

10月		11月		12月		1月		2月		3月	
こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな	こども	おとな
1 (木) 3歳児健診	カトワ day+ (海浜公園) 集団健診 (全)	1 (日)	集団健診 (市立体育館)	1 (火) ふたば健康相談	健康相談	1 (金)	保健相談センターはお休みです。(12/29~1/3)	1 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	1 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談
2 (金) こうのとり倶楽部2-①	健康相談	2 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	2 (水)	フィットネス教室 健康相談	2 (土)		ふたば健康相談 こうのとり倶楽部3-①	健康相談	2 (火) ふたば健康相談	健康相談
3 (土)	健康づくり教室 (後期①) 集団健診 (市役所)	3 (火)	文化の日	3 (木) 3歳児健診	カトワ day+ (海浜公園) 結果説明会 (全)	3 (日)		1歳6か月児健診	フィットネス教室 健康相談	3 (水) 1歳6か月児健診	フィットネス教室 健康相談
4 (日)	結果説明会 (個)	4 (水)	3歳児健診	4 (金)	健康相談	4 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	4 (木)	3歳児健診	カトワ day+ (海浜公園)	4 (木) 3歳児健診
5 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	5 (木)	1歳6か月児健診	5 (土)	集団健診 (普天間第二小)	5 (火)	ふたば健康相談	健康相談	5 (金) こうのとり倶楽部3-②	健康相談	5 (金) 健康相談
6 (火)	ふたば健康相談 こうのとり倶楽部2-②	健康相談	6 (金)	健康相談	6 (日)	結果説明会 (個)	6 (水)	3歳児健診	カトワ day+ (海浜公園) 結果説明会 (全)	6 (土)	健康づくり教室 (後期②) 集団健診 (市役所)
7 (水)	1歳6か月児健診	健康相談	7 (土)	フィットネス教室 健康相談	7 (月)	男性料理教室② 結果説明会 (個)	7 (木)	1歳6か月児健診	カトワ day+ (海浜公園) 結果説明会 (全)	7 (日)	集団健診
8 (木)		8 (日)		8 (火)	健康相談	8 (金)	健康相談	8 (月)	健康相談	8 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) ティスコステップ 健康相談
9 (金)	健康相談	9 (月)		9 (水)	1歳6か月児健診	健康相談	9 (土)	健康づくり教室 (後期③) 結果説明会 (個)	9 (火)	のびっこ親子教室	健康相談
10 (土)		10 (火)	健康相談	10 (木)	2歳児歯科検診		10 (日)		10 (水)	すくすく親子教室	健康相談
11 (日)		11 (水)	健康相談	11 (金)	マンマン教室	健康相談	11 (月)	成人の日	カトワ day+ (海浜公園)	11 (木) おやこの食育教室	建国記念の日
12 (月) スポーツの日	カトワ day (いこいの市民パーク)	12 (木)	2歳児歯科検診	12 (土)			12 (火)	健康相談	12 (金)	3歳児健診	健康相談
13 (火)	のびっこ親子教室	健康相談	13 (金)	健康相談	13 (日)	乳児一般健診	13 (水)	3歳児健診	健康相談	13 (土)	乳児一般健診
14 (水)	すくすく親子教室	健康相談	14 (土)	男性料理教室③	14 (月)		14 (木)	2歳児歯科検診	結果説明会 (全)	14 (日)	
15 (木)	2歳児歯科検診	結果説明会 (全)	15 (日)	乳児一般健診	15 (火)	ふたば健康相談	健康相談	15 (金)	健康相談	15 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談
16 (金)	健康相談	16 (月)		16 (水)	3歳児健診	健康相談	16 (土)	乳児一般健診	結果説明会 (個)	16 (火)	ふたば健康相談 こうのとり倶楽部3-③
17 (土)	乳児一般健診	17 (火)	ふたば健康相談	健康相談	17 (木)	1歳6か月児健診	17 (日)	集団健診 (市立体育館)	17 (水)	3歳児健診	健康相談
18 (日)		18 (水)	1歳6か月児健診	健康相談	18 (金)	健康相談	18 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) ティスコステップ 健康相談	18 (木)	2歳児歯科検診	結果説明会 (全)
19 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) ティスコステップ 健康相談	19 (木)	3歳児健診	結果説明会 (全)	19 (土)	健康づくり教室 (後期④)	19 (火)	ふたば健康相談	健康相談	19 (金)	フィットネス教室 健康相談
20 (火)	ふたば健康相談 こうのとり倶楽部2-③	健康相談	20 (金)	フィットネス教室 健康相談	20 (日)		20 (水)	1歳6か月児健診	健康相談	20 (土)	健康づくり教室 (イベントday)
21 (水)	健康相談	21 (土)		21 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	21 (木)			21 (日)	集団健診	春分の日
22 (木)		22 (日)		22 (火)	のびっこ親子教室	健康相談	22 (金)	フィットネス教室 健康相談	22 (月)	マンマン教室	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談
23 (金)	フィットネス教室 結果説明会 (全) 健康相談	23 (月)	勤労感謝の日	カトワ day (いこいの市民パーク)	23 (水)	すくすく親子教室	健康相談	23 (土)		23 (火)	天皇誕生日
24 (土)	健康づくり教室 (後期②)	24 (火)	のびっこ親子教室	健康相談	24 (木)			24 (日)		24 (水)	1歳6か月児健診
25 (日)	結果説明会 (個)	25 (水)	すくすく親子教室	健康相談	25 (金)		健康相談	25 (月)	マンマン教室	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	結果説明会 (全)
26 (月)	マンマン教室	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	26 (木)		26 (土)		26 (火)	のびっこ親子教室	健康相談	26 (金)	こうのとり倶楽部3-④
27 (火)	健康相談	27 (金)	マンマン教室	健康相談	27 (日)		27 (水)	すくすく親子教室	健康相談	27 (土)	
28 (水)	3歳児健診	健康相談	28 (土)	健康づくり教室 (後期③)	28 (月)		カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	28 (木)		28 (日)	結果説明会 (個)
29 (木)	1歳6か月児健診	29 (日)		29 (火)		保健相談センターはお休みです。(12/29~1/3)	29 (金)	健康相談		29 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談
30 (金)	こうのとり倶楽部2-④	健康相談	30 (月)	カトワ day (いこいの市民パーク) 健康相談	30 (水)		30 (土)			30 (火)	健康相談
31 (土)		男性料理教室①	31 (木)		31 (日)		31 (火)			31 (水)	健康相談

