



子育てだより



電子申請

<https://s-kantan.jp/city-shiojiri-nagano-u/>

☎…部署直通電話番号 市外局番「0263」は省略しています。
ページID…市ホームページでIDを入力すると該当ページが表示されます。

あんしんサポートルーム

問 中央あんしんサポートルーム ☎ 0855
北部あんしんサポートルーム ☎ 0280 内線5547

ページ ID:0002871

保健師や助産師が、妊娠中の心や体の相談、出産後の子どもの身体測定、発育・発達について相談に応じます。

- 期日 月～金曜日(年末年始・祝日、北部はえんてらす休館日を除く)
- 時間 午前9時半～11時半、午後1時半～3時半
- 場所 ○中央あんしんサポートルーム(市保健福祉センター内)
○北部あんしんサポートルーム(えんてらす内)
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル

出張あんしんサポートルーム

場所	期日
片丘支所、榑川支所	5月7日(火)、6月4日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	5月14日(火)

■ 時間 午前10時～11時半

■ 持ち物 母子健康手帳、バスタオル

健診・相談

問 健康づくり課保健予防係 ☎ 0855

ページ ID:0029181

乳幼児健診・相談

健診名	期日
4カ月児健診	5月23日(木)
10カ月児相談	5月28日(火)
1歳6カ月児健診	5月15日(水)・22日(水)
3歳児健診	5月16日(木)

※グループに分けてご案内しますので、通知文に書かれた時間にお越しください。

■ 場所 市保健福祉センター

■ 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオルなど

※母子健康手帳の「保護者の記録」、問診票を記入してお越しください。

図書館イベント

問 市立図書館 ☎ 3365

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	毎週土曜日	午前11時～	図書館本館
	5月11日(土)・25日(土)	11時半	広丘図書館

※申し込み、参加費は不要です。

教室・相談

問 健康づくり課保健予防係 ☎ 0855

ぴよぴよ教室(離乳食教室)

ページ ID:0002869

生後7～8カ月の離乳食や食べさせ方、仕上げ磨きについて学びます。

■ 日時 5月17日(金)
午前10時～11時半

■ 場所 市保健福祉センター

■ 持ち物 母子健康手帳、バスタオル、離乳食の基本(4カ月児健診で配布した冊子)、託児に必要なもの

申し込み方法

教室2日前の正午までに右のコード(電子申請)でお申し込みください。



親子にこここ食事相談

ページ ID:0002868

離乳食など、子どもや家族の食事に関する相談に栄養士が応じます。

場所	期日	時間
中央	5月8日(水)・22日(水)	午前10時～11時半
北部	5月2日(木)・16日(木)、6月6日(木)	

■ 持ち物 母子健康手帳

口のケアと歯育相談

ページ ID:0002870

子どもの仕上げ磨き、歯や口腔機能の不安や疑問に歯科衛生士が応じます。

場所	期日	時間
中央	5月8日(水)	午前10時～11時半
北部	5月24日(金)、6月7日(金)	

■ 持ち物 母子健康手帳、自宅で使用している歯ブラシなど

しおり
子育て
つながる相談室



Zoomを利用して、自宅にいながら市の専門職員にオンラインで相談ができます。上のコード(電子申請)でお申し込みください。

■ 対象 市内在住でおおむね0～3歳の子どもを育てる保護者

子育て支援センター・北部子育て支援センター・こども広場
イチオシイベント



乳幼児の救急法

問 子育て支援センター ☎33382

乳幼児の事故やけがで慌てないよう、救急法を学びませんか。

- 対象 0歳から小学校に上がる前までの子どもを育児中の保護者
- 日時 6月20日(木) 午前9時半～11時半
- 場所 えんぱーく3階多目的ホール(託児は2階会議室201・202)
- 講師 大倉 恵子さん(赤十字幼児安全指導員)
- 定員 15組(先着順)
- 参加費 無料

■持ち物 腰まである古ストッキング(サポートタイプではないもの)、常温の保冷剤2個(小さいもの)、大判ハンカチ、飲み物、動きやすい服装

■申し込み方法 右のコード(電子申請)でお申し込みください。



■申込期間 5月23日(木)午前8時～6月10日(月)午後5時

■託児 講座当日、生後3カ月の子どもから託児(無料)ができます。希望する人は、申込時にご入力ください。
※この講座を初めて受講する人を優先します。受講経験のある人は5月30日(木)以降にお申し込みください。

子育て施設の休館日

- 子育て支援センター、図書館本館、こども広場…水曜日
- 北部子育て支援センター…日曜日、えんてらすの全館休館日

定例イベント

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	5月9日(木)	午前11時～11時20分	こども広場
おはなしトントン	5月1日(木)、6月5日(木)	午前10時45分～11時	北部子育て支援センター
乳幼児向けおはなし会	5月14日(木)、6月10日(月)	午前10時15分～10時半	子育て支援センター
おはなし玉手箱	5月10日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	5月24日(金)		子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	5月21日(火)	午前10時15分～11時	北部子育て支援センター
体操とふれあい遊び	5月24日(金)・31日(金)、6月7日(金)	午前11時～11時20分	こども広場

このほかのイベントは、18～25ページのくらしの情報をご覧ください。



秘書広報課広報広聴係

問 ☎30333

✉ webmaster@city.shiojiri.lg.jp

市内在住の0歳～年長児の子ども写真の募集しています。

■申し込み方法

「子どもの氏名(ふりがな)」「生年月日」「性別」「メッセージ(30字まで)」「応募者の氏名」「住所」「電話番号」「メールアドレス」を記入の上、メールまたは右のコード(電子申請)でお申し込みください。



■写真随時募集中!

※掲載させていただく際は、本市からメールにてご連絡させていただきます。



石原 莉歩ちゃん(3歳)

春からは初めての保育園。元気に通ってね!



石原 央介ちゃん(1歳)

これからたくさん食べて元気に育ってね!



林 桜詩ちゃん(4カ月)

かわいい笑顔とたくさんの幸せをありがとう!もみはパパとママの宝物



春原 あすかちゃん(1歳)

四人姉妹の末っ子。お姉ちゃんに負けないように元気に育ってね!