

令和6年度 奈良市都祁保健センターからのお知らせ

妊婦さんとママとパパと赤ちゃんの交流会

妊婦さん
0歳児さんに

同年齢の子どもを持つ親同士が会える場です。
ぜひご参加ください！

- ▶日時 6月21日(金) 9月20日(金)
12月20日(金) 3月14日(金)
いずれも 10:30~12:00
- ▶内容 妊娠・出産・子育ての情報交流、親子遊び
- ▶場所 子育て広場 リリーべるず(都祁福祉センター)
- ▶対象 妊婦さんとその夫及び1歳児未満のお子さんとその保護者
- ▶申込み 開催日1週間前までに、
子育て広場リリーべるず または都祁保健センターまで
- ▶協力 キッズサポーター 保育士、都祁地区民生児童委員



ちょこっとベジタブルクッキング

おいしい 楽しい 簡単 ヘルシー 『野菜クッキング講座』



- ▶日時 5月30日(木) 9月12日(木) 1月30日(木)
いずれも 10:30~11:30
- ▶内容 栄養ミニ講座 クッキング 試食 交流
- ▶場所 子育て広場 リリーべるず(都祁福祉センター)
託児あり
- ▶対象 子育て中の保護者
- ▶持ち物 エプロン、三角巾、マスク
- ▶料金 無料
- ▶申込み 開催日1週間前までに、
子育て広場リリーべるず または都祁保健センターまで
- ▶協力 食育ボランティア ラディッシュの会



0~3歳児
さんに

すこやかキッズ 1・2・3

子どもの健やかな成長を願い、親子同士の『であい・ふれあい・まなびあい』の場として、0~3歳児の親子を対象とした事業です。

開催日	テーマ・内容
4月17日(水)	★「イヤイヤ期の上手な付き合い方」 ・プチ講座「イヤイヤ期の対応方法」(保健師) ・絵本の時間(キッズサポーター 保育士)
6月7日(金)	★「オムツとトイレのおはなし」 ・プチ講座 「子どもの発達とトイレトレーニングについて」(保健師) ・ふれあい遊びの時間(キッズサポーター 保育士)
8月1日(木)	★「おいしさ発見!げんきのもと」 ・プチ講座「こどものおやつ」(管理栄養士) ・おやつを試食(食育ボランティア ラディッシュの会) ・パネルシアター劇(歯科ボランティア にこにこ通信局)
11月15日(金)	★「キラキラ歯っぴい」 ・プチ講座「こどものむし歯予防」(歯科衛生士) ・パペット劇(歯科ボランティア にこにこ通信局)
3月4日(火)	★「食べて、遊んで、げんきっ子」 ・プチ講座「こどものごはん」(管理栄養士) ・おやつを試食(食育ボランティア ラディッシュの会) ・親子遊びと絵本の時間(キッズサポーター 保育士)

▶時間 10:15~11:30

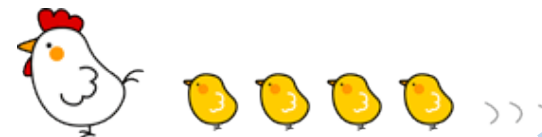
(①9:30~10:15まで/②11:30~45まで会場を開放しています。①は計測可)

▶場所 奈良市都祁保健センター

▶持ち物 母子健康手帳 お子さんに必要なもの

▶申込み 開催日1週間前までに都祁保健センター、または月ヶ瀬健康相談室へ。

▶協力 都祁地区民生児童委員



※当日午前7時までに、奈良市・宇陀市・山添村での警報発令時は中止します。

妊娠・出産・育児などの相談窓口

妊娠・出産・育児などについてお気軽にご相談ください。

★奈良市都祁保健センター (☎0743-82-0341)

保健師・管理栄養士による電話・来所相談
時間：月～金 8:30～17:15(年未年始を除く)

★月ヶ瀬健康相談室<月ヶ瀬行政センター内> (☎0743-92-0480)

保健師による電話・来所相談 (要予約)
時間：月～金 9:00～16:30(年未年始を除く)

★巡回相談 (予約不要)

保健師による地域の身近な場所での巡回相談



場所	時間	日 程
興東公民館 (なかよしクラブ)	10:00～11:30	4月 9日(火) 7月 9日(火) 2月 25日(火)
柳生こども園 (なかよし広場)	9:30～11:00	5月 16日(木) 9月 19日(木) 12月 12日(木)
田原公民館 (田原子育て広場)	10:00～11:30	5月 22日(水) 7月 24日(水) 9月 25日(水) 11月 27日(水) 1月 22日(水) 3月 12日(水)
月ヶ瀬福祉 センター (親子で遊ぼう)	10:00～12:00	5月 24日(金) 7月 26日(金) 9月 27日(金) 11月 22日(金) 1月 17日(金) 3月 7日(金)

【お問合せ・申込先】

奈良市都祁保健センター (奈良市都祁白石町 1084 番地) ☎0743-82-0341

月ヶ瀬健康相談室 (月ヶ瀬行政センター内) (奈良市月ヶ瀬尾山 2845 番地) ☎0743-92-0480



☎都祁保健センター/月ヶ瀬健康相談室での教室等について

奈良市ホームページでもご覧いただけます。



乳児健康診査

実施している健診	対象	場所
4 か月児健診	生後 4 か月から 5 か月になる前日まで	市内登録医療機関 (完全予約制)
10 か月児健診	生後 10 か月から 11 か月になる前日まで	

都祁保健センター (月ヶ瀬健康相談室) では、都祁・月ヶ瀬診療所の乳児健診と同日に乳児健康相談を実施しています。お子さんの発育や発達・育児相談 (保健師)、離乳食の相談 (管理栄養士) ができます。また、4 か月児健診後には、絵本や親子遊びの紹介もあります。

		都祁診療所(水曜日)	月ヶ瀬診療所(木曜日)	
令和 6 年	4 月	10 日	24 日	11 日
	5 月	8 日	22 日	16 日
	6 月	12 日	26 日	6 日
	7 月	10 日	24 日	4 日
	8 月	7 日	21 日	22 日
	9 月	4 日	18 日	19 日
	10 月	9 日	30 日	3 日
	11 月	13 日	27 日	14 日
令和 7 年	12 月	4 日	18 日	19 日
	1 月	15 日	29 日	23 日
	2 月	5 日	19 日	13 日
	3 月	5 日	19 日	13 日

※日程が変更になる可能性がありますので、必ず診療所へご確認ください。

幼児健康診査

実施している健診	対象	場所
1 歳 7 か月児健診	1 歳 7～8 か月児	中央保健センター (はぐくみセンター内 2F) 日時指定 (個別通知)
3 歳 6 か月児健診	3 歳 6～7 か月児	

【お問合せ】奈良市母子保健課 ☎0742-34-1978

健診についての詳細は右の QR コードからご覧ください。

