

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 ☎ 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、楢川支所	1月7日(火)、2月4日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	1月14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	1月23日(木)
10カ月児相談	1月28日(火)
1歳6カ月児健診	1月15日(水)
3歳児健診	1月9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 ☎ 3365

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	1月11日(土)	午前11時～11時半	広丘図書館
	1月25日(土)		図書館本館、広丘図書館
すくすくおはなし会	2月4日(火)	午前11時15分～11時35分	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 1月17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	1月8日(水)・22日(水)、 2月5日(水)	午前10時～11時半
北部	1月16日(木)・30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	1月8日(水)	午前10時～11時半
北部	1月24日(金)、 2月7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



みんなであ・そ・ぼ「親子体操」

問 こども広場 ☎ ③6660

寒さで縮こまった体を、親子で楽しく動かしましょう。
■対象 こども広場に登録している市内在住の3～5歳児
(平成30年4月2日～令和3年4月1日生まれ)とその保護者

※登録は前日までに行ってください。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。

■期日 1月26日(日)

■時間 ○第1部 午前10時15分～10時55分

○第2部 午前11時10分～11時50分

■場所 こども広場

■講師 田中 理恵さん(体操指導員)

■定員 各部10組(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 飲み物、汗拭きタオル

■服装 動きやすい服装

■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

1月9日(木)午前8時～23日(木)午後5時



子育て施設の休館日 ●子育て支援センター、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

※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、図書館本館は休館しています。どちらの施設もえんぱーくでの再開は1月23日(木)です。

定例イベント

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	1月9日(木)	午前11時～11時20分	こども広場
おはなしトントン	1月8日(水)、2月5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	1月20日(月)	午前10時15分～10時半	こども広場
	2月10日(月)		子育て支援センター
おはなし玉手箱	1月10日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	1月28日(火)		子育て支援センター
こみおぼちゃんのわらべうた	1月21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 ☎ 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(フリガナ)、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、メールまたは下のコード(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。



武藤 ^{なほ}那歩ちゃん(1歳)

たくさん歩くようになって元気いっぱい! いつも笑顔をありがとう!



藤澤 ^{ひお}咲音ちゃん(2カ月)・^{いお}笑音ちゃん(1歳)

かわいい姉妹! ママパパの大切な宝物! すくすく育ってね!



吉村 ^{あやは}彩葉ちゃん(3カ月)

生まれてきてくれてありがとう! すくすく大きく育ってね!



田中 ^{おと}律ちゃん(4カ月)

元気に生まれてきてくれてありがとう! 楽しい毎日を過ごそうね!