

令和6年度

# しきっ子 あんしん

## 子育てサポート事業案内

志木市では、安心して子育てができる環境づくりを目指して「しきっ子 **あんしん** 子育てサポート事業」を行っています。誰もが安心して、妊娠・出産・子育てができ、子育てが楽しいと感じられるよう、切れ目のない支援を行っています。



### 目次

- 問合せ・相談窓口 ..... 1 p
- しきっ子あんしん子育てサポート事業 ..... 2～3 p
- 令和6年度 乳幼児健診・各種教室のご案内 ..... 4～5 p
- 定期の予防接種 ..... 6～7 p
- 市内の子育て支援施設等 ..... 8 p

**志木市健康増進センター** 〒353-0005 志木市幸町3-4-70

TEL 048-473-3811 FAX 048-476-7222

月曜日～金曜日 8時30分～17時15分 年末年始・祝休日休み

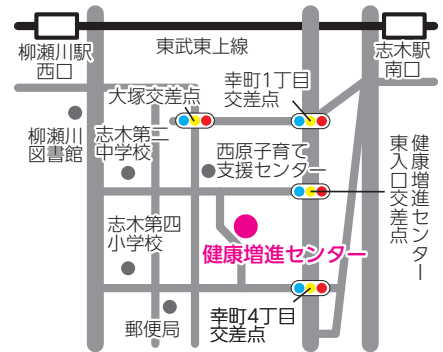
### しきっ子あんしん子育てサポート専用電話

(志木市健康増進センター内)

※妊娠・出産に関する相談 TEL 048-476-7333

月曜日～金曜日 8時30分～17時15分 年末年始・祝休日休み

第2・第4土曜日 9時～17時 年末年始・祝休日休み



### 転入された方へ

乳幼児健診や予防接種が終了していない場合は、健康増進センターへご連絡ください。妊娠中の方は、妊産婦健康診査助成券の差し替えが必要です。

埼玉県救急電話相談 #7119または よいきゅーざかー ☎048-824-4199 **24時間 365日対応**

★子どもの急な病気(発熱、下痢、おう吐など)やけがの際の家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が相談に応じます。

★音声ガイダンスに応じて、相談 ①子どもの相談 ②大人の相談 ③医療機関案内(子ども・大人に対応しています) したい窓口を選択してください。

※ただし、歯科、口腔外科、及び精神科の案内や医療相談は実施していません。

## 妊娠前



### 早期不妊検査費の助成

#### ○検査費

妻の年齢が43歳未満の夫婦を対象に、夫婦が共に受けた不妊検査費を助成します。

検査開始時の妻の年齢により、助成上限が異なります。

- ・ 35歳未満の場合：上限3万円
- ・ 35歳～42歳の場合：上限2万円

### 不育症検査費・治療費の助成

#### ○検査費

妻の年齢が43歳未満の夫婦を対象に不育症の検査費を助成します。

検査開始時の妻の年齢により、助成上限が異なります。

- ・ 35歳未満の場合：上限3万円
- ・ 35歳～42歳の場合：上限2万円

#### ○治療費

妻の年齢が43歳未満の夫婦を対象に不育症の治療費を補助率1/2で上限5万円まで助成します。



### 「いっしょに子育て・孫育て」リーフレットの配布

子育て・孫育てをするパパママと祖父母の方に向けた「いっしょに子育て・孫育て」のリーフレットを配布しています。市ホームページからもダウンロードできます。

**配布場所** 志木市役所（子ども支援課）  
健康増進センター

### 母子保健推進員の活動

母子保健推進員は、町内会長より推薦され、市長の委嘱を受けて、健康増進センターと連絡をとりながら、妊婦さんやお子さんのいるご家庭の訪問、乳幼児健診など保健事業への協力、各地域での三世代・子育て支援交流会の開催などを行っています。

## 妊娠期



### 妊娠届（予約制）

#### ○母子健康手帳の交付

#### ○妊産婦健康診査助成券の交付

妊娠しているかなと思ったら早めに医療機関を受診しましょう。妊娠が確定したら、妊娠届を出しましょう。届出時に助産師又は保健師による面接・相談があります。事前に健康増進センターへご予約ください。

