



# 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 ☎②0855  
北部あんしんサポートルーム ☎②0280 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、榎川支所	2月6日(火)、3月5日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	2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 ☎②0855

ページ ID:0029181

## 乳幼児健診・相談

健診名	期日
4カ月児健診	2月22日(木)
10カ月児相談	2月20日(火)
1歳6カ月児健診	2月7日(火)、3月6日(火)
3歳児健診	2月15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 ☎③3365

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
	2月10日(土)・24日(土)		広丘図書館
すくすくおはなし会	3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 ☎②0855

### 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 2月9日(金)、3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)で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	2月2日(金)・16日(金)、 3月1日(金)	午前10時～11時半
北部	2月8日(木)・22日(木)、 3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	2月28日(火)	午前10時～11時半
北部	2月9日(金)、 3月8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)で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  
「大きくなったね おめでとう！コンサート」

問 こども広場 ☎036660

広場に来てくれたお子さんの成長を喜び、みんなでバイオリンとチェロの演奏によるコンサートを楽しみませんか。

■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。

■日時 3月9日(土) 午前11時～11時40分

■場所 こども広場木育コーナー

■出演 音音楽ボーイズの皆さん

■内容 バイオリンやチェロの演奏（クラシックからアニメソングまで）

※申し込み、参加費は不要です。



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	2月8日(木)	午前11時～11時半	こども広場
おはなしトントン	2月7日(水)、3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	2月13日(火)	午前10時15分～10時半	子育て支援センター
おはなし玉手箱	2月9日(金)、3月8日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	2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	2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、16～17ページの市政トピックス、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 ☎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)で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。



赤羽 <sup>しほ</sup>志帆ちゃん(4歳)・<sup>ほのか</sup>帆榎ちゃん(6歳)  
気配りできる優しい帆榎と笑顔いっぱい志帆。ずっと仲良しでね



谷合 <sup>みこ</sup>みこちゃん(3歳)・<sup>みゆ</sup>みゆちゃん(1歳)  
塩尻市に引っ越して初めての冬!!  
いっぱいあそぼうね



長谷川 <sup>めい</sup>芽生ちゃん(5歳)・<sup>まな</sup>菜生ちゃん(11カ月)  
二人でキャッキヤしている姿に、癒されてるよ(\*^o^\*)



嶋田 <sup>りつき</sup>律希ちゃん(10カ月)  
毎日幸せをありがとう！  
リッキーの笑顔が大好き！