

子育てすこやか通信

5月

わくわく子育てナビ (真岡市公式アプリ)

- お子さんの乳幼児健診
- お子さんの予防接種
- 暮らしの情報 など



ぜひ登録してほしいぴょん♪

5月 乳幼児健診



【会場】ふれあい福祉プラザ
(旧・真岡市科学教育センター)
【受付時間】
午後 1 時 00 分 ~ 1 時 30 分
※3 歳児健診のみ 1 時 40 分まで

健診	実施日	対象者の誕生日	オンラインで 日程変更
4 か月児	14(木)	R7.12.1 ~ R7.12.31	
9 か月児	22(金)	R7.7.1 ~ R7.7.31	
1 歳 6 か月児	8(金)	R6.10.1 ~ R6.10.31	
2 歳児歯科	25(月)	R6.4.1 ~ R6.4.30	
3 歳児	19(火)	R5.4.6 ~ R5.5.10	

健康に関する情報



- ・ ご家族の健診
- ・ ワクチン など



- ◆ お子さんの健やかな発達のため、かならず健診を受診しましょう。
- ◆ 対象の方には、健診月の前月にお知らせを郵送しています。当日の持ち物や注意事項が記載されていますので、ご確認ください。
- ◆ 対象の日に受診できない場合は、必ずこども家庭課にご連絡ください。【TEL: 0285-83-8121】オンラインで日程変更も可能です。
- ◆ 未受診の場合、家庭訪問をさせていただく場合があります。

子育てに関する事業

(利用の際は、事前の申し込みが必要です/カレンダーは次のページへ!)

教室内容等の詳細
はこちら→→



胎児期

ママ♡パパ教室

内容：妊婦体験・沐浴・着替え体験 など
対象：おおむね妊娠 28 週以降の方
双子の場合には 24 週以降参加可



マタニティくらす

内容・対象
OA コース (妊娠 6 か月以降)
⇒胎教やマタニティエクササイズなど
OB コース (妊娠 7 か月以降)
⇒お産の経過や呼吸法など

乳児期

すくすく相談

内容：助産師との授乳や発育等の相談
対象：生後 4 か月までの親子



赤ちゃん教室

内容：ベビーマッサージ
産後のママの体のケアの講和
対象：生後 2 か月から 4 か月の親子

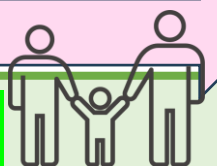
もぐもぐ教室

内容：離乳食の進め方等
対象：生後 5 か月から 7 か月の親子

幼児期

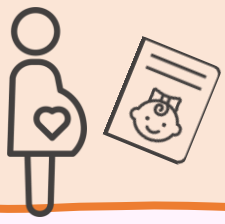
心理発達相談

内容：お子さんとの関わりや対応、発達について相談されたい方
対象：就学前のお子様



子育て相談

内容：身長・体重測定(予約不要)
育児相談・栄養相談(要予約)
♡子育てに関するミニ講和! (予約不要)
対象：生後 4 か月以降で就学前のお子様



5月 母子事業一覧カレンダー



7日(木) 午前：赤ちゃん教室

9日(土) 午前：ママ♥パパ教室

13日(水) 午前：子育て・すくすく相談

21日(木) 午前：もぐもぐ教室ー離乳食ー

28日(木) 午前：心理・発達相談

詳しくは、

[真岡市ホームページ](#)・[ウィークリーニュース](#)もおか・[子育てモバイルナビ](#)をチェック！



親子で防ぐ熱中症！！



こどもは熱中症になりやすい

こどもは大人よりも体温調節が苦手です。また、身長が低いため照り返しの影響を受けやすくなります。熱中症になると顔の赤み、まっすぐ歩けない、名前を呼んでも反応しなくなったりします。早い段階で気づくことが重症化を予防するポイントです。

★休日や平日の夜の場合には
とちまる救急
安心電話相談

#8000 (概ね15歳未満)

または 028-623-3511

#7119 (概ね15歳以上)

または 028-623-3344



予防ポイント



- ・こまめに水分補給をする。
- ・帽子などで日よけ対策をする。
- ・汗や体温、顔色や泣き方、こどもの様子をよく見る。
- ・短時間でも車内に子どもを1人にしない。

熱中症かなと思ったら

すぐに応急処置を行い、かかりつけ医に相談しましょう。

～応急処置～

- ・涼しい場所に移動する。
- ・体を冷やす。(うちわ・濡れタオルなど)

わきの下、首の周り、
太ももの付け根を冷やしま
しょう。

こども家庭長庁(みんなで見守り「こどもの熱中症」を防ぎましょう!)
厚生労働(熱中症予防のための情報・資料サイト)

○真岡市総合福祉保健センターの移転に伴い、
令和8年2月24日以降のすべての母子保健事業及び乳幼児健康診査は、
新名称:ふれあい福祉プラザ(旧・真岡市科学教育センター)に実施
場所が変更となります。



【会場】新名称:ふれあい福祉プラザ
(旧・真岡市科学教育センター)

【所在地】栃木県真岡市田町1349-1

※駐車場はふれあい福祉プラザ周辺をご利用ください。

ご相談ください！子育てに関すること、お母さんやお父さん自身のこと…

真岡市役所1階 **こども家庭課** (電話:0285-83-8121)



◎平日、午前9時～午後5時(土日、祝日、年末年始はお休みです)

◎健診、訪問等で保健師や助産師が不在の場合があります。

▶電話相談の場合は、折り返しご連絡いたします。

▶来所での相談を希望される場合は、事前連絡のうえお越しください。