

☆印の会場：稲城市保健センター 1F
★印の会場：稲城市保健センター 2F

ご予約・お問い合わせ およこ包括支援センター

☎042 - 378 - 3434

はじめて出産する方の学級

妊娠・出産・赤ちゃんのお世話などについて基本的な知識を学ぶ教室です。2日間コースですが、1日のみの受講もできます。

★【マタニティ教室（母親学級）】（☎予約制 定員10名）

対象：初産婦さん（パートナーの方も参加できる場合がありますのでご相談ください）

内容：日程

1日目：妊娠中に必要な栄養の話、妊娠中だからこそ気を付けたい歯の話、出産の経過とママの体の変化・
お産の経過・乳房の手入れの話

5/10 7/5 9/6 11/8 1/10 3/7（金曜日） 午後1時15分～3時30分（午後1時より受付）

2日目：赤ちゃんとの生活のお話、市内のあそび場・利用できるサービスの紹介、お風呂の入れ方

5/24 7/19 9/20 11/29 1/24 3/21（金曜日） 午後1時15分～3時30分（午後1時より受付）

★【パパ・ママ教室（両親学級）】（☎予約制 定員12組：開催前々月の1日（土・日・祝の場合は翌開庁日）より予約受付 （5/25開催分のみ4/2予約開始） 午前9時～開催10日前まで

対象：初産婦さんとそのパートナーの方

内容：保健師の話、お風呂の入れ方、妊婦体験、市内母子サービスのご案内

日程：5/25 7/20 9/21 11/30 1/25 3/22（土曜日）

時間：午前10時～12時（9時45分より会場受付開始）



妊婦の健康診査・赤ちゃん訪問など

★【妊婦さん面接】（予約制：前月15日より受付開始）

妊娠届出時や母子健康手帳の交付を受けた妊娠中の市民の方が、これから出産・子育てを迎えるために、安心して準備ができるよう保健師等が面接させていただきます。子育ての準備や上の子の対応などぜひ相談ください。面接は事前予約制で平日と土曜日（年6回）に受けられます。面接時間は30分程度です。妊婦さん面接をした方には育児パッケージ（カタログギフト1万円分）、妊娠ギフト（電子カタログギフト5万円分：出産・子育て応援事業）をお渡しします。体調不良等で自宅安静や入院中の方はオンライン面接ができます。

