

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6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〉9月17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

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「親子ヨガ」9日（水）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「ママの体ケア（1歳未満対象）」18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「親子ヨガ」10日（木）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「親子ヨガ」25日（金）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「ベビーダンス」30日（水）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
白田図書館	9月9日（水）10：30～	82-3932
望月図書館	9月11日（金）10：30～	53-0230
中央図書館	9月17日（木）10：30～	67-2111



公民館学習講座

親子あそび&リトミック教室

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！定員は各回10組（先着順）、参加費は無料です。
〈日時〉10月18日（日）

- ① 9：30～10：20 あんよ期～3歳まで
- ② 10：30～11：20 3ヶ月～たち期

〈申込受付〉9月18日（金）～ 白田公民館 82-2106



親子あそび&リトミックⅢ

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〉10月22日（木）10：00～11：30

〈申込受付〉9月25日（金）～ 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〉9月3日（木）9：30～11：00（受付9：15～）
9月17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〉9月10日（木）9：30～10：45（受付9：10～）



パパママ教室（9・10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	9月25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	10月14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	10月18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	9月6日（日）

子育てサロン9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	2日	10日	東	8日	日	あさしな	10日	24日
岩村田	11日	25日	佐久城山	10日	24日	望月	4日	18日
中佐都	4日	18日	中込	9日	日	白田	1日	日
高瀬	9日	日	野沢	3日	17日	切原	8日	日
小田井	7日	日	泉	2日	16日	青沼	15日	日
平根	14日	28日	岸野	7日	日	田口	日	日

〈問合せ〉こども政策課 62-3149



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

イベント情報は
こちら

