



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、出産後の子どもの身体測定、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	6月4日(火)、7月2日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	6月11日(火)、7月9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	6月27日(木)
10カ月児相談	6月25日(火)
1歳6カ月児健診	6月12日(火)、7月10日(火)
3歳児健診	6月20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
	6月8日(土)・22日(土)		広丘図書館
すくすくおはなし会 スペシャル	7月2日(火)	午前11時～11時45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 6月14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、子どもや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12日(火)・26日(火)、 7月10日(火)	午前10時～11時半
北部	6月6日(木)・20日(木)、 7月4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

子どもの仕上げ磨き、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26日(火)	午前10時～11時半
北部	6月7日(金)、 7月5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



Zoomを利用して、自宅にいながら市の専門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



子育てリフレッシュ講座

問 子育て支援センター ☎33382

セルフマッサージで心も体もリフレッシュ！ 日常に癒しの時間を取り入れてみませんか。

■対象 0～3歳(年少に上がる前の年度まで)の子どもを育てる保護者

※講座会場は、大人のみの参加となります。

■日時 6月25日(火) 午前10時～11時

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■内容 セルフマッサージ

■講師 原 あつみさん(アロマセラピスト)

■定員 15人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 フェイスタオル、飲み物

■服装 動きやすい服装(UネックやVネックなど首元の開いた服、裾が簡単にまくれるズボン)

■申し込み方法 右のコード(電子申請)でお申し込みください。



■申込期間

6月6日(木)午前8時～15日(土)午後5時

■託児 講座当日、生後3カ月の子どもから託児(無料)ができます。希望する人は、申込時にご入力ください。

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	6月13日(木)	午前11時～11時20分	こども広場
おはなしトントン	6月5日(火)、7月3日(火)	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10日(月)、7月8日(月)	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	6月14日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	6月18日(火)		子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	6月18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。



秘書広報課広報広聴係

問 直 ☎0333

✉ webmaster@city.shiojiri.lg.jp

市内在住の0歳～年長児の子どもの写真を募集しています。

申し込み方法

「子どもの氏名(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！

※掲載させていただく際は、本市からメールにてご連絡させていただきます。



横山 蒼弥ちゃん(8カ月)

これからもかわいい笑顔をたくさん見せてね！



中岡 桐也ちゃん(1歳)

ニコニコ、わんぱくで、元気に育ってね！



熱見 紗ちゃん(1歳)

いつも笑顔のニコニコすっちゃん。いっぱい楽しく遊ぼうね！



山田 絃葉ちゃん(1歳)

4月からの保育園慣れたかな？これからも大きく育ってね！