



子育て案内

問 健康づくり課 ☎ (22) 2111 (内線388)



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
5月16日(木) 6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)
5月17日(金) 6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
5月20日(月) 午後1時15分～3時30分	親と子の歯と健康(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
6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

※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	5月28日(火)	2019年1月生
7カ月児健診	5月29日(水)	2018年9月生
1歳6カ月児健診	5月31日(金)	2017年10月生
2歳児健診	5月27日(月)	2017年4月生
3歳児健診	5月30日(木)	2016年4月6日～5月10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 ヒブ 小児用肺炎球菌	5月15日(水) 6月18日(火)	午後1時～1時30分
四種混合	5月8日(水) 6月5日(水)	
B C G	5月14日(火) 6月11日(火)	午後0時45分～1時30分
日本脳炎	5月10日(金) 5月21日(火) 6月7日(金)	

※3日前までに予約が必要です。

なかの公園

中央広場公園 (LaLa公園)

中野市中央三丁目703番



#一本木公園から徒歩12分 #金井書店さん向かい
#イングリッシュガーデンスタイル #ケイ山田

バラがきれいな公園です



保健師の子育て相談	期日 5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～翌日8時		
長野県児童虐待・DV24時間ホットライン	☎026(219)2413			





子育て支援センター 5・6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)	5月18日(土) 午前10時30分～	パパ講座 パパと庭遊びを楽しもう
	6月5日(水) 午前10時30分～	交通安全教室 親子で楽しく学ぼう
中央子育て支援センター (りんごっこ)	5月15日(水) 午前10時30分～	ちびっこ広場 新保構造改革センターに集合
	6月13日(木) 午前10時30分～	ママビクス 本格的なエアロビを体験
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	5月23日(木) 午前11時00分～	わらべうたベビー マッサージ 優しい声でマッサージ
	6月4日(火) 午前10時30分～	救急救命講座 乳幼児の事故防止について



みんなで東山を
おさんぽ♪



※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、5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。



庶務課 ☎(22)2111(内線212)

Eメール koho@city.nakano.nagano.jp



やまぐち こほろ
山口 心晴ちゃん(11カ月)

スクスク元気に育ってね!大好き!



しみず そうじろう
清水 惣次郎くん(1歳)

元気いっぱいたくさん歩いて
どんどん大きく育って下さい!



いちかわ さゆき
市川 彩雪ちゃん(2歳)

令和元年5月7日に2歳になります。誕生日おめでとう!



なかむら こうき
中村 航輝くん(5歳)

これからも元気いっぱい優しい男の子でいてね!

