令和５年度 恵那市母子健康カレンダー

新型コロナウイルス感染症対策で密を避けるため、受付時間をわけさせていただいています。
受付時間は、郵送等でご案内します。

★該当する日程・会場以外で受診を希望される場合は、事前に連絡をお願いします。　☎ 26-2111（内線 288）

	事業名	おもな内容	持ち物等	会場	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
乳幼児健診・教室・相談	4か月児健診 (受付時間) 午後1:00～	身体計測 問診 栄養相談 小児科医による診察 恵那の木ファーストマイスプーン事業	母子健康手帳 すくすくガイド ・4か月児健診アンケート ・生活リズム表 バスタオル ご案内文(体調チェック)	対象	R4.11月生	R4.12月生	R5.1月生	R5.2月生	R5.3月生	R5.4月生	R5.5月生	R5.6月生	R5.7月生	R5.8月生	R5.9月生	R5.10月生
				恵那会場(保健センター)	4日(火)	9日(火)	2日(金)	11日(火)	1日(火)	5日(火)	6日(金)	7日(火)	5日(火)	17日(水)	6日(火)	5日(火)
	7か月児教室 (受付時間) 午前9:00～	身体計測 問診 離乳食相談 ブックスタート 歯のはなし	母子健康手帳 すくすくガイド ・7か月児教室アンケート ・生活リズム表 バスタオル ご案内文(体調チェック)	対象	R4.8月生	R4.9月生	R4.10月生	R4.11月生	R4.12月生	R5.1月生	R5.2月生	R5.3月生	R5.4月生	R5.5月生	R5.6月生	R5.7月生
				恵那会場(保健センター)	14日(金)	19日(金)	16日(金)	21日(金)	18日(金)	15日(金)	20日(金)	17日(金)	15日(金)	19日(金)	20日(火)	15日(金)
	1歳児教室 (受付時間) 午前9:00～	身体計測 問診 栄養相談 歯みがき指導	母子健康手帳 すくすくガイド ・1歳児教室アンケート ・生活リズム表 バスタオル ご案内文(体調チェック)	対象	R4.3月生	R4.4月生	R4.5月生	R4.6月生	R4.7月生	R4.8月生	R4.9月生	R4.10月生	R4.11月生	R4.12月生	R5.1月生	R5.2月生
				恵那会場(保健センター)	7日(金)	12日(金)	9日(金)	14日(金)	8日(火)	6日(水)	13日(金)	10日(金)	8日(金)	12日(金)	9日(金)	8日(金)
	1.6歳児健診 (受付時間) 午後1:00～	身体計測 問診 栄養相談 内科健診 親子歯科健診 フッ素塗布(希望者)	母子健康手帳 すくすくガイド ・1歳6か月児健診アンケート ・生活リズム表 ご案内文(体調チェック)	対象	R3.9月生	R3.10月生		R3.11～12月生		R4.1～2月生	R4.3月生	R4.4/1～5/15生		R4.5/16～6/30生	R4.7月生	R4.8月生
				恵那会場(保健センター)	18日(火)	17日(水)		18日(火)		19日(火)	17日(火)	22日(水)		16日(火)	21日(水)	19日(火)
				対象	R3.7～9月生			R3.10～12月生			R4.1～3月生			R4.4～6月生		
				岩村会場(岩村保健センター)	26日(水)			26日(水)			25日(水)			31日(水)		
	2歳児教室 (受付時間) 午前8:50～	身体計測 問診 栄養相談 歯科健診 歯みがき指導 フッ素塗布(希望者)	母子健康手帳 すくすくガイド ・2歳児教室アンケート ・生活リズム表 ご案内文(体調チェック)	対象		R3.3～4月生	R3.5月生	R3.6月生	R3.7月生	R3.8月生	R3.9月生	R3.10月生	R3.11月生	R3.12月生		R4.1～2月生
				恵那会場(保健センター)		10日(水)	14日(水)	5日(水)	9日(水)	13日(水)	11日(水)	15日(水)	6日(水)	24日(水)		6日(水)
				対象			R3.3～5月生			R3.6～8月生			R3.9～11月生			R3.12～R4.2月生
				岩村会場(岩村保健センター)			21日(水)			20日(水)			13日(水)			13日(水)
	3歳児健診 (受付時間) 午後1:00～	身体計測 問診 栄養相談 内科健診 歯科健診 目の検査 フッ素塗布(希望者)	母子健康手帳 すくすくガイド ・3歳児健診アンケート ・生活リズム表 ・歯科アンケート ※目・耳アンケート ※検尿容器 ※ご案内文(体調チェック) ※3歳児(保護者)の食生活等実態調査は健診1か月前に郵送します	対象	R2.3月生	R2.4月生	R2.5月生	R2.6月生	R2.7月生	R2.8月生		R2.9/1～10/15生	R2.10/16～11/30生		R2.12～R3.1月生	R3.2月生
				恵那会場(保健センター)	19日(水)	30日(火)	20日(火)	19日(水)	23日(水)	27日(水)		28日(火)	27日(水)		28日(水)	27日(水)
				対象		R2.2～4月生			R2.5～7月生			R2.8～10月生			R2.11～R3.1月生	
				岩村会場(岩村保健センター)		26日(金)			25日(金)			21日(火)			16日(金)	
	乳幼児なんでも相談 (受付時間) 恵那　午前9:30～11:00 午後1:00～3:00 岩村　午前9:00～10:30 要予約	身体計測 保健師、管理栄養士、歯科衛生士による相談	母子健康手帳 バスタオル 歯みがき指導をご希望の方は、普段使っているハブラシをお持ちください。	恵那会場(保健センター)	21日(金)	31日(水)	30日(金)	28日(金)	30日(水)	29日(金)	27日(金)	29日(水)	20日(水)	26日(金)	27日(火)	29日(金)
				岩村会場(岩村保健センター)	26日(水)	26日(金)	28日(水)	26日(水)	25日(金)	22日(金)	25日(水)	21日(火)	22日(金)	31日(水)	16日(金)	22日(金)
	BCG予防接種 (受付時間) 午後1:10～1:25 要予約	【対象】 生後5か月～8か月	母子健康手帳 予診票 バスタオル ご案内文(体調チェック) ※「予防接種と子どもの健康」を事前にお読みください	恵那会場(保健センター)	11日(火)	16日(火)	13日(火)	4日(火)	8日(火)	6日(水)	4日(水)	8日(水)	12日(火)	10日(水)	14日(水)	12日(火)

