

令和8年度

妊婦さん、ママさん・パパさんお気軽にお越しください

乳幼児母性健康相談

赤ちゃんが息しているか
不安で眠れない
手首が痛い
腰が痛い
歯磨きギャン泣きでうまく
磨けない



おっぱい・ミルクが
足りているか不安...

子育てのことで
少し話を聞いてほしい

よく泣く
泣き止まない
けれど大丈夫？

栄養が足りているか不安
離乳食を食べてくれない
幼児食ってどうすればいいの？



3つの相談方法があります

① いずみ保健センターでの相談

乳幼児母性健康相談



9月 8日 (火) 1月12日 (火)
10月13日 (火) 2月 9日 (火)
11月10日 (火) 3月 9日 (火)
12月 8日 (火)



受付時間 9:20~11:00



対象者 妊産婦・乳幼児と保護者



相談内容

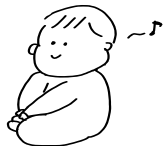
身長・体重測定と保健・栄養・歯科・母性の
各専門職に相談ができます



いずみ保健センター (いずみプラザ2階)

相談にあたって

- 「ぶんじ子育てナビ」から事前予約も
できます。
- ご都合の良い日に、直接会場へ
お越しください。
- 混み合う場合はお待ちいただく
ことがあります。



持ち物

- 母子健康手帳
- 替えおむつ
- 汚れもの用ビニール袋
- いつものお出かけセット

(歯科相談ご希望の方)

- 歯ブラシ、フェイスタオル以上の
大きさのタオル



② 地域の親子ひろば等での相談

親子ひろば等 ミニ相談会

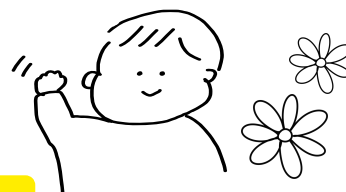


受付時間 10:00~11:45

(体重測定と各専門職に相談ができます)

日程	場所	相談 内容
9月10日(木)	ひかり児童館	保健
9月25日(金)	しんまち児童館	栄養
10月6日(火)	もとまち児童館	保健
10月23日(金)	戸倉親子ひろば	歯科
11月9日(月)	にしこいがくほ親子ひろば 「コアラッコ」	歯科
11月18日(水)	ひがしこいがくほ3丁目 よくこう親子ひろば	栄養
12月10日(木)	日吉町親子ひろば	歯科
1月26日(火)	西町親子ひろば	栄養
2月22日(月)	東恋ヶ窪親子ひろば	歯科

※歯みがきの指導をご希望の方は
【歯ブラシ】ご持参ください。



予
約
不
要

③ オンライン乳幼児母性健康相談は裏面をご確認ください。

日程	午前	午後	日程	午前	午後
9月17日(木)	栄養・歯科	保健・母性	1月5日(火)	栄養・歯科	保健・母性
10月8日(木)	保健・母性	栄養・歯科	2月2日(火)	保健・母性	栄養・歯科
11月19日(木)	栄養・歯科	保健・母性	3月18日(木)	栄養・歯科	保健・母性
12月17日(木)	保健・母性	栄養・歯科			



午前相談： 9:45～11:30

午後相談： 13:45～15:30



お願い

- ✓ 希望する相談の時間内にZoomにお入りください。
- ✓ ご利用にあたりZoomアプリのインストールが必要になります。
- ✓ パソコンからご利用される方は、「ブラウザから参加」をクリックしてください。
- ✓ 通信環境の良い場所でご利用ください。相談は無料ですが、通信料は本人負担となります。



安心してご相談いただけるように、プライバシーの保護に十分配慮しています。どうぞお気軽にご相談ください。

保健相談

ママの身体・心、
子育てについて、
お子さんの発育・
発達など



保健師に
相談ができます

▼ 保健専用Zoom



母性相談

妊娠出産に関する
こと、授乳・卒乳の
ことなどについて

▼ 母性専用Zoom



助産師に
相談ができます



栄養相談

ママの食事、お子さ
んのミルク・離乳
食・幼児食などに
ついて



管理栄養士に
相談ができます

▼ 栄養専用Zoom



歯科相談

歯磨きの準備・始め
方、仕上げ磨きの仕
方などについて



歯科衛生士に
相談ができます

▼ 歯科専用Zoom



お申し込み・お問い合わせ

スマホから簡単にチェック！

詳細は下記の二次元コードを読み取ってご確認ください

①乳幼児母性健康相談
(いずみ保健センター)

国分寺市
HPページ番号
1015187

②親子ひろば等
ミニ相談会

国分寺市
HPページ番号
1013783

ぶんじ子育てナビ



国分寺市
HPページ番号
1028250

国分寺市子育て相談室母子保健係

042-321-1801

受付時間：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

8:30～17:00

令和8年9月改訂