

## 【母子健康相談(はちまむ相談)】

妊産婦や乳幼児の保護者の心身の健康、子育ての相談など、保健師・助産師・栄養士が、面接・電話・オンラインで応じます。はちまむ相談は、はちのへのママたちの相談する所、応援するスタッフがいる所です。1人で悩まずに、お気軽にご相談ください。

【日 時】月～金曜日（祝日・年末年始を除く）  
8:15～12:00、13:00～17:00

【相談先】八戸市保健所 すくすく親子健康課  
TEL: 38-0711（直通）

【場 所】八戸市総合保健センター3階



## 赤ちゃん・よちよち健康相談

～子どもの発育や離乳食の相談に応じます！～



| 対 象   | 赤ちゃん健康相談                                                                                             | よちよち健康相談                                      |                                               |  |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------|--|
|       | 生後4か月～1歳未満                                                                                           | 1歳～2歳ころ                                       |                                               |  |
| 内 容   | ①お子様の身長・体重測定<br>②保健師・栄養士による育児ワンポイント、絵本読み聞かせ<br>③保健師による子どもの成長・発達や子育て等に関する相談<br>④栄養士による離乳食・幼児食の栄養相談 など |                                               |                                               |  |
| 開 催 日 | 令和7年 4月16日（水）<br>7月 9日（水）<br>10月 8日（水）<br>令和8年 1月21日（水）                                              | 5月21日（水）<br>8月20日（水）<br>11月12日（水）<br>2月18日（水） | 6月11日（水）<br>9月10日（水）<br>12月10日（水）<br>3月11日（水） |  |
| 時 間   | 10：00～12：00<br>※受付は開始 15 分前からとなります。                                                                  |                                               |                                               |  |
| 会 場   | 八戸市総合保健センター1階 こども健診・相談エリア                                                                            |                                               |                                               |  |
| 持 ち 物 | 母子健康手帳・バスタオル・替えのおむつ（必要時、ミルク・哺乳瓶等）                                                                    |                                               |                                               |  |
| 問い合わせ | ○お申込み不要です。<br>○発熱などの風邪症状や体調不良の方は次回お越しください。<br>八戸市保健所すくすく親子健康課 TEL：38－0712（直通）<br>* ご不明点があれば、お電話ください。 |                                               |                                               |  |

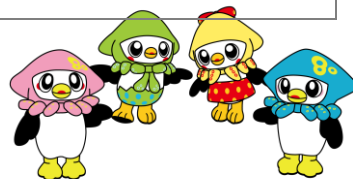
# すくすく離乳食教室

令和6年11月改訂

～離乳食についてわかりやすく教えます！～

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 対 象   | 生後3～5か月の赤ちゃんの保護者（託児はありません）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 内 容   | ①離乳を始める時のポイントや進め方についてのお話<br>②離乳食の調理実演                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 開 催 日 | <div>令和7年</div> <div>4月11日（金）      5月2日（金）      6月13日（金）</div> <div>7月11日（金）      8月8日（金）      9月12日（金）</div> <div>10月10日（金）    11月14日（金）    12月12日（金）</div> <div>令和8年</div> <div>1月9日（金）      2月13日（金）      3月6日（金）</div>                                                                                                                                        |
| 時 間   | 午前の部 10：30～11：30      午後の部 13：30～14：30<br>※受付は開始20分前からとなります。                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 会 場   | 八戸市総合保健センター1階 こども健診・相談エリア                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 持 ち 物 | 母子健康手帳・筆記用具<br>（お子様連れの場合はバスタオル、必要時、替えのおむつ、ミルク・哺乳瓶等）                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 申し込み  | <p>☆要予約      電話または、子育て支援アプリ（母子モ）から</p> <p>※午前・午後各15組    締め切り1週間前</p> <p>八戸市保健所すくすく親子健康課    TEL：38－0712（直通）</p> <div> <div>（八戸市ホームページ）</div>  </div> <div> <div>（子育て支援アプリ母子モ）</div>  </div> |

※なお、日程変更等もありますので、ホームページをご確認ください。



＜問合せ＞ 八戸市総合保健センター 〒031-0011 八戸市田向三丁目6番地1号

八戸市保健所すくすく親子健康課 TEL：38－0712（直通）