平日 TEL：048-473-3811

第2・第4土曜日 TEL：048-476-7333

**窓口・時間** 子ども支援課 月～金曜日 9時～16時  
健康増進センター 月～金曜日 9時～16時  
第2・第4土曜日 9時～16時  
※どちらも、年末年始・祝休日を除く

### 出産応援金の支給

妊娠届を提出された方に支給します。

また、妊娠32～34週頃、アンケートでご様子を伺います。

流産・死産となった方も支給の対象となります。

**支給金額** 妊婦一人につき5万円

### パパママ学級

赤ちゃんの誕生、育児の手助けとなるように、パパママ学級を行います。

### 妊婦歯科検診

妊娠中に、1回無料（全額公費助成）で歯科検診を受けることができます。妊娠中はホルモンバランスの変化などから歯周疾患になりやすく、早産や低出生体重児のリスクを高めます。

### 母子保健推進員による妊婦訪問

市より委嘱を受けた母子保健推進員が妊婦訪問を行います。

### ラブラブ（多胎児サークル）

多胎児の親子や妊婦さんを対象にした交流会を行っています。

# 育 て サ ポ ー ト 事 業

## 出産直後



### 産婦健康診査費用の助成

産婦健診の費用を上限5,000円まで助成します。助成券は妊産婦健康診査助成券と一緒に付いています。

### こんにちは赤ちゃん訪問

安心して子育てができるように、生後4か月までの赤ちゃんがいる全ての家庭を訪問しています。保健師・助産師による**新生児訪問**と、母子保健推進員による**乳児訪問**があります。新生児訪問では、体重測定、ママのメンタルチェック、育児や授乳の相談などを行います。

### 子育て応援金の支給

新生児訪問が終了した方に支給します。

**支給金額** 対象児童一人につき5万円

### おっぱいケア訪問

出産から90日以内でおっぱいや授乳に関する心配や不安のある親子を対象に、助産師が家庭訪問し、おっぱいケアや授乳に関する相談を行います。

**自己負担** 1回500円（生活保護世帯の人は自己負担なし）

**利用回数** 2回まで

### 育児サポート事業

出産から1年以内で、家族等からの支援がなく、心身に不調があり、育児に不安等がある産婦へ助産師やヘルパーが育児のサポートを行います。事前に審査がありますので、詳しくは、健康増進センターへお問い合わせください。

（自己負担あり※生活保護世帯の人を除く）

### 新生児聴覚検査費用の助成

検査費用を上限3,000円まで助成します。助成券は妊産婦健康診査助成券と一緒に付いています。

### 産後ケア事業

ショートステイ型及びデイサービス型を実施します。詳しくは市ホームページや広報等でご確認ください。

## 子育て期



### はじめて赤ちゃん学級

生後2か月の第1子のお子さんがあるパパママを対象に、子育て支援センターと共催で、保健師による講話、子育て支援サービスの紹介、交流会を行います。  
（対象となる人には、予防接種の通知にお知らせを同封します）  
問い合わせは、健康増進センター TEL 048-473-3811

### 子育てファミリー応援事業

「埼玉県に生まれてきてくれてありがとう」の気持ちを込めて、市と県からギフトを配送します。  
（受取には申請が必要です。申請のために必要な通知は、産後に送付します。）

### 子育て支援センター

妊産婦や就学前のお子さんと保護者が気軽に立ち寄り、自由に遊べる場です。子育て親子の交流や心配ごとの相談もできます。子育てに関する情報の発信もしています。

### ファミリー・サポート・センター

子育ての援助をしてほしい人と子育てを手助けする人が会員となり、センターが条件や要望に合った会員同士を組み合わせ紹介し、子育て家庭を支援するシステムです。  
TEL 048-473-1125

