



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	9月2日(火)、10月7日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	9月16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 ☎ 0855 ページID:0029181

乳幼児健診・相談

健診名	期日
4カ月児健診	9月25日(木)
10カ月児相談	9月30日(火)
1歳6カ月児健診	9月10日(火)、10月8日(火)
3歳児健診	9月4日(木)・18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	毎週土曜日	10:30～11:00	図書館本館
	9月13日(土)・27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 ☎ 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 9月12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

9月10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	9月10日(水)・24日(水)、 10月8日(水)	10:00～
北部	9月4日(木)・18日(木)、 10月2日(木)	11:30

■ 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	9月17日(火)	10:00～
北部	9月5日(金)、 10月3日(金)	11:30

■ 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

乳幼児の救急法

問 子育て支援センター ③3382

乳幼児の病気や事故の時に慌てないように、救急法を学びませんか。

- 対象 0歳から就学前までの子どもを育てる保護者
- 日時 10月3日(金) 9:30~11:30
- 場所 えんぱーく3階多目的ホール
- 講師 大倉 恵子さん(赤十字幼児安全指導員)
- 定員 15組(先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 腰まである古ストッキング(サポートタイプで

ないもの)、常温の保冷剤2個(小さいもの)、大判ハンカチ、飲み物、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。

- 申し込み開始日 9月10日(火)

※この講座を初めて受講する人を優先します。受講経験のある人は9月17日(火)以降にお申し込みください。

- 託児 講座当日生後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。



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	9月11日(木)	11:00~11:20	こども広場
おはなしトントン	9月3日(火)、10月1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	9月9日(火)	10:15~10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	9月12日(金)	10:15~10:30	北部子育て支援センター
	9月22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	9月18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、18~27ページをご覧ください。



秘書広報課 広報広聴係
問 ③0333
✉ 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。



まつり
村山 茉莉ちゃん(1歳)

たんきはそんき!
ニコニコのまつちゃんが大好きだよ。



ひなぎ
石坂 陽風ちゃん(2歳)

2歳おめでとう! ひなちゃん
の笑顔が家族みんなの宝物だよ!



つむぎ
小澤 紬ちゃん(5カ月)

たくさん笑って、たくさん遊んで、
すくすく成長しますように。



いちか
大島 一華ちゃん(1歳)

元気いっぱいの一華ちゃん。みんな
を笑顔にしてくれてありがとう。