



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
4月13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）

※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
3月8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
4月15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、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	3月16日(火)	2020年11月生
7カ月児健診	3月17日(水)	2020年7月生
1歳6カ月児健診	3月19日(金)	2019年8月生
2歳児健診	3月15日(月)	2019年2月生
3歳児健診	3月18日(木)	2018年1月22日～2月28日生

ご存じですか？

ウェブサイト「こどもの救急」をご活用ください

日本小児科学会が提供している「こどもの救急」は夜間や休日などの診療時間外に、医療機関にかかったほうがよいかの目安を提供しています。

判断の一助としてご活用ください。



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	4月13日(火) 5月11日(火)	午後1時～1時30分

※日本脳炎の日程については、4月に個別通知いたします。

※BCGは3日前までに予約が必要です。

日本脳炎ワクチンについてのお知らせ

厚生労働省から、2021年度は全国的な日本脳炎ワクチンの不足が生じるため、年中児（2016年4月2日～17年4月1日生まれ）の1期追加接種は、22年度に行うよう通知がありました。

今後ワクチンの供給が安定しましたら、対象者あて個別に通知いたします。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

保健師の子育て相談	期日 4月13日(火)	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			





みんなでリズムからだをうごかそう！



子育て支援センター 3・4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。



さくらんぼ

施設名	日時	行事
北部子育て支援センター(さくらんぼ)	4月8日(木) 午前10時～	栄養相談 食に関する相談
中央子育て支援センター(りんごっこ)	3月18日(木) 午前10時～	就労相談 就労に関する相談
	4月12日(月) 午前10時～	歯科相談 歯に関する相談
豊田子育て支援センター(うさぎっ子)	3月18日(木) 午後2時～	ふたごの会 ふたごちゃん遊びにきてね
	4月13日(火) 午前10時～	保健相談 計測・相談

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

☎ (22) 6622 ㊟日・月・祝日

りんごっこ

☎ (22) 2259 ㊟日・火・祝日

うさぎっ子

☎ (38) 1638 ㊟日・水・祝日



支援センター

※行事の詳細は市公式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、3月22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。

応募用URL



庶務課 ☎ (22) 2111(内線212)

Eメール koho@city.nakano.nagano.jp



成澤 結花 ちゃん (1歳)

元気いっぱいゆいちゃん♡
これからもすくすく育てね!



溝端 貴大 くん (7カ月)

大好きなお姉ちゃんと一緒に
元気に大きくなってね!



柳澤 楓香 ちゃん (2歳)

お兄ちゃんとなかよくね!



小松 蒼 くん(7カ月) 茉央 ちゃん(3歳)

すくすく成長する姿を見る
のが楽しみ。仲良く育てね!