こどもに関すること

実施場所：宜野湾市保健相談センター
(宜野湾市真栄原1丁目13番15号)

〈健診 (予約制)〉 ※健診対象者には個別で通知いたします。

- 乳児一般健診 (前期/後期)
- 1歳6か月児健診
- 2歳児歯科検診
- 3歳児健診

〈健康相談〉

- ふたば健康相談 (母子健康相談) 受付 9:30~10:30 (毎月第1・3火曜日*祝日除く)

〈教室 (予約制)〉

- こうのとり倶楽部 (両親学級)
 - マンマン教室 (離乳食教室)
 - のびっこ親子教室
- 対象者には個別で通知いたします。
こども家庭課すこやか親子係 893-4121



健(検)診、健康相談

〈健(検)診〉

- 集団健診 (特定健診・健康診査・がん検診) 【予約制】
受付 午前 8:30~11:00
- 個別健診 (特定健診・健康診査) (指定医療機関)
受診期間 4月~令和8年3月末
- 子宮頸がん検診 (指定医療機関) ※20歳以上の前年度未受診者
受診期間 6月上旬~令和9年1月末
- 乳がん検診 (指定医療機関) ※40歳以上の前年度未受診者
受診期間 6月上旬~令和9年1月末
- 人間ドック・がん検診 (指定医療機関)
受診期間 4月~令和9年2月末

〈各種相談〉

- 健康相談 (保健相談センター)
〈毎週火・水曜日〉受付 午前 9:00~11:00
〈毎週月・金曜日〉受付 午後 1:00~3:00
- 結果説明会 ※詳細はお問合せ下さい



健康増進課健康指導係 898-5598

健康・栄養に関する教室

- フィットネス教室 【予約制】健康づくりを目的とした運動メインの教室です。
(毎月2回) (水曜日) 午前10:00~11:00 (金曜日) 午後 2:00~3:00
- 健康づくり教室【予約制】 (HELMAS) 肥満でお悩みの方を対象に生活習慣を見直し健康づくりにスイッチを入れる教室です。集いの場に健康生活のヒントをお届けします。
- 食生活改善推進員による教室
・ママの料理教室
・男性料理教室
・おやこの食育教室 など
- 健康づくり推進員による教室
・ウォーキングday 毎月曜日 9:00~(いこいの市民パーク)
・ウォーキングday+ 毎月第1木曜日 9:30~(ぎのわん海浜公園)
・ティスコステップ 毎月1回曜日 午後2:00~3:00
- 健康づくり推進員養成講座 7月23日・30日 (全2回)

健康増進課健康推進係 898-5597

予防接種

〈定期予防接種〉 指定医療機関で接種を受けましょう

- こどもの予防接種
B型肝炎、小児の肺炎球菌、五種混合、BCG、ロタウイルスMR、水痘、日本脳炎、DT
 - 女性の予防接種
子宮頸がん (ヒトパピローマウイルス) RSウイルス
 - 高齢者の予防接種
肺炎球菌、インフルエンザ、新型コロナウイルス、帯状疱疹
- 〈任意予防接種〉
おたふくかぜ (1歳児)
※1回分の接種費用を全額公費負担しています。健康増進課予防係 898-5596

