



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、樫川支所	8月5日(火)、9月2日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	8月19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	8月28日(木)
10カ月児相談	8月26日(火)
1歳6カ月児健診	8月6日(火)、9月10日(火)
3歳児健診	8月7日(木)、9月4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 ☎ 03365

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
	8月9日(土)・23日(土)、 9月13日(土)	11:00～11:30	広丘図書館
すくすくおはなし会	9月2日(火)	11:15～11:35	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 ☎ 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21日(木) 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

8月19日(火)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	8月13日(火)・20日(火)、 9月10日(火)	10:00～11:30
北部	8月7日(木)・28日(木)、 9月4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対応します。

場所	期日	時間
中央	8月20日(火)	10:00～11:30
北部	8月8日(金)、 9月5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



子育てリフレッシュ講座「笑顔で育てる子どもの未来」

問 子育て支援センター ☎ 03382

子どもに伝わる声掛けや、イヤイヤ期の向き合い方など一緒に学んでみませんか。

■対象 講座当日0～3歳（年少に上がる前まで）の子どもを育てる保護者

■日時 9月2日(火) 10:00～11:30

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

※会場は大人のみ参加可で、各家庭2人まで参加できます。

■講師 生田 恵津子さん（松本短期大学特任教授）

■定員 28組（申し込み多数の場合は抽選）

■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。

※参加の可否については必ずメールをご確認ください。

■申込締め切り日 8月19日(火)

■託児 生後3カ月以上の子どもの託児（無料）ができます。希望者は申込時に入力してください。

※託児の定員は18組までです。



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	8月14日(木)	11:00～11:20	こども広場
おはなしトントン	8月6日(火)、9月3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	8月12日(火)	10:15～10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	8月7日(木)	10:15～10:30	北部子育て支援センター
	8月18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	8月21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、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 ☎ 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（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。



中谷 さく 朔ちゃん（10カ月）

すくすく大きくなってね！ 朔ちゃん
の笑顔がパパママの癒やしです。



廣森 ゆあ 優愛ちゃん（4カ月）・ゆうい 優維ちゃん（4歳）

ふたり仲良く！
すくすく成長しますように！



北原 なぎさ 風紗ちゃん（7カ月）

たくさん癒やしと笑いをありがとう！
すくすく元気に育ってね！



小池 はると 陽翔ちゃん（7カ月）

たくさんお出かけして、
たくさん遊ぼうね！