

# 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

- 日時 6月2日(火) 10:00～11:30
- 場所 片丘支所、楢川支所、北小野地区センター
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル
- 申し込み方法  
健康づくり課へ電話(☎ 02855)でお申し込みください。
- 申込締め切り日 5月29日(金)

## 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	5月28日(木)
10カ月児相談	5月26日(火)
1歳6カ月児健診	5月13日(水)
3歳児健診	5月14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
	5月9日(土)・23日(土)	11:00～11:30	広丘図書館
すくすくおはなし会	6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。

- 期日 5月15日(金)
- 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  
5月13日(水) 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	5月13日(水)・27日(水)	10:00～11:30
	6月10日(水)	
北部	5月7日(木)・21日(木)、6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応じます。

場所	期日	時間
中央	5月27日(水)	10:00～11:30
北部	5月11日(月)、6月8日(月)	

- 持ち物 母子健康手帳、自宅で使用している歯ブラシなど

しおり  
子育て  
つながる相談室



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「にこにこだっこの会」

問 子育て支援センター ☎ 3382

触れ合い遊びや簡単なおもちゃの制作、絵本専門士による絵本の紹介や読み聞かせなどを通して、赤ちゃんとの関わり方を学び、親子が交流する会です。

■対象 6月1日(月)に3～11カ月の赤ちゃんとお保護者

■期日 6月1日(月)・18日(木) (全2回)

■時間 10:30～11:15

■場所 えんぱーく 2階会議室201

■定員 親子12組 (先着順)

■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。

■申込開始日 5月11日(月)



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	5月14日(木)	11:00～11:20	こども広場
おはなしトントン	5月13日(水)、6月3日(水)	10:30～10:45	北部子育て支援センター
乳幼児向けおはなし会	5月12日(火)、6月9日(火)	10:15～10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	5月8日(金)	10:30～10:45	北部子育て支援センター
	5月18日(月)	10:30～10:45	子育て支援センター
こみおぼちゃんのわらべうた	5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	5月15日(金)・22日(金)・29日(金)	11:00～11:20	こども広場

このほかのイベントは、18～25ページをご覧ください。



秘書広報課 広報広聴係

問 ☎ 20333

✉ 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、本市からメールでご連絡します。



ポー ホアン ミンちゃん(4カ月)

いつも笑顔をありがとう!一緒にたくさんの思い出を作ろうね!



小澤 えいく 永空ちゃん(1歳)

もうすぐ2歳!毎日できることが増えて嬉しいよ!えいく大好き!



大日方 きなり 貴成ちゃん(1歳)

毎日幸せをありがとう!これからますます大きくなってね!



清水 ひな 陽菜ちゃん(1歳)

元気に育ってくれてありがとう。たくさん笑って大きくなってね!