

子どもの健康

予防接種

予防接種は、病気に対する抵抗力をつけるために接種するものです。適応力の高い乳幼児期に予防接種を受けることで、病気にかかる心配を少なくすることができます。接種できる時期になったら忘れず早めに受けましょう。

〈予防接種当日の持ちもの〉 ●母子健康手帳 ●予診票

※接種当日はお子さんの体調がよいか、熱があつたり、普段と変わった様子がないか確認しましょう。

問合せ先 長野市保健所健康課 ☎026-226-9964



ワクチンの特徴

●生ワクチン

- 〈特 徴〉 病原性を弱くしたウイルスや細菌
- 〈接種後の免疫〉 強い
- 〈接種回数〉 少なめ

●不活化ワクチン

- 〈特 徴〉 病原性を無くしたウイルスや細菌
- 〈接種後の免疫〉 弱い
- 〈接種回数〉 多め



種類の違う予防接種を受ける場合の間隔について

注射生ワクチン

BCG、水痘、麻しん、風しん 等

経口生ワクチン

ロタウイルス

不活化ワクチン

Hib、小児用肺炎球菌、B型肝炎五種混合、四種混合、日本脳炎 等

接種間隔の制限あり

注射生ワクチン → 異なる注射生ワクチン

接種から27日(4週間)以上の間隔をあけてください。

接種間隔の制限なし

注射生ワクチン → 不活化ワクチン
経口生ワクチン

不活化ワクチン → 注射生ワクチン
経口生ワクチン → 不活化ワクチン
経口生ワクチン

※なお、同じ種類のワクチンを数回接種する場合には、それぞれ定められた間隔がありますので、ご注意ください。

予防接種の種類

予防接種の種類、対象年齢、接種方法などの詳細は「健康カレンダー」、「赤ちゃんのしおり」または「市のホームページ」等に掲載しています。よく読んでから予防接種を受けましょう。対象年齢内において規定の接種方法で受ける場合は無料です。



予防接種の種類	対象年齢	接種スケジュール																						
		2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	10か月	12か月	15か月	17か月	18か月	23か月	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳以上	
不活化ワクチン Hib (インフルエンザ菌b型)	生後2か月～ 5歳未満	①	②	③							④													
不活化ワクチン 小児用肺炎球菌	生後2か月～ 5歳未満	①	②	③							④													
不活化ワクチン B型肝炎	1歳未満	①	②					③																
不活化ワクチン 5種混合 (Hib+DPT-IPV)	1期:生後2か月～ 7歳6か月	①	②	③							④													
不活化ワクチン DPT-IPV (ジフテリア・百日せき・ 破傷風・ポリオ)	16～22 か月	①	②	③							④													
不活化ワクチン DT (ジフテリア・破傷風)	2期:11歳～ 13歳未満																							11歳～ 12歳①
生ワクチン BCG (結核)	生後3か月～ 1歳未満				①																			
生ワクチン MR (麻しん・風しん)	1期:1歳～2歳未満 2期:小学校就学前 1年の間										①							年長②						
生ワクチン 水痘 (水ぼうそう)	1歳～3歳未満										①		②											
不活化ワクチン 日本脳炎	1期:生後6か月～ 7歳6か月未満 2期:9歳～13歳未満																① ②	③						9歳～12歳④
不活化ワクチン 子宮頸がん	小学校6年生～ 高校1年生 相当の女性																							中学1年生 ①②③*2
経口生ワクチン 1価ワクチン ロタウイルス	生後6週～24週未満	①	②																					
経口生ワクチン 5価ワクチン	生後6週～32週未満	①	②	③																				
任意接種 (有料) 生ワクチン おたふくかぜ*1	1歳以上										①※							年長②						

丸囲み数字(①、②など)は、接種の回数を示しています(例:②→2回目)

HibとDPT-IPVで接種している場合、5種混合の予防接種は受けられませんので、HibとDPT-IPVで接種を完了させてください。

※1 1歳以上2歳未満の方を対象に接種費用の一部助成を行っております(事前申請が必要です)。
※2 接種年齢やワクチンの種類により2回の接種で完了できる場合があります。

こんなときは?

