



子どもと楽しく、一緒に育つ！

# 子育てナビ

子どもも大人も役立つ情報！

## あゆステ通信

(間) すわ☆あゆみステーション(内線441)

### あゆステ 市民向け講演会

### 子どものやる気を引き出す八つの秘策

～人と人との穏やかなコミュニケーションの接点を求めて～

言葉の伝え方や向き合い方の工夫(機中八策<sup>®</sup>)を通して、お互いに心地よい関係を築くための「コミュニケーションのコツ」をわかりやすく紹介します。

- 日程 11月24日(火)
- 時間 午前10時～正午
- 会場 市役所大会議室(5階)
- 講師 杉並区児童相談所長 わたなべ ただし 渡邊直氏  
(臨床心理士、公認心理師)
- 参加料 無料
- その他 どなたでも参加できます。



渡邊直氏



#### 申し込み

事前に、ながの電子申請または電話、あゆステ窓口(市役所4階)で申し込んでください。



<電子申請>

## 児童センター イベント

#### 【申し込み・イベント参加に関する注意事項】

申し込みやイベントに参加する際、登録カードが必要です。登録カードがない人は、窓口で利用登録(再発行手続き)をしてから申し込み・参加をしてください。カードがない場合、電話での申し込みはできません。  
(申)・(間) 児童センター ☎54-7714 (9:00～19:00)

#### 親子で柳沢運動プログラム

- 日時 11月18日(水) 午前10時～10時45分
- 対象 1歳10か月～3歳(未就園児)の子どもとその保護者
- 定員 15組(先着順)
- 持ち物 飲み物、汗拭きタオル、運動ができる服装
- 申し込み 11月17日(火)までに申し込んでください。

#### ママダンス～パパもいいよ～

- 日時 11月24日(火) 午前10時～10時45分
- 対象 0歳～3歳の子どもとその保護者
- 定員 15組(先着順)
- 持ち物 飲み物、汗拭きタオル、運動ができる服装
- 申し込み 11月22日(日)までに申し込んでください。
- その他 託児サービスがあります。

#### もぐもぐごっくん(離乳食教室)

- 日時 12月2日(水) 午前10時～正午
- 対象 乳幼児とその保護者
- 内容 食の相談に沿った調理の実演 ※試食は保護者の判断でしてください。
- 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。

#### みんな集合！高校生のスマイルステージ

- 日時 12月12日(土) 午後1時～3時
- 対象 18歳までの子どもとその保護者
- 内容 ○諏訪清陵高等学校のステージ…書道パフォーマンス(書道部)、演奏(古典ギター部、室内コンチェルト部、フォークソング部) ○諏訪清陵高等学校による体験…筆で字を書いてみよう！(書道部)、弦楽器を弾いてみよう！(古典ギター部、室内コンチェルト部、フォークソング部) ※体験は小学生以上が対象です。
- 申し込み 不要。当日、直接会場へお越しください。

#### ほかにも楽しいイベントがいっぱい！

詳しい内容は、児童センターホームページをご覧ください。



<児童センター HP>

# わか家の すこやかさん

- ★対象…市内在住のおおむね6歳までの子ども  
★応募方法…ながの電子申請(ページ下部QRコード)またはメール、郵送でご応募ください。  
★記載内容…①名前(ふりがな) ②生年月日 ③ひとこと  
④連絡先(住所、電話番号) ⑤保護者の名前



かきこ ともや  
金子智也 ちゃん  
(1歳0か月)  
笑顔で元気いっぱい  
育ってね!



うしやま れの  
牛山 漣希 ちゃん  
(1歳8か月)  
ニコニコ元気いっぱいの  
れのたんだいすきだよ〜♡

【応募・問い合わせ】  
〒392-8511 諏訪市役所 秘書広報課広報戦略係  
☎52-4141(内線325)  
Eメール koho@city.suwa.lg.jp



▲電子申請

## 問 い合わせはコチラ

すわ☆あゆみステーション(市役所4階・保健センター)

妊娠婦のみなさんや0歳から18歳までの子どもとその家庭が安心して生活・子育てができるよう支援を行う総合相談窓口です。それぞれの家庭の状況に応じた支援を切れ目なく行います。お気軽にご相談ください。

### 【困りごとや悩みごとの相談】

☎52-4141(電話口で「あゆステへ」とお伝えください)  
学校教育に関すること……………☎75-8150  
子ども・家庭に関すること…………☎75-8151  
女性相談……………☎75-1176  
発達に関すること……………☎75-1176

直通は  
コチラ!

### 【妊娠期から子育て期にわたる相談】

☎52-4141(内線592)  
妊娠・出産に関すること  
育児に関すること(母乳、離乳食、歯科など)  
健診など(妊婦、産婦、乳幼児)  
不妊・不育治療費助成、未熟児養育医療、産後の支援など



## 今月の乳幼児健診・相談

(申)・(問) 保健センター ☎52-4141(内線592、591)

### 乳幼児健診 ※全員参加

|          | 日程        | 対象         |
|----------|-----------|------------|
| 4か月児健診   | 11月27日(金) | 令和8年7月生まれ  |
| 10か月児健診  | 11月30日(月) | 令和8年1月生まれ  |
| 1歳6か月児健診 | 11月4日(水)  | 令和7年4月生まれ  |
| 3歳児健診    | 11月5日(木)  | 令和5年10月生まれ |

●受付時間 ○4か月児健診・10か月児健診…1日～15日生まれば午後1時～1時20分、16日～末日生まれは午後1時20分～1時40分 ○1歳6か月児健診・3歳児健診…1日～15日生まれば午後0時50分～1時10分、16日～末日生まれは午後1時10分～1時30分

●会場 保健センター

●持ち物 母子手帳、記入済みの健康診査票、バスタオル  
※3歳児健診は、目と耳のアンケート、尿10cc程度(清潔な容器に入れて)も持参

### 2歳児相談 ※全員参加

●日程、会場 11月12日(木)…保健センター

●対象 令和6年10月生まれ

●受付時間 ○1日～15日生まれ…午前9時15分～9時45分  
○16日～末日生まれ…午前9時45分～10時15分

●持ち物 母子手帳、記入済みの健康診査票、2歳児相談質問票

### 7・8か月児離乳食教室 ※全員参加

●日程、会場 11月10日(火)…保健センター

●対象 令和8年3月生まれ

●受付・計測時間 午後1時10分～1時30分

●持ち物 母子手帳、記入済みのおたずね票、離乳食のしおり、バスタオル、普段使っている離乳食スプーン、汚れてもよい服装

### 5・6か月児離乳食教室 ※3日前までにすわっ♪ぷりで予約

●日程、会場 11月17日(火)…保健センター

●対象 生後5～6か月くらいの子どものもととその保護者

●受付時間 午後1時10分～1時30分

●持ち物 母子手帳、離乳食のしおり、バスタオル、汚れてもよい服装

### すこやか子育て相談 ※3日前までにすわっ♪ぷりで予約

●日程、会場 ○11月19日(木)…保健センター ○11月26日(木)…なかよし広場 ●対象 乳幼児

●受付時間 午前9時30分～10時30分

●持ち物 母子手帳、バスタオル

ダウンロードはこちらから



諏訪市子育て応援アプリ  
すわっ♪ぷり



最新の子育て  
情報は、こちら

すわ☆あゆみステーション  
子育て応援サイト

