



# 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 ☎ 020855  
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	3月7日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	3月15日(水)

- 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 ☎ 020855

## 乳幼児健診・相談

健診名	期日
4か月児健診	3月16日(木)
10か月児相談	3月14日(火)
1歳6か月児健診	3月8日(水)
3歳児健診	3月9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	3月4日(出)・11日(出)・18日(出)・25日(出)、4月1日(出)・8日(出)	午前11時～11時半	図書館本館
	3月11日(出)・25日(出)		広丘図書館
すくすくおはなし会	3月7日(火)	午前11時～11時20分	図書館 片丘分館

※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 ☎ 020855

### 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 3月10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（電子申請）から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、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	3月3日(金)・17日(金)、4月7日(金)	午前10時～11時半
北部	3月9日(木)・23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	3月22日(水)	午前10時～11時半
北部	3月6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



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（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歳児の子どもの子育てする保護者



子育て支援センター・北部子育て支援センター・  
こども広場からのお知らせ



こども広場をご利用ください

問 こども広場 ☎036660

こども広場は、0～6歳（未就学）のお子さんと保護者が遊べる屋内公園です。利用には登録が必要です。令和5年度に利用を希望する人は、4月1日(出)以降に登録の手続きをしてください。

■対象 0～6歳（未就学）のお子さんとその保護者

■登録手続きに必要なもの

- 利用登録証（現在登録している人）
- 本人確認ができるもの（運転免許証など）
- 登録料300円

■登録方法

窓口で令和5年度利用登録申請書に記入していただきます。同一世帯の人のみ登録ができます。登録する人の「住所」「電話番号」「生年月日」など、あらかじめご確認の上お越しください。

※登録にはお時間をいただきます。ご理解とご協力をよろしくお願ひします。



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	3月9日(休)	午前11時～11時半	こども広場
おはなしトントン	3月1日(休)、4月5日(休)	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	3月14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	3月10日(金)、4月7日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	3月20日(月)		子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	3月14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	3月3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)・31日(金)	午前11時～11時20分	こども広場



秘書広報課広報シティプロモーション係

問 ☎0333

✉ 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（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。



里見 <sup>おとは</sup>音羽ちゃん(2歳)

毎日元気いっぱい！ これからも  
すてきな思い出作ろうね！



小林 <sup>そうわ</sup>蒼和くん(1歳)

いっぱい遊んで楽しく過ごそうね。



えま 柳平依菜ちゃん(2歳)・まい 真依ちゃん(6カ月)

これからいろんなところに  
出かけようね。



なつめ 山崎夏芽ちゃん(1歳)

たくさん食べて大きくなってね！