



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	10月1日(火)、11月5日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	10月15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	10月24日(木)
10カ月児相談	10月29日(火)
1歳6カ月児健診	10月9日(火)
3歳児健診	10月17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	10月12日(土)・26日(土)	午前11時～11時半	広丘図書館
	10月12日(土)		塩尻東分館
	11月2日(土)		北小野分館、宗賀分館、吉田分館

※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 10月18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	10月9日(水)・23日(水)	午前10時～11時半
北部	10月3日(水)・17日(水)、 11月7日(水)	

- 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	10月16日(水)、 11月6日(水)	午前10時～11時半
北部	10月4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



0歳児の集い「にこにこだっこの会」

問 北部子育て支援センター ☎ 547701

赤ちゃんとの関わり方を学び、母親同士が交流する会です。

■対象 11月12日(火)に3～12カ月の赤ちゃんとその母親

■期日 11月12日(火)・19日(火)・26日(火) (全3回)

■時間 ○1部 午前10時～10時40分

○2部 午前11時～11時40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、お薦めの絵本の紹介 など

■定員 各部親子10組 (先着順)

■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

10月22日(火)午前8時～11月5日(火)午後5時

※受講経験のある人は、10月29日(火)以降にお申し込みください。

子育て施設の休館日 ●こども広場、子育て支援センター…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
※えんぱーくの工事に伴い、子育て支援センターはこども広場に移転し、図書館本館は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	10月10日(木)	午前11時～11時20分	こども広場
おはなしトントン	10月2日(火)、11月6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	10月3日(水)、11月1日(金)	午前10時15分～10時半	こども広場
おはなし玉手箱	10月10日(木)、11月7日(木)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	10月22日(火)	午前10時半～10時45分	こども広場
こみおぼちゃんのわらべうた	10月22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。



秘書広報課広報広聴係

問 ☎ 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。



石樽 愛月ちゃん(1歳)

元気に明るく
大きくなってね!



石樽 琉月ちゃん(9カ月)

これからも元気に
すくすく育ってね!



横山 翔太ちゃん(3歳)

小さいけど、
元気いっぱい頑張っているね!



横山 千佳ちゃん(1歳)

おてんばな女の子で
とってもかわいいね!