



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 ☎ 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、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	10月3日(火)、11月7日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	10月10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	10月26日(木)
10カ月児相談	10月24日(火)
1歳6カ月児健診	10月11日(火)、11月8日(火)
3歳児健診	10月19日(木)、11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
	10月14日(土)・28日(土)		広丘図書館
すくすくおはなし会	11月7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 10月13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	10月6日(金)・20日(金)	午前10時～11時半
北部	10月12日(木)・26日(木)、 11月2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	10月18日(火)	午前10時～11時半
北部	10月6日(金)、 11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

しおじり
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



みんなであ・そ・ぼ「元気にキッズダンス！」

問 こども広場 ☎6660

J-POPなどの軽快な曲のダンスを親子で楽しみませんか。

■対象 市内在住のこども広場に登録している親子

	対象	期日	時間
第1部	年少・年中児	11月18日(土)	午前10時15分 ～10時55分
第2部	年長児		午前11時10分 ～正午

※未登録の人は、前日までに登録をしてください。登録料300円と運転免許証など本人確認ができるものをお持ちください。

- 場所 こども広場
- 講師 竹内 秀明さん(スタジオビーチハウス)
- 定員 各回親子10組(先着順)

- 持ち物 飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装
- 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 10月20日(金)午前8時～30日(月)午後5時
- ※詳細は市ホームページをご覧ください。

▼第1部



▼第2部



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	10月12日(休)、11月9日(休)	午前11時～11時半	こども広場
おはなしトントン	10月4日(休)、11月1日(休)	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	10月10日(火)	午前10時15分～10時30分	子育て支援センター
おはなし玉手箱	10月6日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	10月31日(火)		子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	10月24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、24～33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。



小林 紗来ちゃん(2歳)

公園大好き紗来ちゃん☆いっぱい遊んで元気にすくすく育ってね！



小河原 鈴乃ちゃん(1歳)・ひなのちゃん(4カ月)

すーちゃん・ひーちゃんこれからも2人仲良く大きくなってね！



野村 いろはちゃん(5歳)

おしゃべりがとっても上手ね。夏いっぱい笑顔ありがとう！



野村 春るひちゃん(1歳)

いつも元気いっぱい！幸せの笑顔をありがとうね。