

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3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〉6月18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（6・7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

コース	期	内容	日時
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	7月24日（金）
	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	6月3日（水）
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	6月7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	7月5日（日）

子育てサロン6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	3日 17日	東	9日 23日	あさしな	11日 25日
岩村田	12日 26日	佐久城山	11日 25日	望月	5日 19日
中佐都	5日 19日	中込	10日 24日	白田	2日 日
高瀬	10日 24日	野沢	4日 18日	切原	9日 日
小田井	15日 日	泉	3日 17日	青沼	16日 日
平根	8日 22日	岸野	8日 日	田口	23日 日

〈問合せ〉こども政策課 62-3149

公民館学習講座

親子あそび&リトミックI

音楽教育「リトミック」を使い、歌って、動いて、親子のスキンシップを楽しみましょう！定員は20組、参加費は100円程度です。
 〈日時〉7月16日（木）10:00~11:30
 〈申込受付〉6月17日（水）~ 浅間公民館 67-2110



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〉6月18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〉6月 4日（木）9:30~10:45（受付9:10~）
 6月16日（火）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~日（土日祝日も開館しています）	9:00~16:00
★育児講座「親子体操（父親対象）」27日（土）	10:30~11:00
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）
★育児講座「ベビーマッサージ（1歳未満対象）」19日（金）	10:30~11:00
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）
★育児講座「わらべうたあそび」23日（火）	10:30~11:00
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）
★育児講座「わらべうたあそび」25日（木）	10:30~11:00
中佐都児童館内「つどいの広場」月~木	9:00~12:00
★育児講座「ベビーママヨガ（1歳未満対象）」4日（木）	10:30~11:00

※育児講座（要申込）は電話または市公式LINEから申込みください。

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	6月 4日（木）10:30~	58-4321
中央図書館	6月18日（木）10:30~	67-2111



佐久市子ども未来館
Saku Children's Future Center

イベント情報は
こちら



子ども公民館 ~夏は佐久市公民館へ~

中央	66-0551	野沢	62-0116	東	67-2545	浅科	58-3957
浅間	67-2110	中込	62-0504	白田	82-2106	望月	53-2548

※申込みは佐久市公式LINEから。 ※不明点は各公民館へ。

※LINEで「佐久市」と検索、佐久市公式LINEをお友達追加。

- ①佐久市公式LINE→トーク画面のメニュー→イベント予約→希望講座を選択!
- ②右のQRコードをLINEアプリのQRコードリーダーで読み込み→希望講座を選択!



※すべて抽選です。講座によっては初めての方を優先する場合があります。各講座とも原則子どもと保護者が対象で、参加は原則保護者同伴でお願いします。

申込受付6月5日(金)~6月12日(金) →1回目作成、2回目色付け

みんなで楽しむ陶芸教室(全2回)

定員は15組(30名程度)、参加費は1組800円程度です。大人のみ参加も可能です。

〈日時〉7月4日(土)、7月25日(土)
いずれも9:30~11:30

〈担当〉浅科公民館

何ができるかな?楽しい陶芸教室(全2回)

参加は①午前か②午後どちらか選んでください。定員は各15組(30名程度)、参加費は700円程度です。

〈日時〉7月12日(日)、8月9日(日)
①9:30~11:30 ②13:00~15:00

〈担当〉野沢公民館

子ども陶芸教室(全2回)

定員は15名、参加費は800円程度です。作品作るのは子どものみです。

〈日時〉7月20日(月・祝)、8月7日(金)
いずれも9:30~11:30

〈担当〉白田公民館



親子陶芸教室(全2回)

定員は12組(24名程度)、参加費は600円程度です。

〈日時〉7月27日(月)、8月10日(月)
いずれも9:30~11:30

〈担当〉東公民館

キッズヘアアレンジ教室

お子さんの髪を可愛くアレンジしてみませんか?

