



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15日(木) 11月10日(火) 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）
11月11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）

※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
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
11月9日(月) 午後1時15分～ 3時	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27日(火)	2020年6月生
7カ月児健診	10月28日(水)	2020年2月生
1歳6カ月児健診	10月30日(金)	2019年3月生
2歳児健診	10月26日(月)	2018年9月生
3歳児健診	10月29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	10月13日(火) 11月17日(火)	午後1時～1時30分
日本脳炎	10月20日(火) 23日(金) 11月13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。



10月1日からワクチンの接種間隔が変わります

10月1日より、「定期接種実施要領」が一部改正され、異なるワクチンの接種間隔に関する規定が変更になりました。詳しくは、健康づくり課までお問い合わせください。

接種したワクチン

次に接種するワクチン



保健師の子育て相談	期日 11月11日(水)	時間 午前10時～11時	会場 さくらんぼ ☎0269 (22) 6622
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		





おもちゃがたくさん
楽しいね♪

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。



うさぎっ子（過去の様子）



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11日(水) 午前10時～	保健相談 計測、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）	10月26日(月) 午前10時～	就労相談 就労に関する相談をお気軽にどうぞ
	11月16日(月) 午前10時～	栄養相談 食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）	11月13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
ひよこ保育園 子育て支援センター（たまご）	10月30日(金) 午前10時～	発達相談員の先生のお話 事前予約が必要です

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）

たまご

午前9時30分～正午 午後1時30分～3時30分

☆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

たまご ㊟土・日・祝日 ☎ (22) 6292

FAX (24) 5030



※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、10月20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



小島 朋也 くん (4歳)

圭人 くん (1歳)

お兄ちゃん大好き！
仲良し兄弟です！！



望月 杏珠 ちゃん (4歳)

琉太郎 くん (1歳)

琉くん1歳おめでとう☆杏ちゃん
いつもお手伝いありがとう！



岩崎 乙葉 ちゃん (10ヶ月)

いつもニコニコかわいい乙ちゃん。
これからもお兄ちゃんと仲良くあそんでね！



高木 朔空 くん (9ヶ月)

いつもかわいい笑顔をありがとう！

