



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 ☎ 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、妊娠中や子育て中の心や体の相談、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 9:30～11:30、13:30～15:30
- 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	7月1日(火)、8月5日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	7月15日(火)

■ 時間 10:00～11:30

■ 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	7月24日(木)
10カ月児相談	7月29日(火)
1歳6カ月児健診	7月9日(火)、8月6日(火)
3歳児健診	7月10日(水)、8月7日(水)

※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	毎週土曜日	10:30～11:00	図書館本館
	7月12日(土)、 8月9日(土)	11:00～11:30	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 7月11日(金)
10:00～11:30

■ 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

7月9日(水)12:00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対応します。

場所	期日	時間
中央	7月2日(水)・16日(水)	10:00～11:30
北部	7月10日(水)・31日(水)、 8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対応します。

場所	期日	時間
中央	7月23日(水)	10:00～11:30
北部	7月4日(金)、 8月8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 直 547701

にこにこだっこの会のスペシャルバージョンで、今回はいつもと違って父親も対象です。ふれあいあそびや、おもちゃ作りを通して、父親や母親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3～11カ月の子どもと父母
- 日時 8月2日(土) 10:30～11:15
- 場所 えんてらす 1階101・102会議室
- 定員 親子12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7日(月)～18日(金)



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10日(木)	11:00～11:20	こども広場
おはなしトントン	7月2日(火)、8月6日(火)	10:45～11:00	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(火)	10:15～10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	7月11日(金)、8月7日(木)	10:15～10:30	北部子育て支援センター
	7月28日(月)	10:15～10:30	子育て支援センター
こみおぼちゃんのわらべうた	7月24日(木)	10:15～11:00	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	11:00～11:20	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 520333

✉ 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、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。



三村 ゆずは 柚葉ちゃん(1歳)

お歌が大好きなゆっちゃん！
これからたくさん歌おうね☆



塩原 たいせい 大誠ちゃん(1歳) 結花ちゃん(3歳)

ふたり仲良く！
すくすく成長しますように！



得地 もえ 萌恵ちゃん(7カ月)

いっぱい遊んで、出掛けてたくさん
楽しいことをしていこうね！



太田 ふみ 史ちゃん(7カ月)

笑顔をいっぱい見せてくれて
ありがとう！大好きだよ！