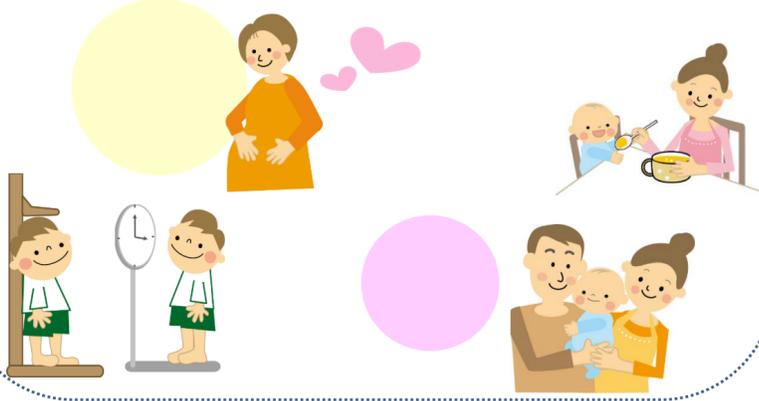


# 令和7年度 妊婦・こどもネウボラ & 栄養相談

ネウボラはフィンランド語で**助言・アドバイスの場**という意味で、妊娠中・子育て中のご家庭を切れ目なくサポートする制度です。千歳市では、妊婦・こどもネウボラを通して妊娠期から子育て期を安心して過ごせるようサポートいたします。相談は、**妊婦さんや子育て家庭(0歳～18歳まで)**が対象です。妊婦ネウボラは、個別相談のほか**全ての妊婦さんに母子手帳交付時の面談、妊娠8か月アンケート**を実施しています。お気軽にご利用ください。

## Q.どんなことを相談できるの？

妊娠中のケア、出産・産後について、健康・子育てに関する相談、サービス案内やサポートプランの作成など、お気軽にご相談ください。ママやパパはもちろん、おじいちゃん、おばあちゃんやその他のご家族の方もご利用できます。



## Q.誰が相談にのってくれるの？

保健師、助産師、子育てコンシェルジュ、栄養士等が対応します。



## Q.突然行っても相談できるの？

完全予約制で実施しております(1回30~40分程度)。

お電話か子育てアプリでお気軽にお申込みください。

☎(0123)24-0133

子育てアプリはQRコードから取得できます。

子育てアプリ内「地域の子育て情報」から、

「千歳市オンライン予約」を選び、お申し込みください。

もしも～  
〇月〇日のネウボラ  
に予約したいのです



場 所	保健センター		ちとせっこセンター		げんきっこセンター		アリスセンター		児童館
住所	東雲2-34		花園4-3-1		新富1-2-14		勇舞1-1-1		(下記参照)
内 容	妊婦・こどもネウボラ (いずれも栄養相談あり)		妊婦・こども ネウボラ	栄養 相談	妊婦・こども ネウボラ	栄養 相談	妊婦・こども ネウボラ	栄養 相談	妊婦・こどもネウボラ
受付時間	10:00～15:00		10:00～12:00、13:00～14:00 (土曜開催は10:00～12:00)				10:00～11:30		10:00～11:30
令和7年4月	8日(火)	24日(木)	14日(月)		25日(金)		23日(水)	○	
5月	19日(月)	26日(月)	22日(木)		28日(水)	○			16日(金) ひので 【青葉5-8-8】
6月	2日(月)	19日(木)	16日(月)		21日(土)		4日(水)		3日(火) あんじゅ 【春日町5-1-10】
7月	1日(火)	14日(月)	7日(月)	○	18日(金)				2日(水) せいりゅう 【清流2-4-2】
8月	1日(金)	18日(月)	30日(土)		28日(木)		22日(金)	○	
9月	8日(月)	30日(火)	25日(木)		10日(水)	○			5日(金) いずみさわ 【柏陽2-2-1】
10月	10日(金)	20日(月)	17日(金)	○	29日(水)		22日(水)		9日(木) しなの 【富士2-3-4】
11月	4日(火)	20日(木)	10日(月)		21日(金)	○			7日(金) ほくおう 【北斗5-6-10】
12月	8日(月)	25日(木)	2日(火)	○	20日(土)		17日(水)	○	18日(木) しゅくばい 【弥生2-7-4】
令和8年1月	6日(火)	16日(金)	23日(金)		19日(月)				
2月	3日(火)	16日(月)	14日(土)		24日(火)	○	25日(水)		13日(金) ほくよう 【勇舞3-4-1】
3月	3日(火)	16日(月)	12日(木)	○	9日(月)				13日(金) みどり台 【みどり台北5-3-11】

♪上記以外の日程での相談や電話でのご相談も可能です。お気軽にご連絡ください♪

ご予約・お問合せ

千歳市保健福祉部 母子保健課母子支援係 電話 (0123) 24-0133 (直通)

