

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

こども家庭課さやか親子係 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)  
受付期間 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  
受付期間 6月上旬~令和8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  
受付期間 6月上旬~令和8年1月末
- 人間ドック・がん検診 (指定医療機関)  
受付期間 4月~令和8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
 8月8日~9月26日 (全7回)
- 食生活改善推進員養成講座
- 健康づくり推進員による教室
  - ・ウォーキングday 毎週月曜日 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)
  - ・ディスコステップ 毎月1回月曜日 午後2:00~3:00
- 健康づくり推進員養成講座 7月24日・31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 小児の肺炎球菌、五種混合 (四種混合+ヒブ)、BCG、MR、水痘、日本脳炎、DT、B型肝炎、ロタウイルス ※対象年齢に達していれば、通知がなくても接種できます。
- 女性の予防接種 子宮頸がん (ヒトパピローマウイルス)
- 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

〈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