

# つがる市乳幼児健康診査・相談日程表

2026年度

開催場所：つがる市民健康づくりセンター（つがる市木造千年3-3）

## ■乳幼児健康診査

	月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
4か月児	開催日	22日 (水)	27日 (水)	24日 (水)	22日 (水)	26日 (水)	30日 (水)	28日 (水)	25日 (水)	16日 (水)	27日 (水)	24日 (水)	24日 (水)	受付12:30~12:45 終了予定 15:00
	対象	2025年 12月生	2026年 1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	実施月で4か月になるお子さん
10か月児	開催日	22日 (水)	27日 (水)	24日 (水)	22日 (水)	26日 (水)	16日 (水)	21日 (水)	18日 (水)	16日 (水)	20日 (水)	17日 (水)	17日 (水)	受付12:30~12:45 終了予定 15:00
	対象	2025年 6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	12月生	2026年 1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	実施月で10か月になるお子さん
1歳6か月児	開催日	16日 (木)	21日 (木)	18日 (木)	16日 (木)	20日 (木)	10日 (木)	実施なし	12日 (木)	10日 (木)	14日 (木)	18日 (木)	11日 (木)	受付12:00~12:20 終了予定 15:00
	対象	2024年 9月生	10月生	11月生	12月生	2025年 1月生	2月生		3・4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	実施月で1歳7か月になるお子さん
3歳児	開催日	15日 (水)	20日 (水)	17日 (水)	15日 (水)	19日 (水)	9日 (水)	14日 (水)	11日 (水)	9日 (水)	13日 (水)	10日 (水)	10日 (水)	受付12:10~12:30 終了予定 15:00
	対象	2022年 9月生	10月生	11月生	12月生	2023年 1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	実施月で3歳7か月になるお子さん
5歳児	開催日	8日 (水)	13日 (水)	10日 (水)	8日 (水)	5日 (水)	2日 (水)	7日 (水)	4日 (水)	2日 (水)	6日 (水)	3日 (水)	3日 (水)	受付12:30~12:40 終了予定 15:30
	対象	2021年 4月生	5月生	6月生	7月生	8月生	9月生	10月生	11月生	12月生	2022年 1月生	2月生	3月生	実施月で5歳になるお子さん

□対象のお子さんには、個別通知で問診票などが送付されます。また対象月に受診できない場合は、別月にも受診できます。

□受付時間が、月によって若干変更になる場合があります。通知でお知らせした受付時間を必ずご確認ください。

□健康診査を受診されなかったお子さんのいるご家庭には、保健師が訪問し、発育発達・養育の状況について確認を行っています。

## ■相談日

●子育て真っ最中の方や、これから子育てする方の交流の場です。妊婦さんから産後1年まで利用できます。

ほっとサロン	月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
実施日	9日 (木)	14日 (木)	11日 (木)	9日 (木)	6日 (木)	3日 (木)	8日 (木)	5日 (木)	3日 (木)	7日 (木)	4日 (木)	4日 (木)	4日 (木)	受付10:00~10:15 終了 12:00

●子育て真っ最中の方や、これから子育てする方の交流の場です。離乳食学級・子育てミニ講座も開催しています。

子育て広場	月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	受付時間等
実施日	23日 (木)	28日 (木)	25日 (木)	23日 (木)	27日 (木)	17日 (木)	22日 (木)	19日 (木)	17日 (木)	21日 (木)	25日 (木)	18日 (木)	18日 (木)	受付10:00~10:15 終了 12:00
離乳食学級	2025年 9月生	10月生	11月生	12月生	2026年 1月生	2月生	3月生	4月生	5月生	6月生	7月生	8月生		個別通知あり

□対象：生後4か月から1歳6か月までの赤ちゃんパパママならどなたでも利用できます。

□身体計測だけの利用もできます。ご希望の方は、10:00~11:30の間で都合のよい時間にお越し下さい。

## ■子育てメール相談

□内容：メールで寄せられた子育てに関する相談に対して、保健師・栄養士がメールもしくは電話で回答します。

□利用の際のお願い：メールの件名は、お子さんのお名前(フルネーム)にしてください。

□メールアドレス：tsugaru-tsunagaru@city.tsugaru.lg.jp

QRコード

