



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 ☎0855
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、榑川支所	7月2日(火)、8月6日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	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 ☎0855

ページ ID:0029181

乳幼児健診・相談

健診名	期日
4カ月児健診	7月25日(木)
10カ月児相談	7月23日(火)
1歳6カ月児健診	7月10日(火)、8月7日(火)
3歳児健診	7月18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 ☎03365

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
	7月13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 ☎0855

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 7月19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	7月10日(火)・24日(火)、 8月7日(火)	午前10時～11時半
北部	7月4日(木)・18日(木)、 8月1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	7月24日(火)	午前10時～11時半
北部	7月5日(金)、 8月9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



0歳児の集い

「みんなで遊ぼう にこにこだっこの会」スペシャル！

問 北部子育て支援センター ☎547701

にこにこだっこの会のスペシャルバージョン。ふれあい遊びやおもちゃ作りを通して、お父さん、お母さんが赤ちゃんとの関わり方や遊び方を楽しく学ぶ会です。

- 対象 講座当日3～12カ月の赤ちゃんとその父母
- 日時 8月3日(土) 午前10時半～11時15分
- 場所 えんてらす 1階101・102会議室
- 内容 ふれあい遊び、簡単な手作りおもちゃの制作

- 定員 親子10組（申し込み多数の場合は抽選）
- 参加費 無料
- 持ち物 バスタオル、飲み物
- 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 7月8日(月)午前8時～22日(月)午後5時



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	7月11日(休)、8月8日(休)	午前11時～11時20分	こども広場
おはなしトントン	7月3日(休)、8月7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	7月8日(月)、8月1日(休)	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	7月12日(金)、8月9日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	7月30日(火)		子育て支援センター
こみおぼちゃんのわらべうた	7月30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 ☎20333

✉ 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。



里見 うたは 唱羽ちゃん(1カ月)

幸せな毎日进行がとう！
お姉ちゃんたちと仲良くな！



洲上 あやと 彩人ちゃん(7カ月)

よく寝てよく食べてよく遊んで
大きくなつてね！



土屋 りん 凜ちゃん(1歳)

いっぱい食べて、毎日元気に
遊んでる姿がとう！



神出 ゆうせい 悠晴ちゃん(1歳)

いっぱい笑顔がとう！
これからもお出掛けしようね！