

母子事業に参加される方へ

★健診や教室のご案内は、令和8年度より母子モ
アプリでの通知や提出物のオンライン化へ
順次移行していく予定です。
ご理解とご協力をお願いします。

- ・お子さんや保護者の体調が悪い場合は、次回に延期してください。

乳幼児健診

◎会場：小諸市役所 2階 保健センター

◎開始時間：午後0：40（開始時間までにお越しください。）

※健診は2～3時間かかります。

※第1駐車場をご利用の方は駐車券を会場までお持ちください。

※駐車場が混みあう場合もありますので早めにお越しください。

4か月児健診

実施日	対象児（生年月日）
4月9日（木）	令和7年11月19日～ 12月9日
5月7日（木）	令和7年12月10日～ 令和8年1月1日
5月26日（火）	令和8年1月2日～ 1月24日
6月24日（水）	令和8年1月25日～ 2月16日
7月16日（木）	令和8年2月17日～ 3月11日
8月6日（木）	令和8年3月12日～ 4月3日
9月3日（木）	令和8年4月4日～ 4月26日
9月25日（金）	令和8年4月27日～ 5月19日
10月13日（火）	令和8年5月20日～ 6月11日
11月5日（木）	令和8年6月12日～ 7月4日
12月3日（木）	令和8年7月5日～ 7月27日
12月22日（火）	令和8年7月28日～ 8月19日
1月14日（木）	令和8年8月20日～ 9月11日
2月4日（木）	令和8年9月12日～ 10月4日
3月4日（木）	令和8年10月5日～ 10月27日
3月25日（木）	令和8年10月28日～ 11月19日

【持ち物】

母子健康手帳
おたずね票
安全チェックリスト
バスタオル
おむつ
赤ちゃん手帳
ファーストブック申込用紙



【内容】

身体測定
内科診察
育児相談
食生活相談（離乳食の作り方・試食）
歯科相談（保護者対象）
絵本の紹介

10か月児健診

実施日	対象児（生年月日）
4月21日（火）	令和7年5月28日～ 6月19日
5月15日（金）	令和7年6月20日～ 7月12日
6月4日（木）	令和7年7月13日～ 8月4日
7月2日（木）	令和7年8月5日～ 8月27日
7月23日（木）	令和7年8月28日～ 9月19日
8月19日（水）	令和7年9月20日～ 10月12日
9月8日（火）	令和7年10月13日～ 11月4日
10月1日（木）	令和7年11月5日～ 11月27日
10月22日（木）	令和7年11月28日～ 12月21日
11月19日（木）	令和7年12月22日～ 令和8年1月14日
12月9日（水）	令和8年1月15日～ 2月7日
1月7日（木）	令和8年2月8日～ 3月2日
1月27日（水）	令和8年3月3日～ 3月25日
2月19日（金）	令和8年3月26日～ 4月17日
3月16日（火）	令和8年4月18日～ 5月10日

【持ち物】

母子健康手帳
おたずね票
安全チェックリスト
バスタオル
おむつ
赤ちゃん手帳
歯ブラシ（子ども用・仕上げ用）



【内容】

身体測定
内科診察
育児相談
食生活相談（離乳食の進め方）
歯科相談（RDテスト）
ファーストブックプレゼント

1歳6か月児健診(1歳8か月児対象)



【持ち物】 母子健康手帳・問診票・安全チェックリスト・バスタオル・赤ちゃん手帳・歯ブラシ(子ども用・仕上げ用)
※健診前にご案内を郵送します。

【内 容】 身体測定・内科診察・歯科診察・育児相談・食生活相談・歯科相談
にこにこおやこミニセミナー1・保育士による遊び

実 施 日	対 象 児	実 施 日	対 象 児
4月22日(水)	令和6年 8月①	9月18日(金)	令和7年 1月
4月23日(木)	令和6年 8月②	10月20日(火)	令和7年 2月
5月21日(木)	令和6年 9月①	11月24日(火)	令和7年 3月
5月22日(金)	令和6年 9月②	12月17日(木)	令和7年 4月
6月17日(水)	令和6年 10月①	1月19日(火)	令和7年 5月
6月18日(木)	令和6年 10月②	2月25日(木)	令和7年 6月
7月28日(火)	令和6年 11月	3月18日(木)	令和7年 7月①
8月26日(水)	令和6年 12月	3月19日(金)	令和7年 7月②

3歳児健診(3歳3か月児対象)



【持ち物】 母子健康手帳・問診票・目と耳のアンケート・安全チェックリスト・バスタオル・赤ちゃん手帳
歯ブラシ(子ども用・仕上げ用)・尿(当日朝とったもの)※健診前にご案内を郵送します。

【内 容】 身体測定・内科診察・歯科診察・育児相談・食生活相談・歯科相談・保育士による遊び・尿検査
視能訓練士による視覚検査

実 施 日	対 象 児	実 施 日	対 象 児
4月16日(木)	令和5年 1月①	11月25日(水)	令和5年 8月①
4月17日(金)	令和5年 1月②	11月26日(木)	令和5年 8月②
5月25日(月)	令和5年 2月	12月11日(金)	令和5年 9月
6月26日(金)	令和5年 3月	1月25日(月)	令和5年 10月①
7月22日(水)	令和5年 4月	1月26日(火)	令和5年 10月②
8月20日(木)	令和5年 5月①	2月24日(水)	令和5年 11月
8月21日(金)	令和5年 5月②	3月11日(木)	令和5年 12月①
9月28日(月)	令和5年 6月	3月12日(金)	令和5年 12月②
10月16日(金)	令和5年 7月		