①か②どちらかを選んでください。内容は同じです。定員は各6組12名程度、参加費は500円程度です。

〈日時〉①7月18日(土) ②7月25日(土)
いずれも10:00~11:30

〈申込〉6月18日(木)~6月24日(水) 〈担当〉東公民館

親子パステル画教室

パステル画の基礎を学ぼう! (※作品作りは子どものみ)

①午前か②午後どちらか選んでください。内容は同じです。定員は各10名(子どもは小学生以上)、参加費は1人700円程度です。

〈日時〉7月18日(土)
①9:00~11:30 ②13:30~16:00

〈申込〉6月12日(金)~6月19日(金) 〈担当〉白田公民館

ガラスびんでスノードーム&ふわとろスライム作り

スノードームを手作りしてみよう。スライムもやるよ。

①午前か②午後どちらか選んでください。内容は同じです。定員は各16組(30名程度)、参加費は500円程度です。

〈日時〉7月28日(火)
①9:30~11:30 ②13:30~15:30

〈申込〉6月29日(月)~7月6日(月) 〈担当〉東公民館

親子木工教室

板を使って、楽しく自分専用のラックを製作してみよう。

定員は10組(20名程度)、参加費は1人2000円程度です。

〈日時〉8月4日(火) 9:00~12:00

〈申込〉6月30日(火)~7月3日(金) 〈担当〉中込公民館

飯ごう炊さんと星の教室

飯ごうでご飯を炊こう! 星の観察もしよう! 定員は9組25名程度、参加費は1人800円程度(保護者200円程度)です。

〈日時〉7月25日(土) 15:00~20:00

〈申込〉6月19日(金)~6月26日(金) 〈担当〉白田公民館

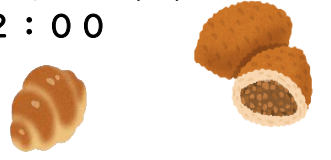


親子おやつ作り教室

参加は①か②どちらかを選んでください。内容は同じです。場所は望月総合支援センターです。

定員は各8組、参加費は1人400円程度。
〈日時〉①7月25日(土) ②8月8日(土)
いずれも9:30~12:00

〈担当〉望月公民館



親子パン教室

定員は6組(12名程度)、参加費は1人400円程度。
〈日時〉7月27日(月) 9:30~12:00

〈担当〉中込公民館

おやこDEおやつをつくろう!

参加は①か②どちらかを選んでください。内容は同じです。定員は各8組、参加費は1人500円程度。

〈日時〉①7月29日(水) 13:30~16:00
②7月30日(木) 9:30~12:00

〈担当〉浅間公民館

親子でおいしいパンづくり

定員は8組(16名程度)、参加費は1人400円程度。
〈日時〉7月31日(金) 9:30~13:00

〈担当〉野沢公民館



親子おやつ作り教室

参加は①か②どちらかを選んでください。内容は同じです。場所は市民創錬センターです。

定員は8組(20名程度)、参加費は1人500円程度。
〈日時〉①8月2日(日) 13:00~15:30
②8月3日(月) 9:30~12:00

〈担当〉白田公民館

おやこDEピザをつくろう!

参加は①か②どちらかを選んでください。内容は同じです。定員は8組、参加費は1人500円程度。

〈日時〉①8月5日(水) 13:30~16:00
②8月6日(木) 9:30~12:00

〈担当〉浅間公民館

わくわく! 夏休み料理教室

定員は8組(16名程度)、参加費は1人400円程度。
〈日時〉8月11日(火・祝) 9:30~12:00

〈担当〉東公民館

トレジャーハンター! 2000万年前の佐久を探そう!

(2講座のうち、1講座を選んで申しこんでね)

申込受付 6月30日(火)~7月3日(金)

川で宝石を探そう!

オパール、ガーネット、トルマリンなどの原石が見つかるかも!

定員は10組20名程度、参加費は200円程度です。
〈日時〉7月29日(水) 8:00~11:00

〈担当〉中込公民館

探してみよう! 海の化石

山の中で海の化石を探してみよう。定員は10組20名程度、参加費は800円程度です。

〈日時〉8月7日(金) 9:00~12:00

〈担当〉中込公民館

