

# 子育てだより

☎…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 ☎ 02855  
北部あんしんサポートルーム ☎ 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、出産後のお子さんの身体測定、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・祝日は除く）
- 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、榎川支所	12月6日(火) 5年1月10日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	12月13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 ☎ 02855

## 乳幼児健診・相談

健診名	期日	時間
4か月児健診	12月15日(木)	午後0時45分から
10か月児相談	12月20日(火)	午前9時15分から
1歳6か月児健診	12月14日(水)	午後0時45分から
3歳児健診	12月8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

※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 ☎ 03365

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	12月3日(土)・10日(土)・24日(土)、 5年1月7日(土)	午前11時～ 11時半	図書館本館
	12月10日(土)		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 ☎ 02855

### ぴよぴよ教室（離乳食教室）

ページ ID:0002869

生後7～8か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 12月9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か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

前日の正午までに右のコード（ながの電子申請）からお申し込みください。



### 親子にここご食事相談

ページ ID:0002868

離乳食など、お子さんやご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	12月2日(金)・16日(金)、 5年1月6日(金)	午前10時 ～11時半
北部	12月8日(木)・22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

お子さんの仕上げ磨き、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	12月21日(水)	午前10時 ～11時半
北部	12月9日(金)・26日(月)	

- 持ち物 母子健康手帳、自宅で使用している歯ブラシなど

ほのぼの  
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の職員にオンラインで相談ができます。

上のコード（ながの電子申請）からお申し込みください。

- 対象 市内在住でおおむね0歳～3歳児の子どもを子育てする保護者

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



みんなであ・そ・ぼ「クリスマスコンサート」

問 こども広場 ☎③6660

クリスマスソングや、お子さんの知っている曲をマリンバとサクソによる演奏で楽しみませんか。

■対象 こども広場に登録している親子  
※利用登録は当日でもできます。登録料300円と本人確認ができるもの(運転免許証など)をお持ちください。

■場所 こども広場木育コーナー  
■演奏者 Leoの皆さん(マリンバ奏者)  
※申し込み、参加費は不要です。

■日時 12月17日(土) 午前11時～11時40分



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	12月8日(木)	午前11時～11時半	こども広場
おはなしトントン	12月7日(木)	午前10時45分～11時	北部子育て支援センター
乳幼児おはなし会	12月13日(火)	午前10時15分～10時35分	子育て支援センター
おはなし玉手箱	12月9日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	12月23日(金)		子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	12月20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	12月2日(金)・9日(金)・16日(金)・23日(金)、 5年1月6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、20～25ページくらしの情報をご覧ください。



秘書広報課広報シティプロモーション係  
問 ☎②0333  
✉ webmaster@city.shiojiri.lg.jp

市内在住の0歳～年長児のお子さんの写真を募集しています。

■申し込み方法

「お子さんの氏名(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(ながの電子申請)からお申し込みください。



■写真随時募集中!

※掲載の可否、掲載の時期については、担当への一任となります。

※掲載させていただく場合のみ、本市からメールにてご連絡させていただきます。



山田 しあん 心星くん(1カ月)

産まれてきてくれてありがとう!  
元気に大きくなあれ!!



井出 たかすけ 隆介くん(4カ月)

いつもニコニコの笑顔が嬉しいよ!  
元気に大きくなってね!



平間 しょう 翔くん(3カ月)・はやと 颯くん(3歳)・つばさ 翼くん(3カ月)

たくさん笑って遊んで元気にたくましく育ててね!



大槻 きょうや 恭也くん(1歳)

1歳の誕生日おめでとう! 幸せな日々をありがとう! 大好きだよ