

🎵 平成31年度（2019年度）上半期おやこ健康カレンダー 🎵

★乳幼児の教室★

各教室に参加される際は、母子健康手帳をご持参ください。

教室名 対象者等	内容	対象地域	会場	時間	曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	申し込み先		
ツインズ教室 (要申し込み)	3歳までの双子以上のお子さん と多胎妊婦の方の教室です。	長崎市 全域	市役所別館地下1階 機能回復訓練室	10時～ 11時30分	木曜日	4				1		⑤		
ツインズ フェスティバル	4歳までの双子以上のお子さん のための教室です。		長崎市科学館	10時～12時	日曜日			9						
アレルギー 座談会	お子さんが食物アレルギーを 持つ方の情報交換の場です。		市役所別館地下1階 機能回復訓練室	10時～12時	火曜日	16	14	11	16	20	10			
卒乳教室 (要申し込み) 1歳以上	母子ともに無理なくできる卒乳 の方法を学びます。 (第1子)			市役所別館地下1階 機能回復訓練室	14時～ 15時30分	木曜日		16		18		19	⑥	
むし歯予防教室 (要申し込み) 7か月～ 1歳4か月未満	乳歯の時からむし歯予防 を、講話、実習を通して学び ます。			市役所別館地下1階 機能回復訓練室	10時～ 11時30分	木曜日	25		20					
				江平地区ふれあいセンター		火曜日			25		26			
				東部地区にここセンター		火曜日			4					
				晴海台ふれあいセンター		金曜日						23		
				伊王島開発総合センター		火曜日								6
				琴海南部文化センター		火曜日								3
離乳食教室 (要申し込み) 4か月～ 9か月未満	大人の食事から離乳食へア レンジする方法を実習を通して 学びます。			三重地区市民センター	13時30分～ 15時30分	火曜日			11				④	
				江平地区ふれあいセンター	13時～15時	木曜日	25							⑤
			桜馬場地区ふれあいセンター	火曜日				6			5			
			北公民館	火曜日					9					
			東部地区にここセンター	月曜日	23	25		6			②			
			健康づくりセンター（布巻町） （4か月～1歳まで）	月曜日	15		10	22			9	③		
			琴海南部文化センター	火曜日		28						④		
	三重地区市民センター	火曜日						27						
離乳&幼児食教室 (要申し込み) 9か月～2歳未満	大人の食事から幼児食へア レンジする方法を実習を通して 学びます。		江平地区ふれあいセンター	13時～15時	木曜日					29		⑤		
			上長崎地区ふれあいセンター		火曜日			23						
			東部地区にここセンター		火曜日		14						②	

＜注意点＞

- ・教室日程、会場につきましては、「広報ながさき」や長崎市の子育て応援情報サイト「イーカオ」でもご案内しております。
- ・日程、会場が変更となる場合もありますので、お申込みの際に必ずご確認ください。
- ・定員を超えた場合には抽選となる場合がありますので、詳しくは下記の問い合わせ先へご連絡ください。



★乳幼児健康診査★

- 4か月児健康診査（集団健診）
- 7か月児・10か月児健康診査（医療機関での個別健診）
母子健康手帳別冊に、受診票（無料）が綴じこんでありますので、必要事項を記入し、受診する医療機関に予約の上、受診してください。
- 1歳6か月児健康診査（集団健診）
- 3歳児健康診査（集団健診） ご案内はおおむね3歳6か月児に行っています。
※乳幼児健康診査は、お子様の年齢（月齢）、住所により受診日程と会場が異なるため、健診日程の約1か月前に、個別でご案内します。
ただし、一部の地域については、時期がずれることがあります。詳しくは、問い合わせ先にお尋ねください。

★問い合わせ先・申し込み先★

① 中央総合事務所	地域福祉課	健康支援係	（長崎市桜町6-3）	TEL: 095-829-1429
② 東総合事務所	地域福祉課	健康支援係	（長崎市田中町279-4）	TEL: 095-813-9001
③ 南総合事務所	地域福祉課	健康支援係	（長崎市布巻町111-1）	TEL: 095-892-1113
④ 北総合事務所	地域福祉課	健康支援係	（長崎市琴海村松町703-14）	TEL: 095-814-3400
⑤ あじさいコール				TEL: 095-822-8888
⑥ 長崎市口腔支援センター				TEL: 095-829-1436

