

◆ご来庁の際は、できるだけ公共交通機関をご利用ください ◆予約時に持ち物をご確認ください ◆この保存版の内容は、市会で予算案が可決されたときに確定するものです

掲載している内容は、中止・延期になる可能性がありますので、参加の際は事前にお問い合わせください。

マークの凡例はこちら▶ 対象/定員 問合せ 電話 ファクス ホームページ

**親子と女性と子どものための各種相談・教室** 子育て支援担当 ☎954-6150 **こども家庭係** 954-6151 **健康づくり係** 954-6146

子育て

種別	日程	時間・内容・対象	
子育て支援担当 母親教室(両親教室) (各コース全3回) 予約制(電子申請)	4月コース▶1日(火)・8日(火)・15日(火)	時間▶14時~16時、土曜は9時30分~11時30分 【第1回】自己紹介、お産の準備と経過、妊婦体操 【第2回】母と子の歯の健康、妊娠中の栄養、産後の身体と授乳 【第3回】赤ちゃんのお風呂、赤ちゃんとの生活、育児のポイント ※第3回は父親も参加できます。	
	5月コース▶13日(火)・20日(火)・27日(火)		
	6月コース▶3日(火)・10日(火)・14日(土)		
	7月コース▶8日(火)・15日(火)・22日(火)		
	8月コース▶5日(火)・19日(火)・26日(火)		
	9月コース▶2日(火)・9日(火)・27日(土)		
	10月コース▶7日(火)・14日(火)・21日(火)		
	11月コース▶4日(火)・11日(火)・18日(火)		
	12月コース▶2日(火)・9日(火)・13日(土)		
	2026年 1月コース▶6日(火)・13日(火)・20日(火)		
2月コース▶3日(火)・10日(火)・17日(火)			
3月コース▶3日(火)・10日(火)・14日(土)			
女性の健康相談 予約制	電話相談は随時。面接相談は 予約制	思春期、更年期、家族計画、不妊相談など	
赤ちゃん教室	会場(14か所)によって日程、時間が異なります。詳細はHPまたはパマトコをご確認いただくか、子育て支援担当へお問い合わせください。	原則第一子の0歳児とその保護者・妊婦を対象に、育児の学習や相談、ふれあい体操などを実施。会場により第二子以降も参加できます。 ※バスタオル、お子さんのおもちゃをお持ちください。	
母乳相談 予約制	電話相談は随時。面接相談は 予約制	母乳育児と断乳に関する相談、妊産婦健康相談 ※乳房などのトラブルには対応していません。	
子育て支援担当 乳幼児歯科相談・妊産婦歯科相談 予約制	4月15日、5月27日、6月24日、7月29日、8月26日、9月30日、10月28日、11月25日、12月23日、2026年1月27日、2月24日、3月24日(各回火曜)	受付時間▶12時~16時 【乳幼児】0歳児~未就学児の歯科健診、歯科相談、歯磨きのアドバイスなど 【妊産婦(妊娠中・産後1年未満まで)】歯科相談	
	乳幼児食生活健康相談 予約制	4月16日、5月14日、6月4日、7月2日、8月6日、9月3日、10月1日、11月5日、12月3日、2026年1月14日、2月4日、3月4日(各回水曜)	時間▶9時~11時 内容▶食生活の個別アドバイス(30分~1時間) 相談例▶離乳食が進まない、偏食、小食など
	離乳食教室 予約制	時間▶13時30分~14時30分(15分前受付開始) 内容▶「離乳食の進め方」栄養士の話と調理実演見学、試食 7~8か月児と初めて育児をする保護者/先着20組	
乳幼児歯みがき教室 予約制	5月30日、9月12日、11月28日、2026年2月13日(各回金曜)	時間▶10時~11時 内容▶むし歯予防の話、歯磨きのポイントなど 6か月~1歳6か月児と保護者/先着16組 詳細は、毎月の「広報よこはま あさひ区版」をご覧ください。	

**子育て相談** こども家庭相談 ☎954-6160

匿名での相談も可能です。秘密は守ります。

種別	日程・時間	内容
こども家庭相談	月~金曜(祝日・年末年始を除く)8時45分~17時	妊娠期・乳幼児期から思春期(原則17歳まで)の子どもと養育者を対象にした相談

