



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
9月9日(水) 午後1時15分～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)
9月10日(木) 10月15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)

※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
9月14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
10月16日(金) 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、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	9月29日(火)	2020年5月生
7カ月児健診	9月30日(水)	2020年1月生
1歳6カ月児健診	9月25日(金)	2019年2月生
2歳児健診	9月28日(月)	2018年8月生
3歳児健診	9月24日(木)	対象となる人には個別通知しています

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 C G	9月15日(火) 10月13日(火)	午後1時～1時30分
日本脳炎	9月8日(火) 16日(水) 10月2日(金)	午後0時45分～1時30分

※3日前までに予約が必要です。
※対象となる人には、個別通知しています。



なかの公園

夜間瀬川中央河川公園

大字越、笠原、金井



おおきくなったらのぼりにきてね



こうしゃさん

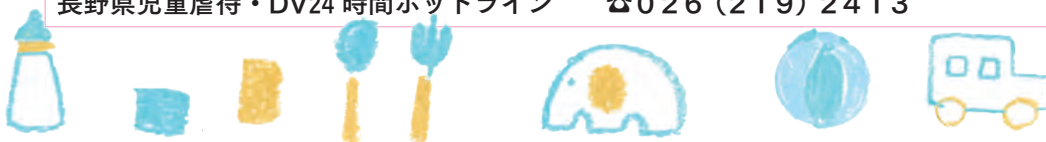
♡ ○ ◁ #遊歩道 #せせらぎ水路 #高社山のふもと
#開放感たっぷり #あずまや

保健師の子育て相談 期日 9月16日(水) 時間 午前10時～11時 会場 りんごっこ ☎0269(22)2259
10月5日(月) 時間 午前10時～11時 会場 うさぎっ子 ☎0269(38)1638

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～翌日午前8時

長野県児童虐待・DV24時間ホットライン ☎026(219)2413





おへやを広く
つかってあそぼう♪

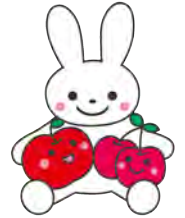
子育て支援センター 9・10月の行事予定

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2日(金) 午前10時～	就労相談 就労に関する相談をお気軽にどうぞ
	10月7日(水) 午前10時～	栄養相談 食に関する相談をお気軽にどうぞ
中央子育て支援センター (りんごっこ)	9月16日(水) 午前10時～	保健相談 計測、相談をお気軽にどうぞ
	9月25日(金) 午前10時～	就労相談 就労に関する相談をお気軽にどうぞ
豊田子育て支援センター (うさぎっ子)	9月17日(木) 午前10時～	就労相談 就労に関する相談をお気軽にどうぞ
	10月5日(月) 午前10時～	保健相談 計測、相談をお気軽にどうぞ



うさぎっ子で読み聞かせ (昨年の様子)



開館時間 (北部・中央・豊田)

午前9時～正午 午後1時30分～4時

※ご利用を希望する場合は、事前にご予約
ください。(当日可)



☆問い合わせ先☆

さくらんぼ ☎日・月・祝日 ☎(22) 6622 ※FAX 兼
りんごっこ ☎日・火・祝日 ☎(22) 2259 ※FAX 兼
うさぎっ子 ☎日・水・祝日 ☎(38) 1638
FAX (38) 3114

※行事の詳細は市ホームページをご覧ください。各センターへお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、行事は今後中止・延期・内容変更となる場合があります。



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、9月22日(火)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



丸山 維心 ちゃん (7ヶ月)

お座りが上手になりました。
次はハイハイにチャレンジ中!!!



松山 碧空 くん (6歳)

6歳の誕生日おめでとう☆
だいすきだよ



永池 琉里斗 くん (5歳)

ねまがり竹むきは琉里斗に
任せるね。すくすく育ってねー。



古幡 麻央 ちゃん (4歳)
勇之介 くん (1歳)

仲良し姉弟! たくさん遊んで
大きくなってね

