

# R8年度 塩竈市 にこ♡るんカレンダー

にこそぽに関する問い合わせ先:塩竈市こども家庭センター にこそぽ  
TEL : 022-354-1225  
E-mail : nikosapo@city.shiogama.miyagi.jp

事業名	受付時間	予約方法 (電話または二次元コードから)	実施日程												お知らせ(対象・内容)	
			R8年4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R9年1月	2月	3月		
母子健康手帳交付	13:00~13:15		8日(水)	12日(火)	10日(水)	7日(火)	4日(火)	1日(火)	1日(木)	5日(木)	9日(水)	5日(火)	9日(火)	9日(火)	内容:母子健康手帳の使い方・栄養の話・妊婦面談・妊婦支援給付金のご案内と申請 持ち物:妊娠届、マイナンバーカード 【妊婦支援給付金申請必要書類】妊婦さんの通帳の表紙裏面の写し(現在の氏名・振込先、口座番号が分かるもの)妊婦さんの顔写真付き身分証の写し(現在の氏名、住所が分かるもの)	
			28日(火)	27日(水)	30日(火)	22日(水)	19日(水)	16日(水)	20日(火)	24日(火)	23日(水)	20日(水)	24日(水)	23日(火)		
パパ&ママクラス	9:50~10:00		11日(土)	18日(月)	13日(土)	7日(火)	8日(土)	15日(火)	17日(土)	16日(月)	19日(土)	12日(火)	13日(土)	9日(火)	対象:出産を控えるパパ&ママ 内容:赤ちゃんのお世話(お風呂・お着換え等)・パパの妊婦疑似体験等	
ファミリークラス	9:50~10:00			30日(土)		25日(土)		26日(土)		28日(土)		23日(土)		13日(土)	対象:妊娠中期以降のパパ&ママ 内容:授乳方法・抱っこの仕方・情報交換・産前産後のサービスやサポートの確認等	
はじめましてにこそぽ	9:50~10:00		8日(水)	1日(金)	10日(水)	8日(水)	4日(火)	9日(水)	7日(水)	5日(木)	9日(水)	7日(木)	9日(火)	8日(月)	対象:新生児訪問を終了した3か月頃までの赤ちゃんとその保護者 内容:親子同士の交流・にこそぽ事業・ふれあい遊び・遊び場の紹介 市民図書館ほんデビュー・身体計測・定期予防接種振り交付、説明 妊婦支援給付金支給申請書のお預かり・個別相談(希望時)	
	13:20~13:30		22日(水)	26日(火)	29日(月)	27日(月)	21日(金)	28日(月)	28日(水)	25日(水)	21日(月)	26日(火)	22日(月)	24日(水)		
赤ちゃんサロン	9:50~10:00		3日(金)	15日(金)	4日(木)	2日(木)	21日(金)	2日(水)	1日(木)	20日(金)	3日(木)	8日(金)	19日(金)	4日(木)	対象:生後6か月までの赤ちゃんとお母さま 内容:ベビーマッサージ・身体計測・育児相談	
			22日(水)		23日(火)		5日(水)		28日(水)		23日(水)		24日(水)	対象:生後6か月未満の赤ちゃんとお母さま 内容:ストレッチを中心としたエクササイズ・身体計測・育児相談		
						22日(水)				25日(水)					24日(水)	対象:生後6か月までの赤ちゃんとお母さま 内容:育児手技レクチャー(おんが・抱っこの仕方等)・身体計測・育児相談
					26日(火)				28日(月)					27日(水)		対象:生後6か月までの赤ちゃんとお母さま 内容:英語を使ったふれあい遊び・手遊び歌・身体計測・育児相談
ごっくん離乳食クラス	9:50~10:00		7日(火)	19日(火)	30日(火)	29日(水)	18日(火)	30日(水)	29日(木)	10日(火)	11日(金)	26日(火)	10日(水)	26日(金)	対象:概ね生後5~6か月の赤ちゃん(第1子)と保護者 内容:身体計測・個別相談・調理体験・試食・交流等	
もぐもぐ離乳食クラス	9:50~10:00			12日(火)		10日(金)		8日(火)		17日(火)		19日(火)		12日(金)	対象:概ね生後7~8か月の赤ちゃんとお母さま 内容:身体計測・個別相談・調理体験・試食・交流等	
双子の会	9:50~10:00	電話予約			16日(火)			1日(火)			1日(火)			3日(水)	対象:塩竈市在住で双子を妊娠中のママとご家族 未就園の双子ちゃんと双子を育児中のご家族 内容:手遊び・交流等	
1歳児びびよ相談会	① 9:20~9:30	対象月の前月に個別に通知	10日(金)	8日(金)	5日(金)	3日(金)	7日(金)	4日(金)	2日(金)	6日(金)	4日(金)	15日(金)	5日(金)	5日(金)	対象:生後11か月のお子さんとその保護者 内容:歯・生活リズム・メディア・幼児食のお話 身体計測・親子同士の交流・個別相談等 時間:1時間~1時間半程度かかります。	
	② 10:10~10:20		(R7.5月生)	(R7.6月生)	(R7.7月生)	(R7.8月生)	(R7.9月生)	(R7.10月生)	(R7.11月生)	(R7.12月生)	(R8.1月生)	(R8.2月生)	(R8.3月生)	(R8.4月生)		
	③ 13:00~13:10															
すこやか発達相談	時間指定	要予約	6日(月)	11日(月)	8日(月)	6日(月)	3日(月)	7日(月)	5日(月)	2日(月)	2日(水)	18日(月)	2日(火)	1日(月)	対象:未就学のお子さん 内容:臨床発達心理士等による相談(お子さんの発達、関わり方等)	
			17日(金)	29日(金)	12日(金)	24日(金)	18日(火)	25日(金)	9日(金)	30日(月)	7日(月)	29日(金)	8日(月)	19日(金)		
			20日(月)		19日(金)		24日(月)		16日(金)		18日(金)		15日(月)			
			24日(金)		24日(水)		28日(金)		23日(金)		22日(火)		26日(金)			
ことばの相談	時間指定		14日(火)		9日(火)		26日(水)		21日(水)		8日(火)		3日(水)	対象:未就学のお子さん 内容:言語聴覚士による相談		