**予防接種** 健康づくり係 ☎954-6146

◎予防接種の接種前には、予防票と一緒に送っている「予防接種のしおり」または「予防接種のご案内」を必ずお読みください。

**市内の協力医療機関で受けられる定期予防接種**

◎協力医療機関については、HPや「予防接種のご案内」でご確認ください。 横浜市保健所 予防接種

横浜市予防接種コールセンター  
 予防接種全般に関しては下記へお問い合わせください。  
 ☎330-8561 ☎664-7296 受付時間▶9時~17時(土日・祝日・年末年始を除く)  
 【転入などで予防票がない人について】  
 「母子健康手帳」および「健康保険証など年齢が確認できる書類」を持参の上、  
 区役所3階30番窓口へお越しください。



**乳幼児健康診査** こども家庭係 ☎954-6151

【会場】区役所3階 ◎個別通知(問診票)は3~7週間前に発送します。詳細は個別通知をご覧ください。

4か月児	受付 12時45分~14時 (各回金曜)	4月	4月	5月	6月	6月	7月	7月	8月	8月	9月	9月	10月	10月
		4日	18日	16日	6日	20日	4日	18日	8日	22日	5日	19日	10日	24日
1歳6か月児	受付 8時45分~10時 (各回火曜)	4月	4月	5月	5月	6月	6月	7月	7月	8月	8月	9月	9月	10月
		8日	22日	13日	20日	3日	17日	1日	15日	5日	19日	2日	16日	7日
3歳児	受付 12時45分~14時 (各回木曜)	4月	4月	5月	5月	6月	6月	7月	7月	7月	8月	8月	9月	9月
		3日	17日	8日	22日	5日	19日	3日	17日	24日	7日	21日	4日	18日
		10月	10月	10月	11月	11月	12月	12月	1月	1月	2月	2月	3月	3月
		2日	9日	23日	6日	20日	4日	18日	8日	22日	5日	19日	5日	19日

健康づくりのための各種相談・検査

問 健康づくり係 ☎ 954-6146

種別	日程	内容
生活習慣病 予防相談 【予約制】	※日程は毎月の「広報よこはま あさひ区版」をご覧ください。 1回30分～1時間程度	【食生活健康相談】 栄養士による高血圧、脂質異常症、糖尿病などの予防のための食生活に関する個別相談 【生活習慣病・メタボリックシンドローム相談】 保健師による個別相談 【禁煙相談】 禁煙に関する個別相談 【歯科相談】 歯科衛生士による生活習慣病予防のための口腔衛生などに関する個別相談
種別	日程・時間	備考
HIV(エイズ)・梅毒 検査、相談 【予約制】	第1・3水曜(祝日・年末年始を除く) 9時～10時	前開庁日の12時までに予約してください(匿名検査)。 結果は第2・4水曜(開庁日を除く)9時～9時30分にご本人に限りお渡しします。 ※HIVは感染の可能性があった日から3か月以上、梅毒は6週間以上経過していないと、正確な結果が出ない可能性があります。

実施医療機関で受診できる横浜市がん検診・肝炎ウイルス検査など ※他で受診機会のない市民が対象となります。 問 健康づくり係 ☎ 954-6146

- 実施医療機関名簿…福祉保健センターからのお知らせ4ページ、📄 をご覧いただくか、健康づくり係へお問い合わせください。
- 実施日などは希望の医療機関に事前にお問い合わせください。🔍 横浜市 がん検診実施医療機関 🔍 検索 歯周病検診は 🔍 横浜市 歯周病検診実施医療機関 🔍 検索