【留意事項】

- 乳幼児健診は、お子様の成長・発達を確認するための大切な機会ですのでぜひお受けください。
- 1歳6か月児健診と3歳児健診は、下記の区ごとに分けて行います。

①

与良・鶴巻・赤坂・南町・荒町・三和・八幡町・紺屋町・古城・市町・新町・両神・富士見平
緑ヶ丘・天池・松井・東雲・原村・中村・八代・西八満・東・藤塚・石峠・柏木上・柏木下・四ツ谷
加増・乗瀬・荒堀・南ヶ原・ひばりヶ丘・大久保・氷・鴛久保・西浦・上ノ平・久保・大杭・宮沢
御牧ヶ原・諏訪山・菱野・後平・諸・西原・滝原・芝生田・井子・糠地

②

小原・東小諸・東山・乙女・御幸町・相生・大手・本町・六供・田町・御影・平原・和田・一ツ谷・
谷地原・市・耳取・森山

- 歯科相談・歯科診察がありますので、会場でのおやつや食事はご遠慮ください。
- 保護者のご都合やお子さんの体調が悪い等で該当月に健診を受けられない場合は、ご連絡ください。



教室

※ 第1駐車場をご利用の方は駐車券を会場までお持ちになり、受付に提出してください。

離乳食教室(8か月児対象)

実施日	対象児
4月28日(火)	令和7年 8月
5月28日(木)	令和7年 9月
6月23日(火)	令和7年10月
7月24日(金)	令和7年11月
8月25日(火)	令和7年12月
9月29日(火)	令和8年 1月
10月21日(水)	令和8年 2月
11月20日(金)	令和8年 3月
12月18日(金)	令和8年 4月
1月28日(木)	令和8年 5月
2月26日(金)	令和8年 6月
3月24日(水)	令和8年 7月

会場：小諸市役所 2階 保健センター
受付時間：午前9:20～9:50
 (2時間程度かかります)

【内容】

身体測定・離乳食の進め方の話、歯・口のケアの話
 栄養士・歯科衛生士・保健師・助産師が相談をお受けします。

【持ち物】

母子健康手帳・おたすね票・赤ちゃん手帳・離乳食
 赤ちゃん用スプーン・おむつ・バスタオル・各自必要なもの

※対象者には事前にご連絡します。

子育て2歳児教室(2歳6か月児対象)

実施日	対象児
4月14日(火)	令和5年10月
5月19日(火)	令和5年11月
6月16日(火)	令和5年12月
7月15日(水)	令和6年 1月
8月27日(木)	令和6年 2月
9月16日(水)	令和6年 3月
10月15日(木)	令和6年 4月
11月 6日(金)	令和6年 5月
12月 8日(火)	令和6年 6月
1月20日(水)	令和6年 7月
2月16日(火)	令和6年 8月
3月 9日(火)	令和6年 9月

会場：小諸市役所 2階 保健センター
受付時間：午前9:00～9:20
 (3時間程度かかります)

【内容】

身体測定・にこにこおやこミニセミナー2
 おやつを試食・歯の染め出し・親子遊びと絵本の読み聞かせ
 ※セカンドブックプレゼントを行います。

栄養士・歯科衛生士・保育士・保健師が相談をお受けします。

【持ち物】

母子健康手帳・赤ちゃん手帳
 歯ブラシ(子ども用・仕上げ用)・コップ
 フェイスタオル

※対象者には事前にはガキでお知らせします。



プレママスクール (妊婦対象)

実施日	
4月15日(水)①	10月 8日(木)①
5月13日(水)②	11月18日(水)②
6月11日(木)①	12月16日(水)①
7月 8日(水)②	1月13日(水)②
8月 5日(水)①	2月18日(木)①
9月10日(木)②	3月10日(水)②

会場：小諸市役所 2階 保健センター
受付時間：午後1:20～1:30
 (3時間程度かかります)

【内容】

①妊娠編 ②産後編 の話
 妊婦さん同士で交流しながら学ぶグループ講座もあり、出産までの間、
 何度でもご参加いただけます。
 助産師・保健師・栄養士・歯科衛生士が相談をお受けします。

【持ち物】

母子健康手帳・赤ちゃん手帳・歯ブラシ(歯の相談希望の方)・飲み物(必要な方)
 ※出産後の方で授乳相談等を希望される方は事前にご連絡ください。

健診ではこんなことをやっています

※お子さんの身長・体重等の測定や日頃の様子をお聞きし、保護者の方と一緒に成長を確認します。

※医師の診察では、疾患の有無の確認と、発育発達の相談ができます。

※日々の子育てに関する悩みや心配ごとに対して保健師・助産師・栄養士・歯科衛生士がご相談をお受けしますので、お気軽に声をかけてください。



げんきくん
 (健康イメージキャラクター)

問い合わせ先

小諸市役所 健康づくり課 保健予防係

TEL: 0267-25-1880 (直通) / FAX: 0267-26-6544

MAIL: yobo@city.komoro.nagano.jp