### 子育てに関する相談

**子どもと家庭の相談室** TEL 048-476-2330  
お子さんへの対応など子育てに関することならなんでも相談できます。

**児童発達相談センター すきっぷ** TEL 048-486-5511  
ことばが遅い、落ち着きがないなど、お子さんの発達について気軽に相談できます。

**出張子育てサポーター事業** TEL 048-456-5362  
子育て応援パートナーが市内の子育て支援センターや乳幼児健診に出向き、子育て情報の提供や相談ができます。

### 各種手当・医療費の助成

児童手当、子ども医療費の助成等  
**子ども支援課** TEL 048-473-1784

### 保育園等の利用

**保育課** TEL 048-473-1111

乳幼児健康診査（3か月、9か月、1歳6か月、3歳）

定期予防接種

乳幼児出張健康相談

離乳食教室（初期、中期、後期）

むし歯予防教室

5歳児親子いっしょに歯科検診

令和6年度

# 乳幼児健診、

月 別		4月	5月	6月	7月
<b>乳幼児健診</b> 健康増進センター 受付時間▶13:00~14:00 ※受付時間は個別通知でお知らせします。	3か月児 離乳食教室初期	16日(火) <small>(令和5年12月生)</small>	21日(火) <small>(令和6年1月生)</small>	18日(火) <small>(令和6年2月生)</small>	9日(火) <small>(令和6年3月生)</small>
	9か月児 ブックスタート (絵本のプレゼント)	10日(水) <small>(令和5年6月生)</small>	15日(水) <small>(令和5年7月生)</small>	12日(水) <small>(令和5年8月生)</small>	3日(水) <small>(令和5年9月生)</small>
	1歳6か月児	9日(火) <small>(令和4年9月生)</small>	14日(火) <small>(令和4年10月生)</small>	11日(火) <small>(令和4年11月生)</small>	2日(火) <small>(令和4年12月生)</small>
	3歳児 フッ化物塗布	17日(水) <small>(令和2年12月生)</small>	22日(水) <small>(令和3年1月生)</small>	19日(水) <small>(令和3年2月生)</small>	10日(水) <small>(令和3年3月生)</small>

お子さんの健やかな成長を支援するために、乳幼児健診を実施実施月の前月下旬ごろまでに個別通知をお送りします。実施月

<b>離乳食教室</b> 健康増進センター	中 期(申込制) 10:00~ 対象者▶概ね満6か月~ 7か月児の親(希望者)	23日(火) <small>(令和5年9・10月生)</small>		25日(火) <small>(令和5年11・12月生)</small>	27日(火) <small>(令和6年1月生)</small>
	後 期(申込制) 10:00~ 対象者▶概ね満8か月~ 9か月児の親(希望者)	24日(水) <small>(令和5年7・8月生)</small>		26日(水) <small>(令和5年9・10月生)</small>	28日(水) <small>(令和5年11・12月生)</small>

離乳食についての講話、試食、相談を行っています。また、希

<b>乳幼児出張健康相談</b> 子育て支援センター	未就学児と親 受付時間▶10:00~11:00	3日(水) ▶まんまある		4日(火) ▶ぶちまある 13日(木) ▶ぼけっと	2日(火) ▶まんまある 26日(土) ▶ぼけっと
-------------------------------	----------------------------	-----------------	--	------------------------------------	------------------------------------

身体計測やお子さんの育児や健康に関する相談ができます。

<b>むし歯予防教室</b> 子育て支援センター	8か月~未就学児 10:00~11:30 (各会場に申込)		29日(水) ▶めばえ		5日(金) ▶ぼけっと
-----------------------------	-------------------------------------	--	----------------	--	----------------

歯の健康・食生活のミニ講話と個別ブラッシング指導を行って

<b>5歳児親子いっしょに</b> 歯科検診	5歳になる幼児と その保護者(個別通知)				
---------------------------	-------------------------	--	--	--	--

<b>妊婦歯科検診</b>	妊婦				
---------------	----	--	--	--	--

歯科検診及び歯科保健指導を行います。

<b>パパママ学級</b> 健康増進センター	9:30~(申込制)		18日(土)		13日(土)
---------------------------	------------	--	--------	--	--------

