



子育て案内

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
3月4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）
2月7日(金) 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月6日(金) 午前10時～11時30分	同上

※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
2月25日(火) 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月12日(木) 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	2月18日(火)	2019年10月生
7カ月児健診	2月19日(水)	2019年6月生
1歳6カ月児健診	2月21日(金)	2018年7月生
2歳児健診	2月17日(月)	2018年1月生
3歳児健診	2月20日(木)	2017年1月17日～2月9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	2月12日(水) 3月11日(水)	午後1時～1時30分
ヒブ		
小児用肺炎球菌		
四種混合	2月26日(水) 3月18日(水)	
B C G	3月10日(火) 4月14日(火)	午後0時45分～1時30分
日本脳炎	2月14日(金) 3月13日(金)	
	4月10日(金) 4月17日(金)	

※3日前までに予約が必要です。

※対象となる人には、個別通知しております。

おしらせ

2020年度から

一部ワクチンの接種場所が変更となります

現在、B型肝炎、ヒブ、小児用肺炎球菌、四種混合ワクチンの接種場所は、中野保健センター（集団接種）または委託医療機関（個別接種）ですが、2020年4月から委託医療機関（個別接種）のみとなります。

※BCGと日本脳炎（第1期）は、これまでどおり中野保健センターでの集団接種となります。

保健師の子育て相談 期日 2月21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





なかよく手遊び
たのしいな☆

子育て支援センター 2・3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)	2月14日(金) 午前10時30分～	ストレッチ 楽しくストレッチ
	3月6日(金) 午前10時30分～	ひなまつり会 おひな様と一緒に遊ぶ
中央子育て支援センター (りんごっこ)	2月26日(水) 午後2時～	親子ダンス ふれあい遊びとストレッチ
	3月12日(木) 午前10時30分～	ママピクス 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)	2月15日(土) 午前10時30分～	パパ講座 焼きそば・スープを作ろう (要予約)
	3月9日(月) 午前10時30分～	ナンバ・ストレッチ ストレッチでリフレッシュ



うさぎっ子



※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、2月20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



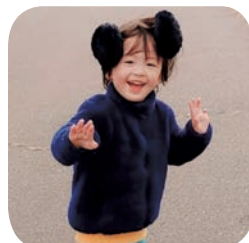
上原 颯介くん(5歳) 煌介くん(3歳)

これからも仲良く元気に大きく育ってね!大好きだよ!



長瀬 俊汰くん(5歳)

4月からは小学生! 元気いっぱいにすごしてね☆



畔上 結羽くん(3歳)

たくさん遊んで元気にそだってね!



本田 渚愛ちゃん(4歳)

かわいい笑顔をお忘れず、姉と仲良く元気に大きくなってね!

