

# 恵庭市 母子保健事業カレンダー

## えにわっこ応援センター



妊娠期から出産・子育てを安心して過ごすことができるよう、切れ目ない支援をする相談窓口です。保健師や専門スタッフが妊娠・出産・子育ての相談やお子さんの体格測定（乳児～幼児）、母子保健事業や子育て支援サービスの紹介、各種手当や障がい児支援等の手続き等を行っています。

～ お問い合わせ ～

恵庭市役所えにわっこ応援センター  
母子保健担当（11番窓口）  
☎ 0123-33-3131  
(内線1252～1257)

## 母子健康手帳の交付

市内に住民票がある方が対象です。保健師が個別に母子健康手帳を交付します。【所要時間】約30分

受付時間：月曜日から金曜日（祝日・年末年始は除く） 8：45～17：15

交付場所：市役所 えにわっこ応援センター（11番窓口）

持ち物：病院・医院で発行した妊娠届出書、マイナンバーカード（個人番号カード）

または通知カード及び本人確認ができるもの（運転免許証、医療保険の被保険者証等）



## 妊婦教室（マタニティクラス）【予約制】

内 容	日 時			
	時間 10：00～12：00			
下記の内容を2回コースに分けて実施しています。 ・妊娠中のからだのこと ・妊娠中の食事について ・妊娠中の歯について ・出産・母乳育児について ・恵庭市の子育て情報 ※ 詳細は送付案内をご覧ください	8月～10月 出産予定	11月～1月 出産予定	2月～4月 出産予定	5月～7月 出産予定
	* 出産予定月は目安です。別の日程での参加もできます。			
	5/28 (火)	8/27 (火)	11/26 (火)	2/27 (木)
	6/10 (月)	9/18 (水)	12/16 (月)	3/10 (月)

会場：えにあす（恵庭市緑町2丁目1-1）

## プレママ相談日【予約制】

保健師・栄養士が妊娠中から出産後までの健康や栄養、育児についての相談をお受けします。

【日 程】

4/22 (月) 5/27 (月)  
6/24 (月) 7/29 (月)  
8/26 (月) 9/30 (月)  
10/28 (月) 11/25 (月)  
12/23 (月) 1/27 (月)  
2/19 (水) 3/24 (月)

【時 間】

①9：30～10：30  
②10：50～11：50  
※①、②のどちらかをお選びください

【会 場】

恵庭市民会館(恵庭市新町10)  
(変更となる場合があります)

## 両親教室【予約制】

内 容	日 時			
	時間 10：00～12：30			
・助産師講話 ・赤ちゃんのお世話体験 ・恵庭市の子育て情報 ※詳細は送付案内をご覧ください	8月～10月 出産予定	11月～1月 出産予定	2月～4月 出産予定	5月～7月 出産予定
	* 出産予定月は目安です。別の日程での参加もできます。			
	7/6 (土)	9/28 (土)	12/21 (土)	令和7年春予定
	《申し込み期間》			
	4/22(月)～ 7/1(月)	7/22(月)～ 9/24(火)	10/21(月)～ 12/16(月)	別途ご案内

会場：北海道文教大学（恵庭市黄金中央5丁目196-1）



## 赤ちゃん訪問

生後2ヶ月頃までに、赤ちゃんのいるご家庭に母子保健相談員や保健師が訪問し、お子さんの成長・発達を一緒に確認しながら、育児の相談や子育て情報の提供を行います。



※ 日程・内容が変更することがあります。送付される案内、市ホームページ等でご確認ください。

## 育児教室【予約制】

栄養士・歯科衛生士・保健師が離乳食の進め方や歯の手入れ、子どもの健康等についてお話します。

【日 程】 4/17 (水) 6/25 (火) 8/20 (火)  
10/22 (火) 12/24 (火) 2/25 (火)