妊娠、出産、育児に関する講話などを行っています。パパの参



# 各種教室のご案内

8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
0日(火) <small>(令和6年4月生)</small>	10日(火) <small>(令和6年5月生)</small>	8日(火) <small>(令和6年6月生)</small>	19日(火) <small>(令和6年7月生)</small>	10日(火) <small>(令和6年8月生)</small>	28日(火) <small>(令和6年9月生)</small>	18日(火) <small>(令和6年10月生)</small>	11日(火) <small>(令和6年11月生)</small>
日(水) <small>(令和5年10月生)</small>	4日(水) <small>(令和5年11月生)</small>	2日(水) <small>(令和5年12月生)</small>	13日(水) <small>(令和6年1月生)</small>	4日(水) <small>(令和6年2月生)</small>	22日(水) <small>(令和6年3月生)</small>	5日(水) <small>(令和6年4月生)</small>	5日(水) <small>(令和6年5月生)</small>
日(火) <small>(令和5年1月生)</small>	3日(火) <small>(令和5年2月生)</small>	1日(火) <small>(令和5年3月生)</small>	12日(火) <small>(令和5年4月生)</small>	3日(火) <small>(令和5年5月生)</small>	21日(火) <small>(令和5年6月生)</small>	4日(火) <small>(令和5年7月生)</small>	4日(火) <small>(令和5年8月生)</small>
日(水) <small>(令和3年4月生)</small>	11日(水) <small>(令和3年5月生)</small>	9日(水) <small>(令和3年6月生)</small>	20日(水) <small>(令和3年7月生)</small>	11日(水) <small>(令和3年8月生)</small>	29日(水) <small>(令和3年9月生)</small>	19日(水) <small>(令和3年10月生)</small>	12日(水) <small>(令和3年11月生)</small>

しています。身体計測、医師の診察、保健指導や育児相談を行っています。  
に受けられない場合には、健康増進センターまでご連絡ください。

7日(火) <small>(令和6年1・2月生)</small>		29日(火) <small>(令和6年3・4月生)</small>		17日(火) <small>(令和6年5・6月生)</small>		25日(火) <small>(令和6年7・8月生)</small>	
8日(水) <small>(令和5年11・12月生)</small>		30日(水) <small>(令和6年1・2月生)</small>		18日(水) <small>(令和6年3・4月生)</small>		26日(水) <small>(令和6年5・6月生)</small>	

望者には身体計測を行っています。後期には、**歯のミニ講話**もを行っています。

日(金) <small>にこまある</small>		10日(木) <small>▶まんまある</small>		9日(月) <small>▶ぶちまある</small>		12日(水) <small>▶にこまある</small>	
5日(月) <small>▶めばえ</small>		24日(木) <small>▶ぼけっと</small>				27日(木) <small>▶めばえ</small>	

	19日(木) <small>▶にこまある</small>		26日(火) <small>▶まんまある</small>		30日(木) <small>▶にこまある</small>		7日(金) <small>▶ぼけっと</small>
--	---------------------------------	--	---------------------------------	--	---------------------------------	--	-------------------------------

