

乳幼児健診・乳幼児相談等

●会場:保健センター

- 文化センター改修工事のため、駐車場および駐車場入口を変更しています。詳細は健康カレンダー表紙の案内でご確認ください。
- 体調不良等で**当日欠席される方**、健診受診についてご心配のある方は保健センターへご連絡ください。

4か月児健診

日程	曜日	対象者
令和8年 4月20日	月	令和7年 12月生
5月26日	火	令和8年 1月生
6月22日	月	8年 2月生
7月28日	火	8年 3月生
8月24日	月	8年 4月生
9月29日	火	8年 5月生
10月27日	火	8年 6月生
11月27日	金	8年 7月生
12月21日	月	8年 8月生
令和9年 1月26日	火	8年 9月生
2月26日	金	8年 10月生
3月23日	火	8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8年 4月 9日	木	令和6年 9月生
5月13日	水	6年 10月生
6月 2日	火	6年 11月生
7月 9日	木	6年 12月生
8月 6日	木	令和7年 1月生
9月 1日	火	7年 2月生
10月 6日	火	7年 3月生
11月 4日	水	7年 4月生
12月 3日	木	7年 5月生
令和9年 1月 6日	水	7年 6月生
2月 2日	火	7年 7月生
3月 2日	火	7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 ※試食あり

日程	曜日	対象者
令和8年 4月10日	金	令和7年 8月生
5月12日	火	7年 9月生
6月 4日	木	7年 10月生
7月 7日	火	7年 11月生
8月 7日	金	7年 12月生
9月 8日	火	令和8年 1月生
10月 8日	木	8年 2月生
11月10日	火	8年 3月生
12月 8日	火	8年 4月生
令和9年 1月 8日	金	8年 5月生
2月 4日	木	8年 6月生
3月 5日	金	8年 7月生

- 受付・計測: 午後1:10~1:30 ●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8年 4月16日	木	令和6年 3月生
5月21日	木	6年 4月生
6月18日	木	6年 5月生
7月16日	木	6年 6月生
8月20日	木	6年 7月生
9月10日	木	6年 8月生
10月22日	木	6年 9月生
11月12日	木	6年 10月生
12月10日	木	6年 11月生
令和9年 1月14日	木	6年 12月生
2月18日	木	令和7年 1月生
3月11日	木	7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ます。

10か月児健診

日程	曜日	対象者
令和8年 4月21日	火	令和7年 6月生
5月25日	月	7年 7月生
6月23日	火	7年 8月生
7月24日	金	7年 9月生
8月25日	火	7年 10月生
9月28日	月	7年 11月生
10月26日	月	7年 12月生
11月30日	月	令和8年 1月生
12月22日	火	8年 2月生
令和9年 1月25日	月	8年 3月生
2月16日	火	8年 4月生
3月19日	金	8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8年 4月 8日	水	令和5年 3月生
5月14日	木	5年 4月生
6月 3日	水	5年 5月生
7月 2日	木	5年 6月生
8月 5日	水	5年 7月生
9月 3日	木	5年 8月生
10月 7日	水	5年 9月生
11月 5日	木	5年 10月生
12月 2日	水	5年 11月生
令和9年 1月 7日	木	5年 12月生
2月 3日	水	令和6年 1月生
3月 4日	木	6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

※3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

- 会場:保健センター
- 内容:計測、育児・栄養・母乳相談

- 会場:なかよし広場
(22ページ地図)
- 内容:計測、育児・栄養相談

日程
令和8年 4月23日(木)
5月22日(金)
6月29日(月)
7月30日(木)
8月27日(木)
9月30日(水)
10月16日(金)
11月19日(木)
12月18日(金)
令和9年 1月22日(金)
2月25日(木)
3月18日(木)

日程
令和8年 5月28日(木)
7月23日(木)
9月17日(木)
11月26日(木)
令和9年 1月28日(木)
3月25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。



5・6か月児離乳食教室

※3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、おかゆの試食、個別相談

日程
令和8年 4月22日(水)
5月19日(火)
6月17日(水)
7月14日(火)
8月19日(水)
9月15日(火)
10月20日(火)
11月17日(火)
12月16日(水)
令和9年 1月19日(火)
2月17日(水)
3月16日(火)

ダウンロードはこちらから



★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》

(令和8年3月現在)

諏訪市子ども家庭センター 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》

(21・22ページ地図)

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・年末年始を除く)

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)
- 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

未就学児(0歳~小学校入学前)とその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)