



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	10月7日(火)、11月4日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	10月21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	10月23日(木)
10カ月児相談	10月28日(火)
1歳6カ月児健診	10月8日(水)
3歳児健診	10月16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
	10月11日(土)・25日(土)、 11月8日(土)	11:00～11:30	広丘図書館
すくすくおはなし会 スペシャル	11月4日(火)	11:00～11:45	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。

- 期日 10月10日(金)、11月6日(休)
- 時間 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

教室2日前の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	10月8日(水)・22日(水)、 11月5日(水)	10:00～ 11:30
北部	10月2日(木)・16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	10月22日(火)	10:00～ 11:30
北部	10月3日(金)、 11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



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

あつまれ！1才さん ぷくぷくほっぺの会

問 子育て支援センター ☎ 3382

子どもを託児して母親同士で交流しながら、子どもが食べやすいおやつを作ります。

■対象 講座当日に1歳の子どもの育てる母親

■日時 10月24日(金) 10:00～11:00

■場所 えんぱーく3階食育室

■講師 市栄養士

■定員 10人(申し込み多数の場合は抽選)

■参加費 無料

■持ち物 エプロン、マスク、三角巾、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。

■申込締め切り日 10月13日(月・祝)

■託児 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。

※抽選の結果は、10月17日(金)までにメールでお知らせしますので、参加の可否については必ずメールをご確認ください。

※託児を希望する人は、託児に必要な物もお持ちください。



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	10月9日(木)	11:00～11:20	こども広場
おはなしトントン	10月1日(木)、11月5日(木)	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	10月14日(木)	10:15～10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	10月10日(金)、11月6日(木)	10:15～10:30	北部子育て支援センター
	10月20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	10月23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、16～25ページをご覧ください。



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。



柳沢 ゆうり 優凜ちゃん(1歳)

元気に育ってくれてありがとう！
来年もたくさん水遊びしようね！



鈴木 あのん 碧音ちゃん(9カ月)

毎日よく動いて元気いっぱい！
かわいい笑顔をありがとう！



川島 かえで 楓ちゃん(3歳)

元気に楽しく毎日過ごしてね！
パパみたいに大きくなってね！



川島 もみじ 栞ちゃん(1歳)

元気に毎日
ニコニコ過ごしてね！