

令和8年度 保健センター事業日程

教室オンライン予約こちら

津市 母子日程表



妊産婦教室(講話、交流)

教室名	対象者	内容	会場 (保健センター)	開催時間	令和8年												令和9年			予約方法
					4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
マタニティ倶楽部	妊婦(パートナーの参加可) (定員20人)	①妊娠・出産、お口の健康 (助産師・歯科衛生士) ②赤ちゃんの成長、妊娠中の栄養、絵本の紹介 (保健師・栄養士・図書館職員)	中央	10:00~ 12:00		① 13	② 10		① 5	② 30		① 11	② 9		① 10	② 10	オンライン 開催月の前月 15日から開始			
さくらんぼ教室	多胎児妊産婦と その家族	赤ちゃんを迎える準備について ・先輩ママにきいてみよう	中央	10:00~ 11:45		18				8				12		開催会場へ電話				
ジェミニキッズ		双子ちゃん、三つ子ちゃん等、 多胎児親子のひろば				18	7	8	10	12	9	予約不要								

離乳食教室(講話、グループ交流)

教室名	対象者(定員20人)	内容	会場 (保健センター)	開催時間	令和8年												令和9年			予約方法
					4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
初期	妊婦、 離乳食開始前または開始したばかりの乳児を持つ保護者	離乳食スタートの進め方 ・基本的な調理のポイント、調理体験	一志	14:00~ 15:00	15		8		19		14		16		17		オンライン 開催月の前月 15日から開始			
			芸濃			18		13		7		16		18		15				
中期	離乳食開始後1か月頃からの乳児を持つ保護者	7か月前後からの離乳食の進め方 ・とりわけ離乳食	中央	10:00~ 11:00	21				25				22							
			久居				24				28			19						
後期	離乳食に不安がある、 生後10か月頃からの乳幼児を持つ保護者	3回食の進め方のポイント、調理の工夫、とりわけ離乳食の作り方	中央			26							24							
			久居						26					27						

つぼみん(津市母子保健推進員)の子育てひろば

教室名	会場 (保健センター)	内容	開催曜日	時間	令和8年												令和9年			予約方法
					4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
中央エンジェル	中央	お友達を探している子育て中の方、出かけてみましょう!	月曜日	10:00~ 11:30	20	25	22	27	24	28	26	16	21	25	15	15	オンライン 開催月の 1日から開始			
一志エンジェル	一志	手作りおもちゃなどを作って、みんなで遊びましょう!	火曜日	10:00~ 11:00	14	19	9	14	/	15	13	17	15	12	16	16	オンライン 開催月の前月 15日から開始			
芸濃ぶっちママサロン	芸濃	子育て中の方向土、ゆっくりお話しませんか!	金曜日	10:30~ 11:30	24	22	26	24	28	25	23	27	25	22	26	26	予約不要			

すくすく健康相談

保健師、栄養士の相談(○ 歯科衛生士の相談。 △ 保健師のみの相談。)

会場 (保健センター)	開催時間	令和8年										令和9年			定員 (組)	予約方法 ※午前8時45分～午後4時(土日祝日を除く) 開始日が土日祝日の場合は翌営業日							
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月										
中央	13:30～ 15:30	○17	15	○19	17	○21	18	○16	20	○18	15	○19	19	20	開催月の1日～								
久居		8	○13	10	○1	5	○2	7	○4	2	○6	3	○3			20	開催月の前月15日～						
河芸	9:30～ 11:30	○22	19					△21	○25	○23		△24	○24	20	開催月の1日～								
芸濃		○14		9		○18		13		○8		9				20	開催月の前月15日～						
安濃			○8		10		○11		13		○8		12					20	開催月の1日～				
香良洲			25		○13		28		○16		25		○15							15	開催月の1日～		
一志			○20		15		○16		18		○13		17									20	開催月の前月15日～
													20	開催月の前月15日～									

*美里・白山・美杉保健センターでのご相談をご希望の方はお電話ください。(随時相談可)

のびのび身体計測

会場 (保健センター)	開催時間	令和8年										令和9年			定員 (組)	予約方法 ※午前8時45分～午後4時(土日祝日を除く) 開始日が土日祝日の場合は翌営業日
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
久居	9:30～ 11:30	8	13	10	1	5	2	7	4	2	6	3	3	45	開催月の前月15日～	電話 または窓口

きりんさんひろば

会場 (保健センター)	開催時間	令和8年										令和9年			予約 方法
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
中央	9:30～ 11:30	15	20	24	15	19	16	14	18	16	13	17	17	予約 不要	
一志		14	19	9	14		15	13	17	15	12	16	16		



女性の健康アップ教室

女性の体の変化について知り、健康づくりに取り組んでみませんか。

会場 (保健センター)	開催時間	令和8年				令和9年	予約方法 ※午前8時45分～午後4時(土日祝日を除く) 開始日が土日祝日の場合は翌営業日 津市ホームページの申し込み フォームでご確認ください。
		8月	9月	11月	1月		
久居	9:30～ 11:30	4	1			津市ホームページの申し込み フォームでご確認ください。	
中央				30	26		

女性の健康アップ教室



内容については
津市ホームページにて
公開します。



保健センター連絡先 市外局番(059)

中央	久居	河芸	芸濃	安濃	美里	香良洲	一志	白山	美杉
229-3164	255-8864	245-1212	266-2520	268-5800	279-8128	292-4183	295-0112	262-7294	272-8089

※ 開催の2時間前の時点で暴風警報および台風に伴う大雨警報が発令されている場合は中止します。大雨、大雪、風雪等天候により予告なく中止する場合があります。中止の場合は、津市のホームページに掲載しますのでご確認ください。