【妊婦健康診査受診票】・【新生児聴覚検査受診票】（東京都内指定医療機関にて個別受診）

対象：稲城市在住の妊婦の方、新生児

回数：妊婦健康診査14回、妊婦子宮頸がん検査1回、妊婦超音波検査4回、新生児聴覚検査1回

受診票の交付：妊娠届出時に配布 ※「母と子の保健バッグ」の中に封入してあります。

※上記に加え、多胎妊婦の方を対象に、健康診査15回目以降にかかった受診費用の一部を助成します。

☆【妊婦歯科健康診査・歯科保健相談】（☎予約制 定員12名）

対象：安定期に入った妊婦さん

内容：歯科医師による診察、歯科衛生士によるブラッシング等の個別相談

日程：4/12 5/10 6/7 7/5 9/6 10/4 11/8 12/6 1/10 3/7（金曜日） 受付：午後1時20分～

【妊婦・赤ちゃん訪問】

対象：〔妊婦訪問〕 ご希望の妊婦さん

〔赤ちゃん訪問〕 生後4か月までの赤ちゃんがいる全てのご家庭

内容：妊娠・出産や子育てに関する不安を軽減するために助産師や保健師が訪問し助言を行います。

赤ちゃん訪問を受けていただいた方には、赤ちゃんギフト（電子カタログギフト10万円分：国及び東京都出産・子育て応援事業）をお渡しします。

【産後ケア事業（宿泊型）】（利用希望の方は事前に☎で要相談）

対象：生後4か月未満の乳児とママであり、出産後に家族等から十分な家事育児等の援助を受けられない方

内容：育児全般の相談や乳房ケア、ママの体調相談など

その他：宿泊日数に応じ、利用料金が発生します。

乳幼児の学級・講習会等

★【離乳食調理講習会】（オンライン予約制 定員24名 詳しくは「3～4か月児健康診査」の通知をご覧ください。）

対象：生後5～6か月の初めてのお子さんをもつ保護者を優先

内容：離乳食（初期食・中期食）の進め方の話、調理の実演（10倍がゆ、野菜ペースト）、試食、育児相談

日程：4/22 5/13 6/10 7/8 8/5 9/9 10/7 11/11 12/9 1/20 2/10 3/10（月曜日）

☆【親子歯みがき教室】（☎予約制 042-378-3421 定員15名）

対象：生後7か月から10か月の初めてのお子さんと保護者

内容：お子さんの歯みがきの仕方や虫歯予防、食べ方、育児相談

日程：4/10 5/15 6/12 7/10 9/11 10/16 11/13 12/11 2/19 3/12（水曜日）

★【ふたごの会】（☎予約制）

対象：双子など多胎出生の乳幼児と保護者（妊婦さん含む）

内容：多胎ならではの子育て情報を交換したり、子育ての悩みなどを話したり交流する場です。

日程：5/14 7/9 9/10 11/12 1/14 3/11（火曜日）

【多胎児家庭移動支援事業】（☎予約制）

対象：0・1・2歳の多胎児を育児している世帯

内容：タクシー代として利用できる子ども商品券24,000円分をお渡しします。

その他：保健師との面談が必要（ふたごの会でも面談可能）です。面談希望日をお電話にて予約してください。



母子健康相談

- ☆【母子健康相談（母乳・栄養・育児相談）】 午前9時～11時（☎予約制：前月20日～開催日2日前までに受付）
 内容：母や子の健康に関する相談を行っています。
 日程：4/12 5/10 6/7 7/5 8/2 9/6 10/4 11/8 12/6 1/10 2/7 3/7（金曜日）
 ※電話でのご相談は随時受け付けています

乳幼児健康診査等

- ☆【3～4か月児健康診査】（個人通知）
 内容：予診・身体計測・診察（小児科）・栄養相談・育児相談・母乳相談
 日程：（受付 午後1時～1時55分）

4月2日・9日・16日・23日	7月2日・9日・16日・23日	10月1日・8日・15日・29日	1月7日・14日・21日
5月7日・14日・21日	8月6日・20日・27日	11月5日・12日・26日	2月4日・18日・25日
6月4日・11日・18日	9月3日・10日・17日	12月3日・10日・17日・24日	3月4日・11日・18日

- ☆【6～7か月児・9～10か月児 健康診査】（東京都内指定医療機関にて個別健診）

対象：6～7か月児 1回 9～10か月児 1回

受診票の交付：3～4か月児健康診査時に配付します

内容：問診・身体計測・診察

※稲城市内の指定医療機関は、P.9をご覧ください

- ☆【1歳児歯科健康診査（第1子・多胎児が対象）】（個人通知）

内容：診察（歯科）・歯科相談・ブラッシング指導・食べ方相談

日程：（受付 午前9時20分～10時10分）

4月11日・18日	7月4日・11日	10月10日・17日	1月16日・23日
5月9日・16日	8月22日・29日	11月7日・14日	2月6日・13日
6月6日・20日	9月12日・26日	12月5日・12日	3月6日・19日



- ☆【1歳プレゼント】（個人通知）

内容：1歳の誕生日を迎えられたお子さんを育てている家庭を対象に、育児アンケートを送付し、回答いただいた家庭へ1歳プレゼント（子ども商品券6万円（R5年度出生者）、1万円分（R4年度出生者））をお渡しします。

対象：1歳の誕生日時点及びアンケート提出日（提出期限：2歳誕生日前日）時点において、稲城市に住民票があるお子さん

- ☆【1歳6か月児健康診査】（個人通知）

内容：予診・身体計測・診察（小児科・歯科）・栄養相談・育児相談・心理相談

日程：（受付 午後1時～1時55分）

4月10日・17日・24日	7月3日・10日・17日	10月9日・16日・22日・30日	1月8日・15日・22日・28日
5月8日・15日・28日・29日	8月21日・28日	11月6日・13日・27日	2月12日・19日
6月12日・19日・25日	9月4日・11日・18日・24日	12月11日・18日・25日	3月5日・12日・19日・25日



- ☆【2歳児・2歳6か月児歯科健康診査（歯科のみ）】（予約制）

申込：対象月前月の16日から電話予約（対象月、日程はHPをご覧ください。）

内容：診察（歯科）・歯科相談・ブラッシング指導

- ☆【3歳児健康診査】（個人通知）

内容：予診・身体計測・診察（小児科・歯科）・尿検査・視聴覚健診・栄養相談・育児相談・心理相談

日程：（受付 午後0時45分～1時40分）

4月4日・11日・18日・25日	7月4日・11日・18日・25日	10月3日・10日・17日・31日	1月9日・16日・23日・30日
5月9日・16日・30日	8月1日・8日・22日・29日	11月7日・14日・21日・28日	2月6日・13日・20日・27日
6月6日・13日・20日	9月5日・12日・19日・26日	12月5日・12日・19日	3月6日・13日・27日