います。

実施期間 8月1日～2月28日 (対象者▶平成31年4月2日～令和2年4月1日までに生まれた人)						
---	--	--	--	--	--	--

実施期間 5月1日～2月28日						
-----------------	--	--	--	--	--	--

	14日(土)		30日(土)		11日(土)		8日(土)
--	--------	--	--------	--	--------	--	-------

加もお待ちしています！



# 定期の予防接種

## 乳幼児から小学校低学年までの定期予防接種

実施医療機関で  
個別接種

**!** 母子健康手帳（親子健康手帳）は、必ず持参してください。

種類	対象年齢	回数及び間隔	お知らせする時期	
ロタ	1 価 (ロタリックス) 初回	2 回 1回目から2回目は27日以上の間隔をあける (生後24週までに完了)	誕生月の翌月	
	5 価 (ロタテック) 初回	3 回 1回目から2回目、3回目は27日以上の間隔をあける (生後32週までに完了)		
B型肝炎	生後1歳に至るまで (生後2か月～9か月までが望ましい)	3 回 ※1回目から2回目は27日以上の間隔をあける ※3回目は第1回目の接種から139日以上あける	誕生月の翌月	
小児用肺炎球菌	生後2か月～5歳に至るまで	最大4回 (接種開始月齢により異なります)	誕生月の翌月	
ヒブ ※接種している場合のみ	生後2か月～5歳に至るまで	最大4回 (接種開始月齢により異なります)	9か月児健診案内に同封	
四種混合 (百日せき ジフテリア 破傷風 不活化ポリオ) ※接種している場合のみ	1 期 初回	3回 (20日以上の間隔で接種)	誕生月の翌月	
	1 期 追加	1 回 (初回 (3回) 終了後1年～1年半の間)	9か月児健診案内に同封	
五種混合 (百日せき ジフテリア 破傷風 不活化ポリオ ヒブ) ※令和6年度から新たに定期接種に追加されました。	1 期 初回	3回 (20日以上の間隔で接種)	誕生月の翌月	
	1 期 追加	1 回 ※間隔は個別の案内を確認してください。	9か月児健診案内に同封	
※4月から接種を開始する場合は五種混合での接種となります。 ※すでに四種混合とヒブを接種している場合は、残りの回数も四種混合とヒブを接種してください。 (途中から五種混合に切り替えることはできません)				
BCG	生後1歳に至るまで (生後5か月～8か月までが望ましい)	1 回	誕生月の翌月	
麻しん風しん 混合	1 期	1歳～2歳に至るまで	9か月児健診案内に同封	
	2 期	小学校入学前の1年間 (令和7年3月31日まで) (平成30年4月2日～平成31年4月1日までに生まれた人)	1 回 6歳になる年度の4月	
水痘	1歳～3歳に至るまで	2 回 (初回終了後6か月～1年おく)	9か月児健診案内に同封	
日本脳炎	1 期 初回	生後6か月～7歳6か月に至るまで (3歳～4歳までが望ましい)	2 回 (6日以上の間隔で接種)	3歳になる年度の4月
	1 期 追加	生後6か月～7歳6か月に至るまで (4歳～5歳までが望ましい)	1 回 (初回 (2回) 終了後1年おく)	
※経過措置 平成17年からの積極的な勧奨の差し控えにより、1期における3回の接種を受けられなかった人への接種機会の確保 (特別措置) については、下記の通りです。(詳しくは健康増進センターにお問い合わせください) ●平成7年4月2日～平成19年4月1日までに生まれた人 対象年齢を過ぎて、20歳未満までの間は、1期・2期の接種ができます。				



- ★お子さんの体調の良いときに受けましょう。
- ★接種前に必ず「予防接種と子どもの健康」を読んでください。
- ★対象年齢のお子さんの接種費用は公費で負担します。  
(対象年齢及び対象期間以外の接種は有料となります。)
- ★予防接種は計画的に早めに受けてください。
- ★接種前1か月以内に麻しん、風しん、水痘などのウイルス性疾患にかかった場合には、接種できないことがありますので、事前にお問い合わせください。
- ★副腎皮質ホルモン (ステロイド) の軟膏を使用している場合は、接種する前日の朝から接種部位となる腕 (通常は左腕ですが、念のため両腕) には、塗らないでください。※BCGのみ



←定期予防接種について詳しくは、市ホームページを確認してください。

対象年齢の考え方

予防接種における「至るまで」と「未満」の解釈については、いずれの予防接種も対象年齢になる誕生日の前日から接種でき、接種可能な年齢制限は誕生日の前日までとなります。

## 小学校中学年から20歳未満までの定期予防接種

実施医療機関で個別接種

**!** 母子健康手帳（親子健康手帳）は、必ず持参してください。

種類		対象年齢	回数	お知らせする時期
日本脳炎	2期	9歳～13歳未満 (10歳までが望ましい)	1回	小学4年生になる年度の4月
二種混合	2期	11歳～13歳未満	1回	小学6年生になる年度の4月
HPV (ヒトパピローマウイルス)	2価 (サーバリックス)	(定期接種対象年齢) 小学6年生～高校1年生相当の年齢の女性 (キャッチアップ接種(*)対象年齢) 平成9年4月2日～平成20年4月1日 までに生まれた女性	3回 ※小学6年生から15歳未満の方が9価ワクチンで接種する場合は2回	(定期接種対象年齢の方) 中学1年生になる年度の4月
	4価 (ガーダシル)			
	9価 (シルガード)			

(\*) キャッチアップ接種：予防接種の積極的勧奨の差し控えにより、対象年齢だった時期に接種の機会を逃した人が対象年齢を超えて接種を行うことができるものです。キャッチアップ接種対象年齢の方は、令和7年3月31日（令和6年度末）までに規定回数の接種を完了させてください。



