

乳幼児健診・乳幼児相談

●会場：保健センター

4か月児健診

日 程	曜日	対 象 者
令和7年 4月 25日	金	令和6年 12月生
5月 27日	火	令和7年 1月生
6月 23日	月	7年 2月生
7月 29日	火	7年 3月生
8月 25日	月	7年 4月生
9月 30日	火	7年 5月生
10月 27日	月	7年 6月生
11月 28日	金	7年 7月生
12月 23日	火	7年 8月生
令和8年 1月 26日	月	7年 9月生
2月 24日	火	7年 10月生
3月 24日	火	7年 11月生

●受付時間：1日～15日生まれ 午後1:00～1:20
16日～31日生まれ 午後1:20～1:40

●持 ち 物：母子手帳・健康診査票（おたずね）・バスタオル

1歳6か月児健診

日 程	曜日	対 象 者
令和7年 4月 9日	水	令和5年 9月生
5月 8日	木	5年 10月生
6月 3日	火	5年 11月生
7月 3日	木	5年 12月生
8月 6日	水	令和6年 1月生
9月 2日	火	6年 2月生
10月 1日	水	6年 3月生
11月 6日	木	6年 4月生
12月 3日	水	6年 5月生
令和8年 1月 8日	木	6年 6月生
2月 4日	水	6年 7月生
3月 3日	火	6年 8月生

●受付時間：1日～15日生まれ 午後0:50～1:10
16日～31日生まれ 午後1:10～1:30

●持 ち 物：母子手帳・健康診査票（おたずね）・バスタオル

7・8か月児離乳食教室

日 程	曜日	対 象 者
令和7年 4月 15日	火	令和6年 8月生
5月 12日	月	6年 9月生
6月 10日	火	6年 10月生
7月 8日	火	6年 11月生
8月 8日	金	6年 12月生
9月 5日	金	令和7年 1月生
10月 9日	木	7年 2月生
11月 11日	火	7年 3月生
12月 9日	火	7年 4月生
令和8年 1月 9日	金	7年 5月生
2月 10日	火	7年 6月生
3月 6日	金	7年 7月生

●受付・計測：午後1:00～1:20 ●教室時間：午後1:30～3:00
●持 ち 物：母子手帳・おたずね・離乳食のしおり（4か月児健診で配布）・
バスタオル・普段使っている離乳食スプーン・汚れてよい服装

2歳児相談

日 程	曜日	対 象 者
令和7年 4月 17日	木	令和5年 3月生
5月 22日	木	5年 4月生
6月 19日	木	5年 5月生
7月 17日	木	5年 6月生
8月 21日	木	5年 7月生
9月 11日	木	5年 8月生
10月 16日	木	5年 9月生
11月 20日	木	5年 10月生
12月 18日	木	5年 11月生
令和8年 1月 15日	木	5年 12月生
2月 19日	木	令和6年 1月生
3月 12日	木	6年 2月生

●受付時間：1日～15日生まれ 午前9:15～ 9:45
※午前中です 16日～31日生まれ 午前9:45～10:15
●持 ち 物：母子手帳・健康診査票（おたずね）・2歳児相談質問票
●指定の歯科医療機関で利用できるフッ素塗布のクーポン券をお渡しします。

10か月児健診

日 程	曜日	対 象 者
令和7年 4月 22日	火	令和6年 6月生
5月 26日	月	6年 7月生
6月 24日	火	6年 8月生
7月 28日	月	6年 9月生
8月 26日	火	6年 10月生
9月 29日	月	6年 11月生
10月 24日	金	6年 12月生
11月 25日	火	令和7年 1月生
12月 22日	月	7年 2月生
令和8年 1月 27日	火	7年 3月生
2月 27日	金	7年 4月生
3月 17日	火	7年 5月生

●受付時間：1日～15日生まれ 午後1:00～1:20
16日～31日生まれ 午後1:20～1:40

●持 ち 物：母子手帳・健康診査票（おたずね）・バスタオル

3歳児健診

日 程	曜日	対 象 者
令和7年 4月 10日	木	令和4年 3月生
5月 7日	水	4年 4月生
6月 5日	木	4年 5月生
7月 2日	水	4年 6月生
8月 7日	木	4年 7月生
9月 3日	水	4年 8月生
10月 2日	木	4年 9月生
11月 5日	水	4年 10月生
12月 4日	木	4年 11月生
令和8年 1月 7日	水	4年 12月生
2月 5日	木	令和5年 1月生
3月 4日	水	5年 2月生