検診の種類	受診回数	対象※1	料金	検診内容など	
大腸がん検診	1年度に1回	40歳以上の人	無料	便潜血検査	
胃がん検診	2年度に1回	50歳以上の人	2,500円	エックス線検査(バリウム)または内視鏡検査 *内視鏡検査は別途費用がかかる場合があります。	
肺がん検診	1年度に1回	40歳以上の人	680円	胸部エックス線撮影	
子宮頸がん 検診	細胞診検査	2年度に1回	20～29歳、 61歳以上の女性	1,360円	頸部細胞診検査※2
	HPV 検査単独法	5年に1回	30～60歳の女性※3	2,000円	内診による細胞の採取
乳がん検診	2年度に1回	40歳以上の女性	視触診+マンモグラフィ検査 1,370円 (マンモグラフィ検査のみ 680円)	視触診およびマンモグラフィ検査 またはマンモグラフィ検査単独 *視触診のみの受診はできません。	
前立腺がん検診(PSA検査)	1年度に1回	50歳以上の男性	1,000円	血液検査	
肝炎ウイルス検査	過去に肝炎ウイルス検査を受けていない人		無料	血液検査(B型・C型肝炎ウイルス検査)	
歯周病検診	受診日時点で、横浜市在住の 満20・30・40・50・60・70歳の人		500円	口腔内の検診	

- ※1…がん検診(大腸・胃・肺・子宮頸の細胞診検査・乳・前立腺)は2026年4月1日時点で対象年齢に達している人が対象です。
- ※2…子宮体部検診は、医師が必要と判断した人が対象です。なお、医師が必要と判断した場合の子宮体がんの検査は保険による診療になります。
- ※3…受診日時点で対象年齢に達している人が対象です。また、2024年4月から12月末までに横浜市子宮頸がん検診を受診していない人が対象です。(2024年4月から12月末までに受診した人は2026年度に受診できます。)

《がん検診などで料金が無料となる人について(実施医療機関に持参する書類)》

- ①2026年4月1日時点で70歳以上の人(住所・名前・年齢が確認できる健康保険証)
- ②生活保護受給者(休日・夜間等診療依頼証)
- ③中国残留邦人支援給付制度適用の人(本人確認証)
- ④65～69歳で一定の障害があり、後期高齢者医療制度に加入している人(後期高齢者医療被保険者証)
- 【区役所3階30番健康づくり係で事前手続きが必要な人】
- 受診日の属する年度の前年度の市県民税が非課税世帯[同一世帯全員が非課税]または均等割のみの世帯の人(運転免許証など写真付きの本人確認書類)

横浜市健康診査

問 健康づくり係 ☎ 954-6146

- ◎横浜市健康診査実施医療機関へ直接予約してください。
- 実施医療機関名簿…福祉保健センターからのお知らせ4ページ、📄 をご覧いただくか、健康づくり係へお問い合わせください。🔍 横浜市 健康診査実施医療機関 🔍 検索
- 心臓病、脳卒中などの循環器疾患を中心とした、生活習慣病予防対策の一つとして、75歳以上の人などに、年度に1回健康診査を実施します。

対象(持参するもの)	検査項目
<ul style="list-style-type: none"> <li>①後期高齢者医療制度被保険者の人(後期高齢者医療被保険者証) ※年度内に75歳になる人は誕生日以降に対象になります。</li> <li>②40歳以上の生活保護受給者(休日・夜間等診療依頼証)</li> <li>③40歳以上の中国残留邦人支援給付制度適用の人(本人確認証) ただし、介護保険が適用となる特別養護老人ホームなどへ入所中の人は対象となりません。</li> </ul>	問診、視診、胸部聴打診、腹部触診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査 ※腹囲は40～74歳の人のみ実施 ※心電図、眼底検査など選択検査項目は医師の判断により必要な人へ実施

※横浜市国民健康保険に加入している40～74歳の方は、横浜市国民健康保険が特定健康診査・特定保健指導を実施します。  
対象にならないケースもありますので、実施内容などについては、旭区保険年金課保険係(☎954-6134)、  
または横浜市けんしん専用ダイヤル(☎664-2606)へお問い合わせください。  
※横浜市国民健康保険以外の健康保険に加入している人は、各医療保険者が特定健康診査・特定保健指導を実施します。  
実施内容については、被保険者証に記載されている各医療保険者へお問い合わせください。

高齢者

認知症に関する相談

問 高齢者支援担当 ☎954-6191

種別	実施日	会場	内容・対象
もの忘れ相談 <b>予約制</b>	原則月1回	区役所相談室など	専門医が相談に応じます。📍もの忘れが気になる人や介護者

《旭区SOSネットワークシステム》

旭区では「認知症」により行方不明になった人に、少しでも早く家族の元へ安全にお帰りいただくため、警察署、交通機関、郵便局などの協力機関、地域のさまざまな事業所・団体などの協賛店の協力を得て「旭区SOSネットワークシステム」の取り組みを進めています。