予防接種のスケジュールなど、不明な点や心配がある方は、健康増進センターまでご連絡ください。 TEL 048-473-3811

### 個別予防接種実施医療機関

※予防接種は原則として予約制になります。事前に電話で確認してから受診してください。

●印=接種可能

※実施する予防接種は変更になることがあります。最新の情報は市ホームページをご確認ください。

★印=2期のみ接種可能

医療機関名	住所	電話番号 (048)	ロタ	B	小	五	不	B	麻	麻	風	水	日	二	HPV			四	ヒ		
			タ	型	種	種	種														
TMG 宗岡中央病院	上宗岡5-14-50	472-9211	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
志木いろは橋クリニック	中宗岡5-16-2-2	471-1688	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
かまた内科クリニック	本町4-11-15 2F	472-7070											★	●		●	●				
わかばこどもクリニック	本町5-19-15 2F	423-4749	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
志木江原耳鼻咽喉科	本町5-23-26-101	473-7929	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
志木ホームクリニック	本町5-24-18 5F	487-1255	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
よつはレディースクリニック志木	本町5-25-8 3F	423-6428															●	●			
キャップスククリニック志木	本町5-26-17Mカサ-志木 7F	475-8517	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
岩崎小児科医院 (※令和6年6月末で閉院)	本町6-3-9	474-7474	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
柳瀬川ファミリークリニック	幸町4-1-1	485-9561	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
たなか整形外科クリニック	幸町4-3-18	486-1010		●								●				●	●	●			
柳瀬川駅前クリニック	館2-6-11 3F	486-6201							★				●	●	●	●	●	●	●	●	●
宇野眼科医院	館2-7-11	472-6202														●	●	●	●	●	●
志木柏町クリニック	柏町1-6-74	423-2792		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
たで内科クリニック	柏町6-29-44 2F	485-2600							★	★	★		●	●	●	●	●	●	●	●	●

※朝霞市、和光市、新座市の指定医療機関でも接種することができます。  
4市以外の医療機関で接種を希望する人は、事前に健康増進センターにお問い合わせください。



←志木市以外の定期予防接種実施医療機関は、埼玉県医師会のホームページを確認してください。



# 市内の子育て支援センター

市内には5か所の子育て支援センターがあります。

子育て支援センターとは、妊産婦や子育て中の家族が遊んだり、話したりするところです。

お友達が欲しい人、気になることがある人、気軽に遊びにきてみませんか。スタッフみんなでお待ちしております。

お子さんの発達に心配があるときは、児童発達相談センターにご相談ください。

## いろは子育て支援センター 【にこまある】

〒353-0004  
志木市本町1-1-67  
(いろは保育園2階)



TEL 048-486-6888

FAX 048-472-5251

HP <https://nicomaaru.com>



## 西原子育て支援センター 【まんまある】

〒353-0005  
志木市幸町3-9-52  
(西原保育園2階)



TEL 048-472-7112

HP <https://manmaaru.com>



## 宗岡子育て支援センター 【ぽけっと】

〒353-0001  
志木市上宗岡1-5-1  
(総合福祉センター3階)



TEL 048-485-3102

FAX 048-487-7533

HP [http://www.shiki-syakyo.or.jp/kd\\_kd/kd\\_muneoka\\_center/](http://www.shiki-syakyo.or.jp/kd_kd/kd_muneoka_center/)



## 子育て支援センター 【ぷちまある】

〒353-0004  
志木市本町5-26-1  
(フォーシーズンズ志木  
マルイファミリー志木  
8階)



TEL 080-4452-1538

HP <https://puchimaaru.com>



## 子育て支援センター 【めばえ】

〒353-0006  
志木市館2-6-15  
(館第二すぎのこ保育園2階)



TEL 048-423-6675

FAX 048-423-6731

HP <https://suginoko-niiza.jp/mebae>



## 児童発達相談センター 【すきっぷ】

〒353-0001  
志木市上宗岡1-5-1  
(総合福祉センター3階)



TEL 048-486-5511

メール [jidou-soudan@city.shiki.lg.jp](mailto:jidou-soudan@city.shiki.lg.jp)



## 妊娠・出産・子育て・栄養についてのご相談

助産師や保健師・栄養士が妊娠中から出産・子育てについてサポートを行っています。  
心配なことがありましたらお気軽にご相談ください。

助産師による相談 市役所子ども支援課内

保健師・栄養士による相談 健康増進センター