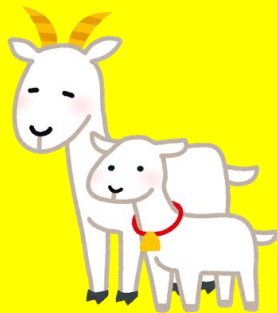


# 子育て



・会場が書いてないものはそれぞれの問合せ先と同じ場所です。  
 ・申込み問合せの時間は、特に記述がない限り平日8:30~17:15にお願いします。



## 2歳児歯っぴー教室



市内在住の令和6年1月生まれのお子さんと保護者が対象。歯科健診・歯科相談・上の前歯のフッ素塗布（希望者）を行います。先着36組。  
 〈日時〉4月16日（木）（所要時間は午前中の1時間程度）  
 〈会場〉サングリモ中込2階 口腔歯科保健センター  
 〈申込み・問合せ〉健康づくり推進課 口腔歯科保健係 63-3781

## パパママ教室（4・5月分）

〈会場・申込み・問合せ〉こども・子育て支援拠点施設 77-7493  
 〈申込み〉LINE予約にて2日前まで（土・日・祝日除く）  
 〈時間〉前期9:30~11:30 後期9:30~12:00  
 妊娠4~8か月頃の妊婦さん対象

平日コース	前期	おなかの中の赤ちゃん、妊娠中の栄養、妊婦体操、おなかをさわってみよう、腹帯の巻き方、おっぱいの手入れ・授乳、フリートーク	5月19日（火）
	後期	出産後の育児、抱っこの仕方、栄養・減塩ワンポイント、妊婦体操、おむつの仕方、沐浴について、フリートーク	4月10日（金）
休日コース	前期	おなかの中の赤ちゃん、妊娠中の栄養、妊婦体操、おなかをさわってみよう、腹帯の巻き方、おっぱいの手入れ・授乳、フリートーク	4月12日（日）
	後期	出産後の育児、抱っこの仕方、栄養・減塩ワンポイント、妊婦体操、おむつの仕方、沐浴について、フリートーク	5月17日（日）

## 子育てサロン4月分

子育て真っ最中の保護者の皆さんの子育てに関する相談、情報交換、交流の場です。就学前のお子さんと保護者と一緒に参加してください。  
 〈時間〉9:30~11:30（自由来館制です）  
 〈児童館名・日にち〉日程は変更になる場合もあります。ご了承ください。

佐久平浅間	15日	東	14日	あさしな	23日
岩村田	24日	佐久城山	23日	望月	17日
中佐都	17日	中込	22日	白田	
高瀬	22日	野沢	16日	切原	14日
小田井	20日	泉	15日	青沼	21日
平根	27日	岸野	13日	田口	28日

〈問合せ〉こども政策課 62-3149

## 市立図書館

### 乳幼児向けおはなしの会



乳幼児向けの絵本や紙芝居の楽しい読み聞かせです。おでかけください。

会場	日時	問合せTel
浅科図書館	4月9日（木）10:30~	58-4321
中央図書館	4月16日（木）10:30~	67-2111

## 離乳食教室

〈会場・問合せ〉こども・子育て支援拠点施設 77-7493  
 〈申込み〉LINE予約にて2日前まで（土・日・祝日除く）

### 【はい あ〜んして】

生後3~4か月児をもつお母さん、お父さん、ご家族が対象。講話、すりつぶし体験、試食などを通して、疑問や不安を解決しましょう。  
 〈日時〉4月16日（木）9:30~11:00（受付9:15~）



### 【もぐもぐできるかな】

生後8~9か月児をもつお母さん、お父さん、ご家族が対象。離乳食が進み、出てきた疑問や不安を個別相談、試食を通し、解決しましょう。  
 〈日時〉4月9日（木）9:30~10:45（受付9:10~）  
 4月30日（木）9:30~10:45（受付9:10~）



## つどいの広場

〈問合せ〉こども政策課 62-3149

就学前のお子さんと保護者のみなさん向けの、情報交換や仲間づくりの場です。子育て相談も行っています。

会場	開催曜日と時間
★ 育児講座（要申込）	
「野沢つどいの広場」	月~水・金・土 9:00~16:00
あさしな保育園内「つどいの広場」	月・水・金 9:00~14:00（12:00~12:45※昼食の利用がある方のみ）
もちづき保育園内「さくらんぼ広場」	月~木 9:00~14:00（12:00~12:45※昼食の利用がある方のみ）
うすだ健康館内「つどいの広場」	月・水~金 9:00~14:00（12:00~12:45※昼食の利用がある方のみ）
中佐都児童館内「つどいの広場」	月~木 9:00~12:00

※それぞれのつどいの広場で「育児講座」（要申込み）を行っている日があります。令和8年度の育児講座の詳細は市ホームページや市公式LINEでご確認ください。育児講座の申込みは市公式LINEからも行えます。

## 公民館学習講座

### 親子ふれあい教室 カラーセラピー ~ぬりえを通じて自分の状態に気づきましょう~（ママ向け講座）

「ママが満たされていれば子育ては満点」色を通じて自分の状態に気づく、ママを整えるワークショップです。  
 定員は8組（未就園児とママ）、参加費は無料です。  
 〈日時〉5月29日（金）10:00~11:30  
 〈申込受付〉4月30日（木）~ 中込公民館 62-0504

