



子育て案内

健康づくり課 ☎ (22) 2111 (内線388)

子育て支援センター 11・12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)	11月29日(木) 午前10時30分～	さくらんぼ広場 おしゃべりピヨちゃんを作ろう
	12月7日(金) 午前10時30分～	クリスマス会 サンタさんがくるよ
中央子育て支援センター (りんごっこ)	11月26日(月) 午前11時00分～	お母さんの読み聞かせ 楽しいお話がたくさん
	12月3日(月) 午前10時30分～	助産師による子育て講座 心温まるお話です
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	11月17日(土) 午前10時30分～	パパ講座 料理教室 煮込みうどんを作ろう 要予約
	11月20日(火) 午前10時30分～	交通安全教室 親子で楽しく学ぼう



「パパ講座」料理教室。
パパの料理も
おいしいね!



※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

教室など

育児教室

会場/中野保健センター

期日・時間	対象児・内容
11月22日(木) 午前10時～11時30分	4～6カ月児 赤ちゃん体操★親子でスキンシップ、離乳食の話、試食(保護者のみ)
11月21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
11月16日(金) 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
12月15日(土) 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 ※動ける服装でお出かけ下さい。

※3日前までに予約が必要です。

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	11月27日(火)	2018年7月生
7カ月児健診	11月28日(水)	2018年3月生
1歳6カ月児健診	11月30日(金)	2017年4月生
2歳児健診	11月26日(月)	2016年10月生
3歳児健診	11月29日(木)	2015年9月29日～10月31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	11月13日(火) 12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	12月3日(月)	
B C G	11月7日(水) 12月10日(月)	
日本脳炎	11月9日(金) 11月20日(火) 12月5日(水)	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、詳細は健康・福祉カレンダーをご確認ください。

わが家のアイドル

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、11月22日(木)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。



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



松峯 維吹くん (2カ月)

夏生まれのうちのアイドル☆
元気に育ってね!



大平 悠慎くん (8カ月)

食いしん坊の悠慎くん。元気に大きくなってね!



小橋 瞳衣ちゃん (6歳) 璃空くん (4歳)

これからもいっぱい食べていっぱい遊んで元気に大きくなあれ



大平 望愛ちゃん (5歳)

みんなを笑顔にできる優しいノアちゃんです。いつもありがとう!

なかの公園

岩船南公園
中野市大字岩船 400 番



パンチのうえの
パーゴラが
リニューアル
されましたよ



☺ ☹ 📍 #宮の森公園も近い #こっちは意外と穴場?
#カーブス中野さんの裏手 #広～い公園

保健師の子育て相談	期日 11月16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			