	5月生	11月10日(火)	9月生	3月2日(火)	2024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(2021年)	健診日	対象(2021年)	健診日	対象(2021年)
4月28日(火)	4月生	8月25日(火)	8月生	12月15日(火)	12月生
5月26日(火)	5月生	9月29日(火)	9月生	1月26日(火)	2022年1月生
6月23日(火)	6月生	10月27日(火)	10月生	2月16日(火)	2022年2月生
7月28日(火)	7月生	11月24日(火)	11月生	3月23日(火)	2022年3月生

**おやこ体操** **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15日(水)	8月19日(水)	12月16日(水)	4月1日(水)	8月5日(水)	12月2日(水)
5月27日(水)	9月16日(水)	1月20日(水)	5月13日(水)	9月2日(水)	1月13日(水)
6月17日(水)	10月21日(水)	2月17日(水)	6月3日(水)	10月7日(水)	2月3日(水)
7月15日(水)	11月25日(水)	3月17日(水)	7月1日(水)	11月4日(水)	3月3日(水)

**離乳食講習会** **要予約** 【受付】13:00~13:15 **託児あり** [会場/健康福祉会館]

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20日(月)	7月27日(月)	10月19日(月)	1月25日(月)
5月25日(月)	8月17日(月)	11月30日(月)	2月15日(月)
6月15日(月)	9月14日(月)	12月14日(月)	3月15日(月)
中期 日程(対象/7~8か月児)			
6月29日(月)	9月28日(月)	12月21日(月)	3月29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(2024年)	健診日	対象(2024年)	健診日	対象(2024年)
4月16日(木)	4月生	8月6日(木)	8月生	12月10日(木)	12月生
5月14日(木)	5月生	9月10日(木)	9月生	1月21日(木)	2025年1月生
6月11日(木)	6月生	10月8日(木)	10月生	2月18日(木)	2025年2月生
7月9日(木)	7月生	11月12日(木)	11月生	3月11日(木)	2025年3月生

相談

**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。

小児救急  
北播磨県民  
いきいき情報



子どもの急病・けがなどで困りの時、  
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

**助産師の育児相談ダイヤル** 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17日(金)	7月24日(金)	10月16日(金)	1月22日(金)
5月22日(金)	8月21日(金)	11月20日(金)	2月26日(金)
6月26日(金)	9月18日(金)	12月18日(金)	3月26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。

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。

**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