- 出産や仕事などの理由で、長野市での定期接種を受けられない
長野市保健所健康課へ早めにご相談ください ☎026-226-9964
- 就学前のお子さんが長野市へ転入
転入手続きの際にお子さんの年齢にあわせて以下のものをお渡しします。まだ受けていない残りの定期接種が受けられます。
- 3歳未満…赤ちゃんのしおり ● 3歳～就学前…予防接種と子どもの健康

医療機関一覧

●産科・婦人科・産婦人科

名称	電話番号	住所	産婦	産科	婦人	分娩
朝日ながの病院	026-215-8081	三輪1-2-43			○	
長野医療生活協同組合 長野中央病院	026-234-3211	西鶴賀町1570			○	
小島病院	026-217-3861	若里5-8-6			○	
長野赤十字病院	026-226-4131	若里5-22-1	○			○
長野市民病院	026-295-1199	大字富竹1333-1			○	
山田記念 朝日病院	026-244-6411	大字南堀135-1			○	
医療法人慈恵会 吉田病院	026-241-5952	吉田2-1-26	○			○
長野県厚生農業協同組合連合会長野松代総合病院	026-278-2031	松代町松代183	○			
長野県厚生農業協同組合連合会南長野医療センター新町病院	026-262-3111	信州新町上条137			○	
長野県厚生農業協同組合連合会南長野医療センター篠ノ井総合病院	026-292-2261	篠ノ井会666-1	○			○
社会福祉法人博愛会 高木クリニック	026-234-3239	大字鶴賀緑町1596			○	
医療法人裕生会 丸山産婦人科医院	026-226-4484	鶴賀南千歳町982	○			○
吉澤産婦人科医院	026-226-8475	大字鶴賀96	○			
中澤ウィメンズライフクリニック	026-228-8155	若里6-3-6	○			○
滝澤医院	026-282-2160	若穂綿内8818	○			
医療法人未来ART OKAレディースクリニック	026-285-0123	下氷鉤1-14-1			○	
板倉レディースクリニック	026-291-0707	稲里町中央1-12-12		○	○	○
清水産婦人科医院	026-219-3838	川中島町原908-1		○	○	○
びわレディースクリニック	026-217-4232	南千歳1-1-1ながの東急百貨店本館6階			○	
みすずレディースクリニック	026-241-5855	東和田704-1	○			

●助産所

名称	電話番号	住所	分娩取扱
るなせんと助産院	070-8936-6879	箱清水2-38-12-202	
育自(児)サポートサロン ローズヒップ	090-9136-3874	上松3-2-36-24	
つちのこ母乳育児相談室(訪問型)	080-5142-7659	上松5-10-18	
ひより助産院	090-1829-3689	栗田578	
助産所 ほやほや	026-296-0777	北堀847-11	○
asu・hana	090-4462-4984	若穂綿内757-5	
Mom's sun 産後ケア BASE	026-214-7456	稲里町下氷鉤556-1	
ママサポ ほかま	080-8106-1805	篠ノ井会260-5	
助産師ゆっこの育児相談	090-1868-0912	若穂綿内7983-8	

●小児科

名称	電話番号	住所
北野病院	026-241-0631	三輪3-6-10
長野医療生活協同組合 長野中央病院	026-234-3211	西鶴賀町1570
竹重病院	026-234-1281	田町2099
長野赤十字病院	026-226-4131	若里5-22-1
長野市民病院	026-295-1199	大字富竹1333-1
田中病院	026-243-1263	西和田1-29-8
独立行政法人国立病院機構 東長野病院	026-296-1111	上野2-477
長野県厚生農業協同組合連合会長野松代総合病院附属若穂病院	026-282-7111	若穂綿内7615-1
長野県厚生農業協同組合連合会長野松代総合病院	026-278-2031	松代町松代183
長野県厚生農業協同組合連合会南長野医療センター新町病院	026-262-3111	信州新町上条137
長野県厚生農業協同組合連合会南長野医療センター篠ノ井総合病院	026-292-2261	篠ノ井会666-1
島田医院	026-234-7372	箱清水1-12-14
みやがわ小児科医院	026-232-3049	上松2-21-7
平野内科小児科医院	026-235-2611	大字三輪1247
増田医院	026-233-3606	早苗町34
竹内医院	026-232-5457	大字南長野南県町655-3

