



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	2月3日(火)、3月3日(火)
洗馬支所、北小野地区センター	2月17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	2月26日(火)
10カ月児相談	2月24日(火)
1歳6カ月児健診	2月4日(火)
3歳児健診	2月12日(火)、3月5日(火)

※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
	2月14日(土)・28日(土)	11:00～11:30	広丘図書館
すくすくおはなし会	3月3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。

■ 期日 2月13日(金)、3月5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 右のコード(電子申請)でお申し込みください。

■ 申込締め切り日時
各開催日の2日前の12:00



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4日(火)・18日(火)、 3月4日(火)	10:00～ 11:30
北部	2月12日(火)・26日(火)	

■ 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18日(火)	10:00～ 11:30
北部	2月6日(金)、3月6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 北部子育て支援センター ☎ 547701

1歳の子どもと母親向けの講座です。親子で触れ合い遊びやサーキット遊び、体操などで体を動かして遊びます。

■対象 講座当日に1歳の子どもと母親

■日時 2月19日(木) 10:00～11:00

■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 飲み物、汗拭きタオル

■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4日(木)～11日(水・祝)



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12日(木)	11:00～11:20	こども広場
おはなしトントン	2月4日(木)、3月4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	2月10日(木)、3月10日(木)	10:15～10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	2月6日(金)、3月6日(金)	10:15～10:30	北部子育て支援センター
	2月27日(金)	10:15～10:30	子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	2月26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ページをご覧ください。



秘書広報課 広報広聴係

問 ☎ 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、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。



小沢 りおな 莉緒那ちゃん（7カ月）

7カ月になりました。毎日幸せをありがとう！ 大好きだよ！



原 こうた 康太ちゃん（1歳）

たくさん食べて、元気いっぱいに育ってね！



鈴木 たいが 大雅ちゃん（1歳）

いつも笑顔をありがとう！ 元気に育ってね！



嶋田 ふうき 楓希ちゃん（1歳）

にいと仲良くて、毎日幸せをありがとう！