

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）
または本人確認ができるもの（運転免許証等）



妊婦教室【予約制】

内容		日時			
		時間 10：00～12：00			
		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。			
①ウェルカム♡マタニティクラス ・妊娠中のからだのこと（保健師） ・ダイジェスト版 恵庭市子育て情報（保健師） ・子育て支援センター かしわ（見学・交流） ・妊娠中の食事のこと（管理栄養士）	1 回目	令和7年 6/5 (木)	8/6 (水)	11/25 (火)	令和8年 2/24 (火)
②ハッピー♡マタニティクラス ・妊娠中の歯のこと（歯科衛生士） ・出産・母乳育児について（助産師） ・恵庭市子育て情報（保健師）	2 回目	令和7年 6/16 (月)	9/1 (月)	12/8 (月)	令和8年 3/2 (月)
会場：1回目 生涯学習施設かしわのもり（恵庭市大町1丁目5-7） / 2回目 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。

4/21（月）	5/26（月）
6/30（月）	7/28（月）
8/25（月）	9/29（月）
10/27（月）	11/17（月）
12/15（月）	1/26（月）
2/16（月）	3/16（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：市役所 えにわっこ応援センター
（恵庭市京町1番地）



両親教室【予約制】

内 容		日 時			
		時間 10：00～12：30			
		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。			
・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		7/5（土）	9/20（土）	12/20（土）	令和8年春予定
		《申し込み期間》			
		4/28(月)～ 6/30(月)	7/22(火)～ 9/16(火)	10/20(月)～ 12/15(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か月頃までに、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・発達と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】

管理栄養士・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します。

※ 詳細は、対象者へ送付する案内をご覧ください。

時 間 10：00 ～ 11：30

4/16（水） 6/24（火） 8/26（火）

10/21（火） 12/16（火） 2/18（水）

会 場：えにあす（恵庭市緑町2丁目1-1）

乳幼児健診

対象者には概ね1か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：えにあす（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	12:30～13:45	22日(火)	20日(火)	17日(火)	15日(火)	19日(火)	16日(火)	14日(火)	18日(火)	9日(火)	13日(火)	17日(火)	17日(火)
		令和6年 12月生	令和7年 1月生	令和7年 2月生	令和7年 3月生	令和7年 4月生	令和7年 5月生	令和7年 6月生	令和7年 7月生	令和7年 8月生	令和7年 9月生	令和7年 10月生	令和7年 11月生
9～10か月児健診	9:15～10:30	10日(木)	8日(木)	12日(木)	3日(木)	7日(木)	4日(木)	2日(木)	6日(木)	4日(木)	8日(木)	5日(木)	5日(木)
		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	令和6年 12月生	令和7年 1月生	令和7年 2月生	令和7年 3月生	令和7年 4月生	令和7年 5月生
1歳6か月児健診 歯科健診	9:15～10:45	17日(木)	15日(木)	19日(木)	17日(木)	21日(木)	18日(木)	16日(木)	20日(木)	18日(木)	15日(木)	19日(木)	19日(木)
		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	令和6年 6月生	令和6年 7月生	令和6年 8月生
3歳児健診 歯科健診	12:30～13:45	15日(火)	13日(火)	3日(火)	8日(火)	5日(火)	9日(火)	7日(火)	11日(火)	2日(火)	6日(火)	3日(火)	3日(火)
		23日(水)	28日(水)	25日(水)	23日(水)	27日(水)	24日(水)	22日(水)	26日(水)	24日(水)	28日(水)	25日(水)	18日(水)
		令和4年 3月生	令和4年 4月生	令和4年 5月生	令和4年 6月生	令和4年 7月生	令和4年 8月生	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

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】

令和2年4月2日～令和3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。

7/29
(火)

8/8
(金)

9/2
(火)

10/24
(金)

会場：恵庭市民会館（恵庭市新町10）



すくすく相談 【予約制】

時間：13:30～15:00

4/24
(木)

5/29
(木)

6/26
(木)

7/31
(木)

8/28
(木)

9/25
(木)

10/30
(木)

11/28
(金)

12/22
(月)

1/29
(木)

2/26
(木)

3/23
(月)

乳幼児の発育・発達・生活習慣などについて、保健師・管理栄養士・歯科衛生士が相談をお受けします。身長・体重の測定も行っています。

会場：えにあす（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	えにあす（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（保護者の方も簡易な健診できます。）
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	オンライン申込	

詳細、オンライン申込はこちらから



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