●小児科

名称	電話番号	住所
小林医院	026-232-3632	桜枝町1165
医療法人ひまわり 釜田内科胃腸科小児科医院	026-233-0040	大字西長野298-7
荒井内科小児科医院	026-221-4411	大字稲葉1948-1
児玉医院	026-221-6574	大字稲葉762
竹内こども医院	026-223-1119	大字栗田1872
武田医院	026-226-0871	若里1-35-23
医療法人樹会 小林医院	026-228-3030	中御所4-7-23
田中小児科医院	026-224-4388	差出南2-9-18
わしざわ小児科	026-286-0800	稲里町田牧1322-7
医療法人 石黒内科医院	026-243-7189	桜新町655-7
あらかわファミリークリニック	026-251-0808	北長池2072-3
医療法人輝和会 堀越医院	026-243-5141	平林1-30-15
しおいり小児科医院	026-262-1114	大字徳間544-16
むくろじ小児科	026-219-6962	吉田5-1-24 パークビル1階
医療法人 宮沢医院	026-241-5956	吉田2-1-29
仁科医院	026-241-3730	桐原1-28-17
小口内科小児科医院	026-241-5588	若槻団地1-189
藤森小児科医院	026-296-1600	西三才192-8
クリニックレインボー	026-295-0014	大字吉1827-1
わかほこどもクリニック	026-214-7420	若穂綿内6459-10
医療法人 立岩医院	026-282-5405	若穂綿内8749-3
願神堂 神林医院	026-278-2101	松代町松代609-3
加古医院	026-278-2108	松代町松代151
医療法人大和真田会ましまクリニック	026-284-2052	真島町真島2209
河合医院	026-285-5830	青木島町綱島440
小林小児科	026-284-7777	稲里町中氷鮑436-1
茶白山子ども医院	026-299-8633	篠ノ井岡田31
すずき小児科医院	026-284-1161	川中島町今井字豊田1674-18
長野市国民健康保険 信更診療所	026-299-2013	信更町氷ノ田2915-1
長野市国民健康保険 大岡診療所	026-266-2310	大岡乙287
長野市国民健康保険 戸隠診療所	026-254-2211	戸隠豊岡1554
長野市国民健康保険 鬼無里診療所	026-256-1020	鬼無里日影2750-1
滝沢医院	026-293-6120	篠ノ井布施高田677
長野市国民健康保険 信里診療所	026-292-0258	篠ノ井有旅1192-1
社会福祉法人 賛育会 賛育会クリニック	026-257-2470	豊野町豊野634
中屋診療所	026-257-2281	豊野町豊野894
鈴木医院	026-257-5020	豊野町豊野1220

