



# 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	2月4日(火)、3月4日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	2月18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	2月27日(木)
10カ月児相談	2月25日(火)
1歳6カ月児健診	2月12日(水)
3歳児健診	2月13日(木)・20日(木)、 3月6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	2月15日(土)	午前11時～11時半	図書館本館
	2月8日(土)・22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 ☎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 2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	2月5日(水)・19日(水)、 3月5日(水)	午前10時～11時半
北部	2月13日(木)・27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	2月19日(水)	午前10時～11時半
北部	2月7日(金)、 3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「元気にキッズダンス！」

問 こども広場 ☎ ③6660

J-POPなどの軽快な曲のダンスを親子で楽しみませんか。

■対象 こども広場に登録している市内在住の親子

○3、4歳児コース

平成31年4月2日～令和3年4月1日生まれ

○5歳児コース 平成30年4月2日～31年4月1日生まれ

※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 2月22日(土)

■時間 ○3、4歳児コース 午前10時15分～10時55分

○5歳児コース 午前11時10分～正午

■場所 こども広場

■講師

竹内 秀明さん(スタジオビーチハウス)

■定員 各コース親子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

2月5日(水)午前8時～19日(水)午後5時



▲3、4歳児コース



▲5歳児コース

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	2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	2月5日(水)、3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	2月10日(月)、3月10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	2月7日(金)、3月7日(金)	午前10時15分～10時半	北部子育て支援センター
	2月21日(金)		子育て支援センター
こみおぼちゃんのわらべうた	2月25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、18～25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。



久保 <sup>ふみと</sup> 郁翔ちゃん(3歳)

これからも元気に  
すくすく大きくなってね!



横山 <sup>かよ</sup> 未依ちゃん(3歳)

生まれてきてくれてありがとう♪  
これからもよろしくね!



木内 <sup>ゆの</sup> 悠乃ちゃん(3歳)

すくすく大きくなってね!



品川 <sup>ひな</sup> 陽菜ちゃん(3歳)

春から入園! 保育園でたくさん  
お友達と遊んで楽しもうね!