名前や連絡先、写真などの情報を事前に登録することができますので、お近くの地域ケアプラザまたは区役所にご相談ください。登録用紙は📄からもダウンロードできます。🔍[横浜市旭区SOSネットワーク](#) 検索



旭区の認知症に関する取り組みのシンボルマーク「ほっとちゃん」

中途障害者

旭区リハビリ教室

問 高齢者支援担当 ☎954-6191

種別	実施日	会場	内容・対象
リハビリ教室	原則毎週水曜 午前 ※月1回は言語のリハビリを実施	中途障害者地域活動センター「フェニックス旭」など	脳血管疾患や脳外傷などによる中途障害の人が、仲間と触れ合いながら生活訓練やスポーツを通し、自立した活動を目指します。詳細は保健師へお問い合わせください。 📍おむね64歳までの人

こころの健康

こころの健康相談

問 障害者支援担当 ☎954-6145

種別	実施日	内容
精神保健福祉相談 <b>予約制</b>	毎週月～金曜 受付時間▶8時45分～12時、13時～17時	こころの病気やそれに伴う生活上の困りごとなどについて、医療ソーシャルワーカーが相談に応じます。
専門医による精神保健相談 <b>予約制</b>	毎月4回程度 実施日程・時間はお問い合わせください。	こころの病気でお悩みの人やその家族に、精神科医が相談に応じます。
生活教室(旭会) <b>登録制</b>	毎週水曜 開催時間▶13時30分～15時	こころの病気がある人たちが集まって、生活リズムや社会性を身に付けることなどを目的に、話し合い、スポーツ、レクリエーションなどを行っています。
家族会(あけぼの会) <b>登録制</b>	毎月第4月曜 開催時間▶13時30分～16時	こころの病気がある人たちの家族が集まり、情報交換や社会復帰などについて考える交流の場です。

※精神障害者保健福祉手帳、自立支援医療(精神通院医療)は郵送および一部オンラインによる手続もできます。  
詳細は精神通院医療・手帳事務処理センター(☎671-3623)にお問い合わせください。受付時間は平日の9時～17時です。  
※区役所での精神保健福祉関係諸手続(自立支援医療、精神障害者保健福祉手帳など)の受付時間は、平日の8時45分～12時、13時～17時です。

難病

難病患者家族交流会

問 障害者支援担当 ☎954-6128

種別	実施日	会場	内容
神経系難病(あした会)	原則第1木曜 午後(年6回) ※具体的な日程は、毎月の「広報よこはま あさひ区版」をご覧ください。また、障害者支援担当保健師へお問い合わせください。	区役所など	仲間づくりや交流の場として、話し合いや講師を招いての学習会などを行います。また、療養上の工夫などの情報交換も行います。

狂犬病予防注射出張会場のご案内

問 環境衛生係 ☎954-6168

生後91日以上の子の所有者には、狂犬病予防法によって生涯1回の子の登録と年に1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

狂犬病予防注射出張会場の詳細は、横浜市から送付される「狂犬病予防注射のお知らせ(封書)」または動物愛護センターの📄をご確認ください。

会場での予防注射には「**狂犬病予防注射済票交付申請書**」が必要です。  
会場では子の新規登録や転入の手続きはできません。横浜市内に子の登録がない場合は、区役所で登録や転入の手続きを済ませてからご来場ください。  
また、購入店などですでに子の登録手続きが済んでいる場合があります。登録の有無を確認しますので、事前に区役所へお問い合わせください。



子の飼い主さんへのお願い

①トイレは散歩前に済ませましょう

公園や道路は子のトイレではありません。散歩中にしてしまったふんは持ち帰り、おしっこはペットシートに吸わせるようにしましょう。

②散歩時の子の行動に気を付けましょう

しつけられていても突然かみつく恐れがあります。必ずリードを着け、目を離さないようにしましょう。

③鳴き声などで近所迷惑にならないようにしましょう

十分に運動させる、しつけをするなどしても、解決が難しい場合は無理をせず獣医師やしつけの専門家に相談しましょう。