※掲載されている医療機関の情報は令和6年4月1日時点のものです。最新の情報やより詳しい内容については、医療情報ネット（ナビイ）をご参照下さい。

医療情報ネット（ナビイ）

⇒<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>

※病院によっては、紹介状が必要な場合や選定療養費が必要な場合がございます。



子どもの救急・急病ガイドブック



長野市小児科医会の先生方のご協力により、お子さんの病気・事故の対処法や受診の目安についてまとめた、「子どもの救急・急病ガイドブック」を作成しました。

お子さんの様子がおかしい時のための、具体的な症状と対処法が記載されております。ご利用ください。

子どもの急病対応講座 講師：小児科医

講習時間 90分 対象者 一般市民 受講料 無料

受講内容 子どもの急病の対処方法など

子どもの救急・急病ガイドブックをもとに小児科の先生がお話します。

問合せ先 長野市保健所総務課 ☎026-226-9941



救命講習（普通救命講習Ⅲ）講師：救急隊員

講習時間 3時間 対象者 一般市民 受講料 無料

受講内容 小児・乳児・新生児に対する心肺蘇生法・AEDを使った講習を行います。

問合せ先 担当または最寄りの消防署及び消防分署



令和6年度普通救命講習Ⅲの開催予定日

開催日	開催場所	開催時間	定員	担当・問合せ
7月10日（水）	柳原分署	9：00～12：00	20人	柳原分署 026-296-0119
8月24日（土）	中央消防署	9：00～12：00	30人	中央消防署 026-237-0119
9月20日（金）	東部分署	9：00～12：00	20人	東部分署 026-222-0119
11月2日（土）	篠ノ井消防署	9：00～12：00	20人	篠ノ井消防署 026-292-0119
令和7年2月17日（月）	長野市松代支所2階	9：00～12：00	20人	松代消防署 026-278-2992

※事前の申し込みが必要となります。詳しくは、ホームページをご覧ください。

※状況により変更または中止となる場合があります。

ながのわくわく子育てLINE

長野市公式LINEの機能の一部として、お腹の赤ちゃんや生まれた後の成長に応じたタイムリーなアドバイスやお役立ち情報をお届けします。「生まれてから〇〇日目」とカウントしてくれる機能も嬉しい♪ぜひご家族のみなさんで登録してください。

〈対象〉市内在中のお父さん・お母さん（妊婦含む）とその家族

〈登録料〉無料（通信費は登録者の負担です。）

〈登録方法〉①LINEの友だち追加から二次元コードを読み込むか、ID（@427bgotw）で検索し、長野市公式アカウントを友だちに追加

②「受信設定」から「子育て」を選択 ③受信したい情報を選択し、出産予定日または誕生日を登録

●配信に関すること

問合せ先 特定非営利活動法人きずなメール・プロジェクト
☎03-6709-6893

●本事業に関すること

問合せ先 子育て家庭福祉課 ☎026-224-5031



長野市子育て応援アプリ「すくすくなび」

子育てに関するスケジュールや関連施設の情報が簡単に手に入ります。

こんな便利な機能があります！

- 自動で予防接種のスケジュールを作成
- 子育て関連施設を検索できる

リンク先から無料でダウンロード！



iOS用



Android用

問合せ先 長野市保健所健康課 ☎026-226-9964



子育ても、自分らしさも

le cocon 

～私たちは、子育ても自分らしさも
大切に生きる子育て家族を支えます～

ベビーシッター・家事サポート

産前産後サポート

このいろ

じぶんも

子育てラウンジ 
にこことかぜ

株式会社 le cocon

050-5530-1688
<https://lecocon-fam.com>
contact@lecocon-fam.com

ウェブサイト



instagram



ASUZAC FOODS アスザックフーズ 自然の素材で味わうやさしさ

製菓材料売り場にて販売中



フリーズドライ製法 / 各味2食入



牛乳を注いで1分たったなら、混ぜるだけ。
果肉入りフルーツミルクができる！

- 香料 着色料 不使用
- 食事の一品に！
- 豆乳でもできる！



牛乳でスマイル プロジェクトメンバーです！

一般社団法人Jミルクと農林水産省が牛乳乳製品の消費拡大に向けて立ち上げたプロジェクトです。アスザックフーズはこのプロジェクトに参加しています。

忙しいパパ・ママ助かる！

子どもの食事が進まない……！そんなお悩みにぴったりなのが『牛乳でつくる飲むデザートシリーズ』です！
「パンに合うから食事が進みました♪」という、お客様からのお声も。朝食に、おやつにおすすめです。子どもでも自分で作れるから楽しい！

新商品・キャンペーンやオトクな情報はSNSから！



☎ 0120-817-014

ASUZAC FOODS アスザックフーズ

須坂市の直営店舗
「シェフズ・テーブル」



須坂市大字米持293-72
TEL:0120-817-014 ※平日営業
定休日 / 土曜、日曜、祝日、夏季・年末年始
営業時間 / 月～金曜 9:00～17:00