新型コロナウイルス感染症拡大予防のため

★内容を一部縮小して実施しています
★感染状況により、事業が中止となる場合があります
★乳幼児健診・教室等の対象の方には、事前に案内を郵送または健診・教室等で配布します

情報を発信中

恵那市子育てサイト「えなっ宝」

恵那市公式アプリ
えーなび
iPhone版　android版

母子健康手帳、BCG予防接種、乳幼児なんでも相談、元気プラザの予約ができるんだナ

子育てなんでも相談

えなっ宝ほっとステーション
☎ 0573-22-9137（直通）
恵那市役所子育て支援課内

妊娠・出産への不安や子育てに悩むお父さん・お母さんとそのご家族の総合相談窓口です。
保健師・家庭児童相談員などの専門職員もいます。
どんなことでもお気軽にご相談ください。

子どもを少し預けたい どうしたらいいの？
子育ての不安・悩み 誰かと話したい
子どもと遊べる場所 近所にあるかな？

恵那市公式キャラクター「エーナ」

★母子健康手帳交付★

要予約

（会　場）恵那市保健センター
（日　時）毎週木曜日　午前9:00/9:30/10:00/10:30
（持ち物）下記をお持ちください
①妊娠届出書
②マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード＋運転免許証
③通帳またはキャッシュカード（妊婦さんご自身名義の振り込み先）

※都合が悪い場合や電話予約の場合は、下記までご連絡ください。

★妊婦さん相談日★

予約優先

出産前後のサポートがない…、子どもが育てられるか不安…など悩み・不安を助産師や保健師に相談してみませんか？
（会　場）恵那市保健センター
（日　時）毎週木曜日　午後1:00～3:00

★たまご学級（妊婦教室）★

要予約

【内容】・赤ちゃんと母乳の話、妊娠中のおっぱいマッサージについて（助産師）
・こころを育てる妊娠中の生活、妊婦さんの交流、サービス・制度のはなし（家庭教育推進専門職等）
・妊娠中の歯のはなし、子どもの歯について（歯科衛生士）

（日にち）令和5年 6 月～令和5年 8 月予定日の方　4 月28日（金曜日）
令和5年 9 月～令和5年11月予定日の方　8 月18日（金曜日）
令和5年12月～令和6年 2 月予定日の方　11月17日（金曜日）
令和6年 3 月～令和6年 5 月予定日の方　2 月 2 日（金曜日）
（会　場）恵那市保健センター
（時　間）午後1:15～3:15
（持ち物）母子健康手帳、筆記用具

★オンライン相談★

オンライン相談をZOOMミーティングで実施します。
相談時間：午前9:00～午後3:00のうち、30分程度
申し込み：kenko@city.ena.lg.jp までメールで申込みください。
件名に「オンライン相談希望」、本文に「相談希望日時・相談内容・お子さんの名前と生年月日・電話番号」を入力ください。
※相談を希望された日時が難しい場合、健幸推進課から連絡し、日程調整をさせていただく場合があります。

予約申込み・お問い合わせ　恵那市役所　健幸推進課（恵那市保健センター）　西庁舎２階　☎ 26-2111（内線 288）