

# 子育てだより

ながの電子申請

<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 ☎ 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	8月1日(火)、9月5日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	8月8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	8月24日(木)
10カ月児相談	8月22日(火)
1歳6カ月児健診	8月9日(水)
3歳児健診	8月3日(木)・10日(木)、 9月7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～11時半	図書館本館
	8月12日(土)・26日(土)、9月9日(土)		広丘図書館
すくすくおはなし会	9月5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。

## 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 8月18日(金)、9月8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	8月4日(金)・25日(金)	午前10時～11時半
北部	8月10日(木)・31日(木)、 9月7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	8月23日(水)	午前10時～11時半
北部	8月4日(金)、 9月1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

しほり  
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



おでかけ支援センター「外気にふれて遊ぼう！」

問 北部子育て支援センター ☎07701

- 対象 市内在住の講座当日3歳まで（年少に上がる前まで）の外を歩けるお子さんとその保護者
- 日時 9月15日(金) 午前10時～11時（雨天中止）
- 場所 塩尻北部公園（松林に集合）
- 内容 親子ふれあい遊び、体操など
- 定員 15組（先着順）
- 参加費 無料
- 持ち物 動きやすい服装、帽子、飲み物、着替え

- 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 8月18日(金)午前8時～9月1日(金)午後5時
- ※初めてのご家庭を優先します。参加経験のあるご家庭は、8月25日(金)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	8月10日(木)	午前11時～11時半	こども広場
おはなしトントン	8月2日(水)、9月6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	8月8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	8月10日(木)、9月8日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	8月29日(火)		子育て支援センター
こみおぼちゃんのわらべうた	8月29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、20～29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 ☎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。



小松 けんしん 健真くん(2歳)

毎日とびっきりの笑顔ありがとうございます！ 元気に大きくなってね。



西窪 ゆうり 優凜ちゃん(1歳)

いろいろお出掛けしようね！



小澤 もも 桃ちゃん(1歳)・りつ 律くん(4歳)

仲良し兄妹！ 元気にたくさん遊んでいこうね！



高橋 おうせい 旺勢くん(11カ月)

いつもにこにこの旺勢くん！ これからもずっと笑顔でいてね