



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
11月10日(火) 12月8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) 12月10日(木) 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
11月9日(月) 午後1時15分～ 3時	親と子の歯の健康(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
12月5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	11月24日(火)	2020年7月生
7カ月児健診	11月25日(水)	2020年3月生
1歳6カ月児健診	11月27日(金)	2019年4月生
2歳児健診	11月30日(月)	2018年10月生
3歳児健診	11月26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	11月17日(火) 12月15日(火)	午後1時～ 1時30分
日本脳炎	11月13日(金) 20日(金) 12月11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

～特別編～ 遊具の点検



都市公園などの遊具は、専門業者による「定期点検」と公園管理者による「日常点検」を実施し、常に安全を心掛けています。

安心して遊んでね!



♡ ○ ◁ #ブランコ #シーソー #スプリング遊具 #鉄棒 #滑り台 #ジャングルジム #砂場

保健師の子育て相談	期日 12月9日(水)	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～翌日午前8時		
長野県児童虐待・DV24時間ホットライン	☎026(219)2413			





北部・中央・豊田では「えんじよい
オートム」開催中/秋らしい工作や
おさんぼを楽しもう!

子育て支援センター 11・12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。



文化公園でおさんぼ(昨年の様子)



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25日(水) 午前10時30分～	助産師講座 北信総合病院の助産師さんのお話
	12月9日(水) 午前10時～	歯科相談 歯に関する相談
中央子育て支援センター(りんごっこ)	11月27日(金) 午前10時～	就労相談 就労に関する相談
	12月9日(水) 午前10時～	保健相談 計測・相談
豊田子育て支援センター(うさぎっ子)	12月14日(月) 午前10時～	栄養相談 就労に関する相談
ひよこ保育園 子育て支援センター(たまご)	11月20日(金) 午前10時～	食事・離乳食講座 食事のお話と試食

◎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)



◎開館時間(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



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、11月20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



まつの ゆうきく 松野 悠作 くん (1歳)

もうすぐ2歳!大きくなったら一緒にりんご作りしようね(^^)



まつの けいた 松野 恵大 くん (5歳)

じじとばばの稲刈りをお手伝いしました☆



なかじょう まな 仲條 真奈 ちゃん (1歳)

食べるの大好き!姉妹仲良く大きくなってね!



あかはね ふみの 赤羽 文乃 ちゃん (3歳)
はる ちゃん (6カ月)

二人とも元気に大きくなってね!大好きだよ!

