



# 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
10月8日(火) 11月7日(休) 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)

※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	内容
10月10日(木) 午前9時30分 ～11時30分	妊娠・分娩の経過と起こりやすい異常、妊産婦の健康・栄養(試食あり) 育児体験、お父さんの妊婦体験、個別相談
11月11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

※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	10月29日(火)	2019年6月生
7カ月児健診	10月23日(水)	2019年2月生
1歳6カ月児健診	10月25日(金)	2018年3月生
2歳児健診	10月28日(月)	2017年9月生
3歳児健診	10月24日(木)	2016年9月10日～10月3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	10月16日(水) 11月13日(水)	午後1時～1時30分
ヒブ		
小児用肺炎球菌	10月7日(月) 11月6日(水)	午後1時～1時30分
四種混合		
B C G	10月8日(火) 11月12日(火)	午後0時45分～1時30分
日本脳炎	10月18日(金) 11月8日(金)	

※3日前までに予約が必要です。

## なかの公園

平野公園  
岩船 41-2

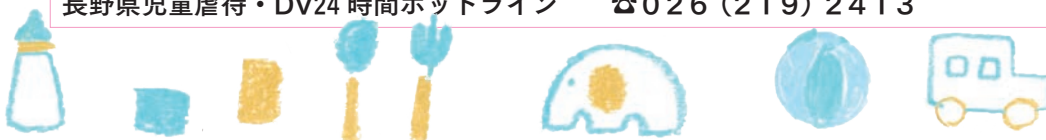


#樹木手入れしました #どうぶつのスツール  
#すべり台 #砂場あります #平野児童センター近く

遊んだあとは  
水分補給  
してケロ



保健師の子育て相談	期日 10月18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 10・11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。

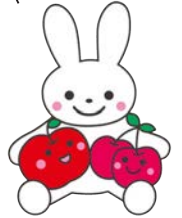
施設名	日時	行事
北部子育て支援センター (さくらんぼ)	10月30日(水) 午前10時30分～	平岡保育園訪問 保育園を見学しよう (現地集合・要予約)
	11月6日(水) 午前10時30分～	交通安全教室 親子で楽しく学びましょう
中央子育て支援センター (りんごっこ)	10月30日(水) 午前10時30分～	救急救命講座 AED講習と事故防止について
	11月8日(金) 午後2時00分～	リトミック 優しいリズムで癒しの時間♪
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	10月21日(月) 午前10時30分～	ナンパ・ストレッチ 心も身体もスッキリ爽快
	11月12日(火) 午前10時30分～	永田保育園訪問 保育園を見学しよう (現地集合・要予約)

## 子育て支援センターまつり ～あつまれげんきなWA～

おまつりやるよ  
みんなできてね♡



日時：10月25日(金) 午前10時10分～11時30分 (9時40分開場)  
場所：豊田文化センター (多目的ホール)  
内容：かけっこや玉入れ、ダンスなど  
楽しみいっぱいの運動会



【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

## 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、10月21日(月)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



ふじまさき さくると  
藤牧 朔土くん (2歳)

水たまり楽しいね! 2歳おめでとう!



いしざわ しゅうご  
石澤 尚悟くん (4歳)

目指せ! スパイダーマン!



さとう あおい  
佐藤 碧生くん (3歳)

毎日全力の碧ちゃん。にいと一緒のびのび大きくなあれ!



くぼ せうく  
久保 蒼空くん (5歳)

5歳を迎えて元気がpower up!!

