

令和5年度 保健センター事業日程表

予約受付は午前8時30分～午後5時15分（土日祝日を除く）です。
教室・ひろばを実施している各保健センターへお問い合わせください。

※ 開催2時間前に暴風警報および台風に伴う大雨警報が発令されている場合は中止します。また、大雨、大雪、風雪等天候により予告なく中止する場合があります。中止の場合は、津市のホームページに掲載しますので、事前にご確認をお願いします。

詳細はこちらを



津市 母子日程表

妊産婦教室

| 教室名 | 対象者 | 時間 | 内容 | 会場 | 2023年 | | | | | | | | | | | | 2024年 | | |
|---------------------------------|-------------|------------------------|---|----------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|-------|--|--|
| | | | | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | | | |
| マタニティ倶楽部 ※要申込み 前月の20日から開始 | 妊婦とそのパートナー | 10:00～11:45 (定員15組) | ①妊娠中に心がけたいお口の健康とバランス食 (歯科衛生士・栄養士) ②妊娠中から心がけること、出産について考えてみよう (助産師) ③赤ちゃんとの暮らし・子育て絵本 (保健師・図書館職員) | 中央保健センター | ① 12水 | | ③ 21水 | | ② 9水 | | ① 10火 | | ③ 13水 | | ② 13火 | | | | |
| | | | | 久居保健センター | | ② 24水 | | ① 19水 | | ③ 13水 | | ② 14火 | | ① 24水 | | ③ 11月 | | | |
| さくらんぼ教室 ※要申込み | 多胎児妊産婦とその家族 | 10:00～11:45 | 赤ちゃんを迎える準備について・先輩ママにきいてみよう 双子ちゃん、三つ子ちゃん等、多胎児親子のひろば | 中央保健センター | | 9火 | | | | | | 15水 | | | | | | | |
| ジェミニキッズ ※申込み不要 | | | | | 9火 | | 12水 | | 12火 | | 15水 | | 9火 | | 13水 | | | | |
| マタニティオンライン相談 ※津市ホームページより申込み | 妊婦とそのパートナー | 9:30～11:30 | 1人30分枠（相談開始時間は予約時にご相談いたします） | オンライン | 25火 26水 | 23火 31水 | 27火 28水 | 25火 26水 | 23火 29水 | 26火 27水 | 27金 31火 | 21火 28水 | 26火 27水 | 23火 31水 | 27火 28水 | 26火 27水 | | | |

離乳食教室

※要申込み(予約開始日は広報津をご確認ください)

| 教室名・対象者 | 時間 | 内容 | 会場 | 2023年 | | | | | | | | | | | | 2024年 | | |
|-------------------------------|------------------------|--|----------|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|--|--|
| | | | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | | | |
| 初期 | 10:00～11:00 (定員15組) | 離乳食スタートの進め方・基本的な調理のポイント 調理体験 グループ交流 | 一志保健センター | 19水 | | 21水 | 19水 | | 20水 | 18水 | 22水 | | | | | 27水 | | |
| 妊婦、離乳食開始前または開始したばかりの乳児を持つ保護者 | | | 安濃保健センター | | 19金 | | | | 20金 | | | | | | | | | |
| | | | 芸濃保健センター | | | 5月 | | 21月 | | | | | 18月 | 12金 | 19月 | | | |
| 中期 | | 7か月前後からの離乳食の進め方・とりわけ離乳食 グループ交流・ミニ講話 | 中央保健センター | | | 9金 | | | 13水 | | | 12火 | | | | 12火 | | |
| 離乳食開始後1か月頃からの乳児を持つ保護者 | | 離乳食の3回食が進まない時の進め方ポイント とりわけ離乳食・困った時の調理工夫 グループ交流 | 中央保健センター | 11火 | | | | | | 11水 | | | | | | | | |
| 後期 | 久居保健センター | | | 17水 | | 11火 | | 26火 | | 8水 | | 17水 | | 13水 | | | | |
| 離乳食に不安がある、生後10か月頃からの乳幼児を持つ保護者 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

子育てひろば ～つぼみん(津市母子保健推進員)の子育てひろば～

| 教室名・開催曜日 | 時間 | 内容 | 会場 | 2023年 | | | | | | | | | | | | 2024年 | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|----------|-------|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|-------|--|--|
| | | | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | | | |
| 中央エンジェル・月 ※要申込み 実施月の1日から開始 | 10:00～11:30 (上記時間内で二部制に分けて実施します) | お友達を探している子育て中の方、出かけてみましょう！ | 中央保健センター | 24 | 22 | 26 | 24 | 28 | 25 | 23 | 27 | 25 | 22 | 26 | 25 | | | |
| 一志エンジェル・火 ※要申込み 前月の15日から開始 | 10:00～11:00 | 手作りおもちゃなどを作って、みんなで遊びましょう！ | 一志保健センター | 18 | 16 | 20 | 18 | / | 19 | 17 | 21 | 19 | 16 | 20 | 26 | | | |
| 芸濃ぷっちママサロン・金 ※申込み不要 | 10:30～11:30 | 子どもをもつ親同士ゆっくりお話ししませんか！ | 芸濃保健センター | 21 | 19 | 16 | 21 | 18 | 15 | 20 | 17 | 15 | 19 | 16 | 15 | | | |