●受付時間：1日～15日生まれ 午後0:50～1:10
16日～31日生まれ 午後1:10～1:30

●持 ち 物：母子手帳・健康診査票（おたずね）・バスタオル・
尿10cc程度（清潔な容器に入れて）・
目と耳のアンケート（家で記入）

すこやか子育て相談

※5日前までに
お申し込みください

要申込

- 受付時間：午前9:30～10:30
- 対象者：乳幼児
- 持ち物：母子手帳、バスタオル
- 予約：すわっぷりアプリ
または電話

※「すわっチャオ」キッズコーナーにある乳児用体重計でも各自で測定できます。



- 会場：保健センター
- 内容：計測
育児・母乳相談

日程	
令和7年	4月24日(木)
	5月28日(水)
	6月26日(木)
	7月31日(木)
	8月29日(金)
	9月25日(木)
	10月28日(火)
	11月26日(水)
	12月19日(金)
令和8年	1月29日(木)
	2月25日(水)
	3月19日(木)

- 会場：なかよし広場
(22ページ地図)
- 内容：計測・育児相談

日程	
令和7年	5月15日(木)
	7月24日(木)
	9月18日(木)
	11月13日(木)
令和8年	1月22日(木)
	3月26日(木)

駐車場が満車時は、向かいの湖南公民館の駐車場をご利用ください。

離乳食教室(初期)

※5日前までにお申し込みください

要申込

- 受付時間：午後1:10～1:30
- 教室時間：午後1:30～3:00
- 対象者：生後5～6か月位の赤ちゃんと保護者
- 持ち物：母子手帳、バスタオル、離乳食のしおり、汚れてもよい服装
- 予約：すわっぷりアプリ、または電話
※締切日以降は電話予約のみ受け付けます。
- 内容：離乳食の進め方の話、デモンストレーション、試食、個別相談

ダウンロードはこちらから



日程	
令和7年	4月23日(水)
	5月21日(水)
	6月17日(火)
	7月16日(水)
	8月19日(火)
	9月17日(水)
	10月29日(水)
	11月19日(水)
	12月16日(火)
令和8年	1月21日(水)
	2月18日(水)
	3月13日(金)

★広報すわ「わが家のすこやかさん」にお子さんの写真を掲載しませんか？
お問い合わせ：諏訪市役所秘書広報課広報戦略係 TEL：52-4141(内線325)

《子育てに関する相談先》

諏訪市こども家庭センター すわ★あゆみステーション

妊産婦のみなさんや、0歳から18歳までの子どもとその家族が安心して生活・子育てができるよう支援を行う総合相談窓口です。

困りごとや悩みごとの相談

- 場所：諏訪市役所4階「あゆステ」
(こども課・教育総務課内)
- 電話：52-4141「あゆステへ」と伝えてください
- 時間：月～金(祝日・年末年始を除く)
午前9:00～午後4:00

妊娠期から子育て期にわたる相談

- 場所：保健センター(健康推進課内)
- 電話：52-4141(内線592)
- 時間：月～金(祝日・年末年始を除く)
午前8:30～午後5:15

すわ★あゆみステーション
子育て応援サイト



子育て支援センター

食事・トイレトレーニング・お子さんとの関わり方など、子育て中に抱えている不安や悩みをぜひご相談ください。子育て講座も行っています。

- にじいろたまご城南(城南保育園内) TEL 53-6513
 - にじいろたまごこなみ(こなみ保育園内) TEL 58-4522
- ※市内の私立園内にも子育て支援センターがありますのでご利用ください。

《地域の遊び場》

諏訪市児童センター

TEL：54-7714

0歳から18歳までの子どもとその保護者が利用できます。

- 場所：小和田19-3 いきいき元気館2階
- 時間：午前9:00～午後7:00
(月曜日・年末年始は休館)

西山の里なかよし広場

TEL：52-7415

世代間交流を目的とした施設で、諏訪市在住の方は年齢問わず利用できます。

- 場所：湖南4016-1
(湖南公民館向かい、22ページ地図)
- 時間：午前10:00～午後4:30
(4月～9月は午後5:30)
(木曜日・日曜日・祝日・お盆・年末年始は休館)

すわっチャオ キッズコーナー

TEL：75-5257

0歳から未就学児の子どもと保護者が利用できます。未就学児と一緒に兄弟が入る場合のみ、小学生以上も利用できます。

- 場所：諏訪1-6-1「アーク諏訪」3階
- 時間：午前9:00～午後7:00
(火曜(祝日の場合翌日)・年末年始は休館)

ふれあいの家

TEL：57-4567

諏訪市内在住の小学生以下の子どもとその保護者、シニア世代の方が利用できる多世代交流施設です。

- 場所：清水3-3970-3
- 時間：午前9:00～午後5:00
(利用は午後4:30まで)
(日曜日・祝日・年末年始は休館)