



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	8月6日(火)、9月3日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	8月20日(火)、9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	8月22日(木)
10カ月児相談	8月27日(火)
1歳6カ月児健診	8月7日(水)・21日(水)
3歳児健診	8月29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 広丘図書館 ☎ 02728

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	8月10日(土)・24日(土)	午前11時～11時半	広丘図書館

※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23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	8月7日(水)・21日(水)	午前10時～11時半
北部	8月1日(木)・29日(木)、 9月5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	8月28日(火)	午前10時～11時半
北部	8月9日(金)、 9月6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 「心に奏でる～チェロとピアノコンサート～」

問 北部子育て支援センター ☎547701

音楽を聴いて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
の保護者
※会場は大人のみ参加可能です。

■日時 8月27日(火) 午前10時～11時

■場所 えんてらす 1階101・102会議室

■奏者 嘉納 雅彦さん(チェロ)、嘉納 尚代さん(ピアノ)

■定員 18組（先着順。1組大人2人まで）

■参加費 無料

■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 8月5日(月)午前8時～15日(木)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入力してください。



子育て施設の休館日 ●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
※子育て支援センター、図書館本館は、えんぱーくの工事に伴い、12月ごろまで休館となります。

定例イベント

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	8月8日(木)	午前11時～11時20分	こども広場
おはなしトントン	8月7日(水)、9月4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	9月2日(月)	午前10時15分～10時半	こども広場
おはなし玉手箱	8月9日(金)、9月6日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	8月30日(金)		こども広場
こみおぼちゃんのわらべうた	8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、22～29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。



五味 ちえり 智麗ちゃん(3カ月)

生まれてきてくれてありがとう。
みんなの宝物だよ！



山田 ほのか 帆夏ちゃん(4歳)

これからもほのちゃんらしく
元気に育ってね



内山 こう 恒ちゃん(2歳)

いつもスマイルありがとう！
元気に大きくなってね！



紺谷 さくら 咲愛ちゃん(4カ月)

生まれてきてくれてありがとう。
さくらはパパとママの宝物だよ。