【時 間】 10：00 ～ 11：30

【会 場】 えにあす（恵庭市緑町2丁目1-1）

※ 詳細は、対象者へ送付する案内をご覧ください。

## 乳幼児健診

対象者には概ね1カ月前までに日程と受付時間のご案内を郵送いたします。【会場：えにあず（恵庭市緑町2丁目1-1）】

事業	受付時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
		対象者(子どもの生年月日)											
3~4か月児健診	12:30~13:30	23日(火)	21日(火)	18日(火)	16日(火)	21日(水)	17日(火)	16日(水)	12日(火)	17日(火)	14日(火)	18日(火)	11日(火)
		令和5年 12月生	令和6年 1月生	令和6年 2月生	令和6年 3月生	令和6年 4月生	令和6年 5月生	令和6年 6月生	令和6年 7月生	令和6年 8月生	令和6年 9月生	令和6年 10月生	令和6年 11月生
		11日(木)	9日(木)	6日(木)	4日(木)	8日(木)	5日(木)	3日(木)	7日(木)	5日(木)	9日(木)	6日(木)	6日(木)
9~10か月児健診	9:30~10:30	令和5年 6月生	令和5年 7月生	令和5年 8月生	令和5年 9月生	令和5年 10月生	令和5年 11月生	令和5年 12月生	令和6年 1月生	令和6年 2月生	令和6年 3月生	令和6年 4月生	令和6年 5月生
		18日(木)	16日(木)	20日(木)	18日(木)	22日(木)	19日(木)	17日(木)	14日(木)	19日(木)	16日(木)	20日(木)	13日(木)
		令和4年 9月生	令和4年 10月生	令和4年 11月生	令和4年 12月生	令和5年 1月生	令和5年 2月生	令和5年 3月生	令和5年 4月生	令和5年 5月生	令和5年 6月生	令和5年 7月生	令和5年 8月生
1歳6か月児健診 歯科健診	9:15~10:30 12:30~13:00	16日(火)	14日(火)	4日(火)	9日(火)	6日(火)	3日(火)	8日(火)	5日(火)	10日(火)	7日(火)	4日(火)	4日(火)
		24日(水)	29日(水)	26日(水)	24日(水)	28日(水)	25日(水)	23日(水)	27日(水)	25日(水)	29日(水)	26日(水)	19日(水)
		令和3年 3月生	令和3年 4月生	令和3年 5月生	令和3年 6月生	令和3年 7月生	令和3年 8月生	令和3年 9月生	令和3年 10月生	令和3年 11月生	令和3年 12月生	令和4年 1月生	令和4年 2月生

### 5歳児相談 【予約制】

小学校入学に向けて、発達や生活習慣、関わり方について一緒に考え、相談できる機会です。

**【対象】**

平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれのお子さん  
※ 対象者には事前にご案内を郵送します。

**【日程】** 7/30(火) 8/9(金) 9/10(火)  
10/29(火)

**【会場】** 恵庭市民会館（恵庭市新町10）



### すくすく相談 【予約制】

乳幼児の発育・発達・生活習慣などについて、保健師・栄養士・歯科衛生士が相談をお受けします。

**【日程】** 4/26(金) 5/31(金) 6/28(金)  
7/26(金) 8/30(金) 9/27(金)  
10/25(金) 11/29(金) 12/20(金)  
1/31(金) 2/28(金) 3/25(火)

**【時間】** 13:30 ~ 15:00

**【会場】** えにあず（恵庭市緑町2丁目1-1）



### フッ素塗布

### 乳幼児歯科けんしん

実施場所	えにあず（恵庭市緑町2丁目1-1）	
対象	歯が4本以上生えてから就学前までの幼児	就学前の乳幼児（保護者の方も簡単な健診できます。）
内容	フッ素塗布と歯磨き指導	歯科医師の健診
持ち物	母子健康手帳・歯ブラシ2本（仕上げ磨き用とお子様用）	母子健康手帳
料金	400円	無料
予約方法	Web予約または電話	

詳細、WEB予約はこちらから ▶



予防接種・健康カレンダーの詳細については、下記よりご確認ください。

予防接種について



健康カレンダー



お問い合わせは、恵庭市保健センターまで  
☎ 0123-25-5700