## こころん相談・事業



こころんに関する問い合わせ先:子育て支援センター-こころん  
TEL : 022-363-3630

事業名	実施時間	予約方法	実施日程												お知らせ(対象)	
			R8年4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R9年1月	2月	3月		
あそびの広場	10:00~11:30	内容はInstagramでご確認ください。 	16日(木)	13日(水)	18日(木)	30日(木)			3日(木)	22日(木)	18日(水)	17日(木)	21日(木)	25日(木)	対象:未就学の親子(内容により年齢制限あり) 内容:ハロウィン・クリスマス・ベビーマッサージ・親子体操・マイクパスでお出かけ等	
こころんカフェ	10:00~11:30		23日(木)	28日(木)	25日(木)	16日(木)	27日(木)	17日(木)	29日(木)	26日(木)	24日(木)	28日(木)	18日(木)	18日(木)		対象:塩竈市在住で子育て中のママ・パパ(内容により時間変更あり)
ウェルカムこころん	13:00~14:00	対象者へ個別に通知	14日(火)	12日(火)	9日(火)	14日(火)			8日(火)	13日(火)	10日(火)	8日(火)	12日(火)	9日(火)	9日(火)	対象:塩竈市で生まれた生後4か月頃から1歳までの赤ちゃんとお母さま ※対象のお子さんには4か月児健診と一緒にご案内いたしますので、子育てアプリ「にこるん」でご予約ください。
つどい助産師相談会	10:30~11:30	予約不要	8日(水)	27日(水)	10日(水)	8日(水)	5日(水)	9日(水)	14日(水)	11日(水)	9日(水)	13日(水)	10日(水)	10日(水)	対象:0歳児親子(毎月第1または第2水曜日)	