令和5年度 保健センター事業日程表

のびのび身体計測 受付時間:午前9時30分～ ※要申込み

内容: 赤ちゃんの身長・体重計測ができます。

～予約について～

- ✿・・・実施月の1日から開始
 - ☆・・・実施月の前月15日から開始
- 予約開始日が土日祝日の場合は翌営業日から開始します。
(受付時間は午前8時30分～午後5時15分です)



| 場所 | 予約開始日 | 2023年 | | | | | | | | | | 2024年 | | | 定員(組) |
|------------|-------|-------|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|-------|----|----|-------|
| | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | | |
| 中央保健センター | ✿ | 14 | 19 | 16 | 21 | 18 | 15 | 20 | 17 | 15 | 19 | 16 | 15 | 45 | |
| 久居保健センター | ☆ | 5 | 10 | 19 | 5 | 2 | 6 | 4 | 1 | 6 | 10 | 7 | 6 | 45 | |
| 河芸保健センター | ✿ | 26 | | | | 23 | | 25 | | 27 | | 28 | | 25 | |
| 芸濃保健センター | ☆ | | 9 | | 11 | | 12 | | 14 | | 9 | | 12 | 20 | |
| 美里社会福祉センター | ☆ | 3 | 1 | | 3 | | 4 | | 6 | | 15 | | 4 | 14 | |
| 安濃保健センター | ☆ | 7 | | 9 | | 9 | | 6 | | 8 | | 9 | | 20 | |
| 香良洲保健センター | ✿ | | 22 | | 24 | | 25 | | 27 | | 22 | | 25 | 15 | |
| 一志保健センター | ☆ | | 16 | | 18 | | 19 | | 21 | | 16 | | 26 | 20 | |
| 白山保健センター | ☆ | | 17 | | 12 | | 13 | | 8 | | 17 | | 13 | 20 | |
| 美杉保健センター | ✿ | 28 | | 23 | | 18 | | 27 | | 22 | | 16 | | 10 | |

保健センター連絡先

市外局番 (059)

| | |
|-----------|----------|
| 中央保健センター | 229-3164 |
| 久居保健センター | 255-8864 |
| 河芸保健センター | 245-1212 |
| 芸濃保健センター | 266-2520 |
| 安濃保健センター | 268-5800 |
| 美里保健センター | 279-8128 |
| 香良洲保健センター | 292-4183 |
| 一志保健センター | 295-0112 |
| 白山保健センター | 262-7294 |
| 美杉保健センター | 272-8089 |

すくすく健康相談 受付時間:午前9時30分～ ※要申込み

♪中央、久居会場は午後1時30分～

保健師、栄養士の相談を下記の日程で実施します。歯科衛生士の相談は○の日に実施します。

| 場所 | 予約開始日 | 2023年 | | | | | | | | | | 2024年 | | | 定員(組) |
|------------|-------|-------|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|-------|----|----|-------|
| | | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | | |
| ♪中央保健センター | ✿ | 14 | 19 | 16 | 21 | 18 | 15 | 20 | 17 | 15 | 19 | 16 | 15 | 20 | |
| ♪久居保健センター | ☆ | 5 | 10 | 19 | 5 | 2 | 6 | 4 | 1 | 6 | 10 | 7 | 6 | 20 | |
| 河芸保健センター | ✿ | | | 28 | 26 | | 27 | | 22 | | 24 | | 27 | 20 | |
| 芸濃保健センター | ☆ | 11 | | 6 | | 8 | | 10 | | 12 | | 13 | | 20 | |
| 美里社会福祉センター | ☆ | | | 5 | | 7 | | 2 | | 4 | | 5 | | 10 | |
| 安濃保健センター | ☆ | | 12 | | 14 | | 8 | | 10 | | 12 | | 8 | 20 | |
| 香良洲保健センター | ✿ | | 22 | | 24 | | 25 | | 27 | | 22 | | 25 | 15 | |
| 一志保健センター | ☆ | 18 | | 20 | | 15 | | 17 | | 19 | | 20 | | 20 | |
| 白山保健センター | ☆ | | 17 | | 12 | | 13 | | 8 | | 17 | | 13 | 20 | |
| 美杉保健センター | ✿ | 28 | | 23 | | 18 | | 27 | | 22 | | 16 | | 10 | |

