



育児カレンダー



R3年度
(2021)

これらの行事に参加される方は新型コロナウイルス感染症チェックリストを確認の上、ご来場下さい。
※ご案内用紙、光市ホームページ参照

行事	場所	R3年 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R4年 1月	2月	3月	対象・時間・内容など
離乳食教室	あいぱーく光		14 (金)		14 (水)		15 (水)		17 (水)		13 (木)		15 (火)	●対象 3~4か月児 ●時間 10:30~11:30 ※要予約 ●内容 離乳食のお話・サークル紹介 ●持参品 母子健康手帳・ご案内用紙
対象児 生まれ月			R3 1・2		R3 3・4		R3 5・6		R3 7・8		R3 9・10		R3 11・12	
1歳児・2歳児 お誕生相談 歯の健康相談		8 (木) AMのみ	6 (木) AMのみ	10 (木)	1 (木)	5 (木)	9 (木)	7 (木)	4 (木)	2 (木)	6 (木)	3 (木)	3 (木)	●対象 1歳・2歳のお誕生日を迎える児 ●時間 10:00~11:00 13:30~14:30 ※要予約 ●内容 身体計測・育児相談・母乳相談・歯の健康相談・栄養相談 ●持参品 母子健康手帳・ご案内用紙
		19 (月) AMのみ	18 (火) AMのみ	16 (水) AMのみ	20 (火) AMのみ	19 (木)	17 (金) AMのみ	18 (月)	19 (金)	20 (月)	19 (水) AMのみ	17 (木)	18 (金)	
成人歯科健診 ふれあい歯科健診				10 (木)	1 (木)	5 (木)	9 (木)	7 (木)	4 (木)	2 (木)	6 (木)	3 (木)	3 (木)	●対象 市民 ◎成人歯科健診(歯科医師)対象:乳幼児の保護者・妊産婦・40歳以上の成人 ◎ふれあい歯科健診(歯科医師) 対象:何らかの障害をお持ちの方※要予約 ●受付時間 13:30~14:30 ●内容 歯科医師によるう蝕・歯周病検診・歯科衛生士による歯科相談 ●持参品 健康手帳(お持ちの方)
食育相談		19 (月)	18 (火)	16 (水)	20 (火)	19 (木)	17 (金)	18 (月)	19 (金)	20 (月)	19 (水)	17 (木)	18 (金)	●対象 市民の方などでも ●時間 9:00~15:00(※要予約・1人1時間以内) (左記の日以外でも調整可能) ●内容 離乳食・幼児食・食生活の相談など ●持参品 母子健康手帳(妊産婦、乳幼児)
3歳児健診	23 (金)		18 (金)		20 (金)		15 (金)		17 (金)		18 (金)		●対象 3歳5、6か月児 ●受付時間 12:40~13:40 ●内容 身体計測・小児科診察・歯科健診・栄養相談 ●持参品 母子健康手帳・健康診査票(事前に配布)・尿・ご案内用紙	
対象児 生まれ月	H29 10・11		H29・12 H30・1		H30 2・3		H30 4・5		H30 6・7		H30 8・9			
癒しの カウンセリング		27 (火)	25 (火)	22 (火)	21 (水)	24 (火)	21 (火)	26 (火)	24 (水)	21 (火)	25 (火)	15 (火)	22 (火)	●対象 市民の方などでも ●時間 13:30~15:30(※前日午前中まで要予約) 1人1時間程度 ●内容 公認心理師等による心の健康相談(カウンセリング) 1人で悩まず、相談してみませんか? ※心の病気で治療中の方は除く。

※やむをえず日程等変更する場合がありますので、広報等でご確認ください。

1か月児・3か月児・7か月児・
1歳6か月児健康診査は医療機関
で受けましょう。
※1歳6か月児健康診査は
小児科医療機関と歯科医療機関
での受診を忘れずに!



のびのび相談※要予約
お子さん(未就学児)の言葉や情緒
面の発達、遊び方や行動などで心配
なことがある保護者とお子さんを対
象に、公認心理師等がお子さんの様
子を見させていただき、お子さんと
の関わり方等の参考になるアドバイ
スをします。
ご希望の方は、下記(光市健康推進
課)へご連絡下さい。



光市健康推進キャラクター
光市朝ごはん部 部長
ラビィート

子育て何でも相談
育児の悩みやお子さんの気になることなど何でも遠慮なくご相談下さい。お待ちしております。
●来所相談(育児・計測・栄養・歯科相談等)
場所:あいぱーく光健康増進課9窓口
時間:平日(年末年始除く)9:00~12:00 13:00~17:00
保健師・管理栄養士・歯科衛生士等が対応しておりますが、不在のこともありますので、
事前連絡の上来所をお勧めします。
●電話相談 おっぱい相談電話(0833)74-1108

- 夜なかなか寝てくれない...
- 体重はちゃんとふえているかな?
- ごはん(離乳食)を食べてくれない...
- ことばが気になるけどどうしたらいい?

各種保健サービスの支援活動として
母子保健推進員による訪問を行っています。
担当は _____ です。
(TEL _____)