健診名	受付時間	実施日程												お知らせ(対象・内容)
		R8年4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	R9年1月	2月	3月	
4か月児健康診査	13:00~13:15	23日(木) (R7.12月生)	28日(木) (R8.1月生)	25日(木) (R8.2月生)	23日(木) (R8.3月生)	27日(木) (R8.4月生)	24日(木) (R8.5月生)	22日(木) (R8.6月生)	26日(木) (R8.7月生)	24日(木) (R8.8月生)	28日(木) (R8.9月生)	25日(木) (R8.10月生)	25日(木) (R8.11月生)	健診票は対象月の前月上旬~中旬に個別に郵送いたします。 対象月に来られないか欠席される場合は、必ずにこサボ(TEL: 022-354-1225)へご連絡ください。 ※保健センターの駐車場は大変混み合うため、公共交通機関での来所等ご協力をお願いします。
1歳6か月児健康診査	12:30~12:45	16日(木) (R6.9月生)	21日(木) (R6.10月生)	18日(木) (R6.11月生)	16日(木) (R6.12月生)	20日(木) (R7.1月生)	17日(木) (R7.2月生)	15日(木) (R7.3月生)	19日(木) (R7.4月生)	17日(木) (R7.5月生)	21日(木) (R7.6月生)	18日(木) (R7.7月生)	18日(木) (R7.8月生)	
2歳6か月児歯科健康診査	① 9:30~ 9:40 ② 10:10~10:20	15日(水) (R5.10月生)	20日(水) (R5.11月生)	17日(水) (R5.12月生)	15日(水) (R6.1月生)	19日(水) (R6.2月生)	16日(水) (R6.3月生)	14日(水) (R6.4月生)	18日(水) (R6.5月生)	16日(水) (R6.6月生)	20日(水) (R6.7月生)	17日(水) (R6.8月生)	17日(水) (R6.9月生)	
3歳児健康診査	12:20~12:40	9日(木) (R4.11月生)	14日(木) (R4.12月生)	11日(木) (R4.12月生)	9日(木) (R5.1月生)	6日(木) (R5.2月生)	3日(木) (R5.3月生)	8日(木) (R5.4月生)	12日(木) (R5.5月生)	10日(木) (R5.6月生)	14日(木) (R5.7月生)	4日(木) (R5.8月生)	11日(木) (R5.9月生)	

子どもの個別予防接種(要予約) 場所：個別医療機関 ★各種予防接種予診票、母子健康手帳等を忘れないようにしましょう。

ワクチン名	種類等	対象者 ※( )内は標準的な接種年齢	回数	標準接種間隔	備考
ロタウイルス	1価 ロタリックス	出生6週0日~24週0日 (初回接種 生後2月~生後14週6日後まで)	2回	2回目以降27日以上の間隔を置いて接種	・初回接種は、腸重積症発症のリスクを避けるため、14週6日までに行う事が推奨されています。 ・2種類のワクチンがありますが、原則として同じワクチンを接種しましょう。
	5価 ロタテック	出生6週0日~32週0日 (初回接種 生後2月~生後14週6日後まで)	3回		
小児用肺炎球菌	初回	生後2か月~5歳未満 (初回接種開始 生後2~6か月)	3回※	[初回接種開始時に生後2~6か月のお子さん] 1歳までに27日以上の間隔を置いて3回接種	※接種回数に注意! 小児用肺炎球菌ワクチンは接種開始年齢やその後の接種年齢により接種回数が変わります。 左記に示した標準的な接種スケジュールにあてはまらなかった場合はかかりつけ医、またはにこサボにご相談ください。 15価・20価の2種類のワクチンがありますが、原則同じワクチンを接種しましょう。
	追加	生後2か月~5歳未満 (初回接種終了後60日以上おいて生後12~14か月まで)	1回※	初回接種(3回)終了後、60日以上の間隔かつ1歳を過ぎてから1回	
B型肝炎		1歳未満 (生後2~9か月)	3回	1回目接種から27日以上の間隔を置いて2回目、 1回目接種から139日以上の間隔を置いて3回目	・母子感染予防として生後にB型肝炎ワクチンの接種を受けたお父さんは、接種できません。 ・3回目の接種を終えるのにおおよそ半年かかるので、計画的に進めましょう。
BCG(結核)		1歳未満 (生後5~8か月)	1回	1回	・現在治療経過観察中の病気があるお父さんは、事前にBCG接種の可否について主治医にご確認ください。 ・ステロイド剤入り軟膏等を使用の際は、接種予定部位(両肩から両肘まで)は塗布を避けて、24時間以上あけるようにしてください。 ・アトピー性皮膚炎等で接種予定部位がジクジクしている際は、皮膚がきれいになるまで接種をお控えください。
五種混合 (百日咳・ジフテリア・破傷風・ポリオ・ヒブ)	1期初回	生後2か月~7歳6か月未満 (初回接種開始 生後2~6か月)	3回	2回目以降20日~56日の間隔を置いて接種	・令和6年4月から定期接種の対象になりました。 ・四種混合で接種を開始された方は、残りの回数を五種混合で接種しましょう。※予診票の交換が必要です。
	1期追加	生後2か月~7歳6か月未満	1回	初回接種(3回)終了後、6~18か月以上の間隔を置いて1回	
麻しん・風しん混合 (MR)	1期	1~2歳未満	1回	1回	・1歳になったらできるだけ早く接種しましょう。
	2期	小学校入学の前年度の1年間(令和2年4月2日~令和3年4月1日生)	1回	1回	・年長さんになったらできるだけ早く接種しましょう。接種期間は令和8年4月1日~令和9年3月31日の1年間です。
水痘(水ぼうそう)		1歳~3歳未満 (1回目 生後12~15か月)	2回	1回目接種から6~12か月間隔を置いて2回目	・水ぼうそうにかかったことのあるお父さんは接種できません。 ・最短スケジュール:2回目の接種は、1回目接種から最低3か月空ければ接種可能です。
	1期初回	生後6か月~7歳6か月未満(3歳)	2回	1回目接種から6~28日までの間隔を置いて2回目	・最短接種スケジュール 1期初回2回目の接種は、1回目接種から最低6日以上空ければ接種可能です。 1期追加の接種は、1期初回(2回)終了後、最低6か月以上空ければ接種可能です。
日本脳炎	1期追加	生後6か月~7歳6か月未満(4歳)	1回	1期初回(2回)終了後、概ね1年後に1回	【特例接種】 ・平成17年~平成21年まで行われた接種勧奨の差し控えにより公費による接種機会を失った方は、未接種分を20歳の誕生日の前日まで無料で接種が受けられます。対象は平成18年4月2日~平成19年4月1日生で20歳未満の方です。 問合せ先:保健センター(Tel.022-364-4786)
	2期	9~13歳未満(9歳)	1回	1回	
二種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期	11~13歳未満(11歳)	1回	1回	
子宮頸がん(HPV)予防 シルガード	9価	小学校6年生~高校1年生相当の女子 (12歳となる年度の初日から当該年度末日まで)	接種開始年齢により回数 が異なります	14歳以下で接種開始:1回目接種から6か月以上の間隔を置いて2回目、 15歳以上で接種開始:1回目接種から3か月以上の間隔を置いて2回目、 1回目接種から6か月以上おいて3回目	・最短接種スケジュール 14歳以下で接種開始の場合、1回目接種から6か月以上の間隔を置いて2回目、 15歳以上で接種開始する場合、最低1回目から1か月以上の間隔を置いて2回目、2回目接種から3か月以上おいて3回目



