



子育て案内

問 健康づくり課 ☎ (22) 2111 (内線388)

講座など

育児教室

会場／中野保健センター

期日・時間	対象児・内容
9月13日(木) 午前10時 ～11時30分	4～6カ月児 赤ちゃん体操★親子でスキップ、離乳食の話、試食(保護者のみ)
9月12日(水) 午後1時 ～3時30分	8～10カ月児 赤ちゃんの歯の健康(歯科医師のお話)、離乳食の話、試食(保護者のみ)

※3日前までに予約が必要です。

マタニティクラス

会場／中野保健センター

持ち物／筆記用具、母子健康手帳

期日・時間	対象児・内容
8月27日(月) 午後1時15分 ～3時30分	母と子の歯と健康(歯科医師のお話)、母乳栄養と乳房管理、育児体験、お父さんの妊婦体験、個別相談
9月10日(月) 午前9時30分 ～11時30分	出産・子育てに関する制度とサービスの紹介、妊婦体操、沐浴について、お父さんの妊婦体験、個別相談 ※動ける服装でおでかけ下さい。

健診

乳幼児健康診査

受付時間／(3歳児健診)

午後0時30分～1時

(3歳児健診以外)

午後0時45分～1時15分

会場／中野保健センター

持ち物／母子健康手帳、おたずね票、おむつ、バスタオル

健診名	健診日	対象生年月
3カ月児健診	8月21日(火)	2018年4月生
7カ月児健診	8月22日(水)	2017年12月生
1歳6カ月児健診	8月24日(金)	2017年1月生
2歳児健診	8月20日(月)	2016年7月生
3歳児健診	8月23日(木)	2015年7月12日～8月5日生

予防接種

日程

会場／中野保健センター

持ち物／母子健康手帳、予診票

ワクチン名	日程	受付時間
B型肝炎	8月8日(水) 9月11日(火)	午後1時 ～1時30分
ヒブ		
小児用肺炎球菌		
四種混合	9月3日(月)	
B C G	9月10日(月)	
日本脳炎	8月28日(火)	午後0時45分 ～1時30分

※3日前までに予約が必要です。

※対象・接種間隔など、詳しくは健康・福祉カレンダーをご確認ください。

なかの公園

北公園 (中野市運動公園)

中野市大字一本木 547 番



#日陰の多いおさんぽコース #意外に穴場
#公園に関するお問い合わせ 都市計画課(内線270)

ほくは1～3さいの子とあそべるよ。みんなきてね!

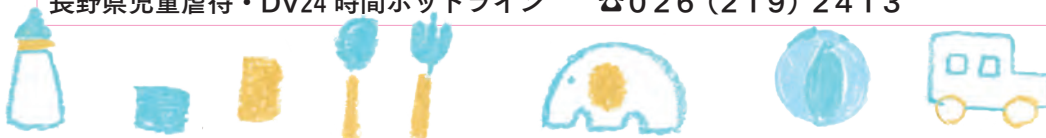


保健師の子育て相談 期日 8月24日(金) 時間 午前10時～11時 会場 りんごっこ ☎0269(22)2259

子ども電話相談 ☎0269(23)3191 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日、年末年始を除く)

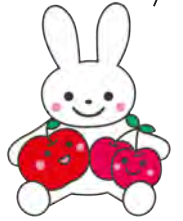
長野県小児救急電話相談 ☎#8000 午後7時～11時

長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026(219)2413





7/18 りんごっこの親子ダンス。ボールシャワーに大興奮!



子育て支援センター 8・9月の行事予定

子育て支援センターでは、0歳から就学前までのお子さんを対象に、毎月楽しい行事を行っています。

施設名	日時	行事
北部子育て支援センター (さくらんぼ)	8月18日(土) 午前10時30分～	パパ講座 パパと水遊び。一緒にチャブチャブ!
	9月6日(木) 午前10時30分～	さくらんぼ広場 楽しいお店屋さんがいっぱい!
中央子育て支援センター (りんごっこ)	8月27日(月) 午前11時～	お母さんの読み聞かせ 優しさあふれるお話
	9月6日(木) 午前10時30分～	みなみ保育園訪問 保育園を見学しよう (現地集合、要予約)
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	8月21日(火) 午前10時30分～	げんきっこ (西部公民館) お出かけマイバッグを作ろう!
	9月8日(土) 午前10時30分～	パパ講座 パパがつくるサンドイッチ (要予約)



※この他にもさまざまな行事や相談会を行っています。詳しくは、市公式ホームページをご覧ください。各子育て支援センターへお問い合わせください。



開館時間 午前8時30分～午後5時 (共通)

問い合わせ先

さくらんぼ ㊟日・月・祝日

☎ (22) 6622 ※FAX兼用

りんごっこ ㊟日・火・祝日

☎ (22) 2259 ※FAX兼用

うさぎっ子 ㊟日・水・祝日

☎ (38) 1638 FAX (38) 3114



市内在住の小学校就学前のお子さんを募集します。

①お名前(ふりがな) ②生年月日 ③性別 ④応募者のお名前 ⑤住所 ⑥電話番号 ⑦メッセージ(30字まで)を明記し、写真データを添付の上、8月24日(金)までにEメールまたは右記のQRコードリンク先からご応募ください。



問 庶務課 ☎ (22) 2111 (内線212)
Eメール koho@city.nakano.nagano.jp



にしぐち 瑚船くん (4カ月)

これからもずっとかわいいてね! ずっと仲良しでいようね!



ありかわ ありちゃん (10カ月)

好奇心旺盛! これからもいろんな事に挑戦してみようね!



いちかわ 紗椰ちゃん (1歳)

元気にのびのびと育ててほしいです。



たがはし 椰音くん (5カ月)

じいばあじゅんじゅん大好き! 健康で楽しい毎日を過ごそうね!

