



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 ☎ 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	6月6日(火)、7月4日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	6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
ページ ID:0029181

乳幼児健診・相談

健診名	期日
4カ月児健診	6月22日(木)
10カ月児相談	6月27日(火)
1歳6カ月児健診	6月7日(火)
3歳児健診	6月8日(木)・15日(木)、 7月6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。

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 6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）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	6月16日(金)・30日(金)	午前10時～11時半
北部	6月8日(木)・22日(木)、 7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
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	6月21日(水)	午前10時～11時半
北部	6月2日(金)、 7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

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	毎週土曜日 (7月8日(土)は除く)	午前11時～11時半	図書館本館
	6月10日(土)・24日(土)、7月8日(土)		広丘図書館
すくすくおはなし会	7月4日(火)	午前11時15分～11時35分	図書館 片丘分館

※申し込み、参加費は不要です。



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0～3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



子育てリフレッシュ講座

問 子育て支援センター ☎③3382

未就園の限られた時期に、親がどんなことを大切に
子育てしたら良いかを一緒に考えてみませんか。

■対象 講座当日0～3歳（年少に上がる前まで）のお子
さんを育てる保護者

※大人のみ参加となります。

■日時 7月4日(火) 午前10時～11時

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■演題 「未就園の時期に大切にしたい子育て」

■講師 関 裕子さん（上田女子短期大学専任講師）

■定員 20組（先着順）

■参加費 無料

■申し込み方法 右のコード（電子申請）
からお申し込みください。



■申込期間 6月12日(月)午前8時～23日(金)午後5時
※講座当日、生後3カ月のお子さんから託児（無料）が
できます。希望する人は申込時に入力してください。託児
利用についてはメール(✉kosodate@city.shiojiri.lg.jp)
で6月29日(木)までに通知します。

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	6月8日(木)	午前11時～11時半	こども広場
おはなしトントン	6月7日(水)、7月5日(水)	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	6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	7月7日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	6月27日(火)		子育て支援センター
こみおぼちゃんのわらべうた	6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	毎週金曜日	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（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。



田淵 はるま 遥萬くん(3歳)・とうま 透萬くん(6カ月)

お兄ちゃんと仲良く、
すくすく大きくなってね！



東海林 がく 岳くん(7カ月)

たくさん笑顔をありがとう！
元気に大きくなってね。



長島 ゆうま 由真くん(10カ月)

4番目の末っ子くん！
大きく育ってね！



池上 はるひと 陽仁くん(1歳)

いっぱい食べて、いっぱい笑って、
すくすく元気に大きくなってね