妊婦さんの個別予防接種(要予約) 場所：個別医療機関 ★予防接種予診票、母子健康手帳等を忘れないようにしましょう。

ワクチン名	種類等	対象者	回数	標準接種間隔	備考
RSウイルスワクチン		妊娠28週0日から36週6日までの妊婦	1回		・令和8年4月から定期接種の対象になりました。 ・妊娠39週0日より前に出産を予定している場合は、その14日前までにワクチン接種を完了することが望ましいとされています。

ウェルカムこころん

塩竈市にお生まれになった生後4か月頃からの赤ちゃんと保護者様をこころんにご招待して、赤ちゃん誕生祝いギフトの贈呈式やお子さんに参加できる事業・あそび場の紹介、ふれあい遊びの紹介を行います。親子で取った手形を記念のプレゼントとしてお渡しします。対象のお子さんには、4か月児健診票と一緒にご案内をお送りいたします。



詳細はこちら↓



塩竈市HP

子育てサポート「にこハピ」募集

子育てサポート「にこハピ」とは...  
『子育てを応援したい!』という声からできた市民有志の会です!

活動内容

- ◎産前・産後のイベントのお手伝い
- ◎お母さん同士の交流タイムでのつなぎ役
- ◎会場での託児

【お問い合わせ先】  
こども家庭センターにこサボ  
☎022-354-1225



すべての妊産婦や子育て世帯、0歳から18歳までのお父さんを対象とした、妊娠・出産・子育て家庭相談支援のワンストップ総合窓口です。保健師、社会福祉士、保育士、助産師、栄養士子ども家庭支援員などの専門職員が、心配ことや悩みごとに寄り添い、必要とする支援やサービスについて一緒に考えます。「話を聞いてほしい」だけでも大丈夫です。お気軽にご相談ください。

〈こども家庭センター相談窓口〉

- TEL 022-364-1178
- 時間 月曜日~金曜日 8:30~17:15  
(祝日・年末年始を除く)
- 所在地 塩竈市本町1番1号  
(香番館1階子ども未来課2番窓口)

こども家庭センター



塩竈市こども家庭センター  
公式Instagramを始めました!

にこサボやこころんの子育てイベントご案内や、塩竈市内のこども食堂・放課後児童クラブの活動、市内の子育て情報などを発信していきます。ぜひフォローして投稿をチェックしてみてください。

Follow Me



SHIOGAMA.MIRAI