子育て支援センター通信

子育て情報　№2 令和7年5月1日発行

上田市子育て支援センター
●中央　26−3096
●神科　21−1222
●泉田　23−3320
●中丸子　42−2678
●真田　73−2140

発行：ひとまちげんき・健康プラザうえだ　　上田市子育て・子育ち支援課　中央子育て支援センター

あかちゃんふれあい講座

＊日時：5月21日（水）・5月28日（水）
　　＊本講座は2日間参加する形式の講座です
　　10：00～11：30（受付は9：45～）
＊場所：ひとまちげんき・健康プラザ２Ｆ　多目的ホール
＊予約：中央子育て支援センター　　TEL　26-3096
＊予約受付：5月7日（水）9：00～
＊定員：15組

＊日時：6月18日（水）・6月25日（水）
　　＊本講座は2日間参加する形式の講座です
　　10：00～11：30（受付は9：45～）
＊場所：真田子育て支援センター
＊予約：真田子育て支援センター　　TEL　73-2140
＊予約受付：6月4日（水）9：00～
＊定員：8組

＊対象：上田市に在住の方
　　3か月頃から寝返りの頃くらいのあかちゃん
　　あかちゃんふれあい講座に初めて参加するお母さん
＊講師：田中宏美さん（保育士）
　　中島東美さん（助産師）
＊内容：赤ちゃんとのふれあいあそび、参加者による交流会
　　助産師への相談など
＊持ち物など：バスタオル2枚、赤ちゃんの外出に必要なもの
　　（オムツ、着替え、ミルク、授乳ケープなど）
　　お母さんの水分補給用の飲み物
　　お母さんは動きやすい服装でご参加ください

ノーバディーズ・パーフェクト（NP）プログラム

「誰も完璧な親ではない、子どもでもない、周りの人に助けられ学びながら親になる」という親応援プログラムです。
参加者同士でテーマを決めて話し、学び、支え合う参加型講座です。子育てをする仲間と話しながら、自分に合った子育て方法を探してみましょう。

＊日時：6月4日、11日、18日、25日、7月2日、9日の全6回
　　いずれも水曜日　　10：00～12：00
＊場所：ひとまちげんき・健康プラザうえだ
＊対象：上田市に在住の0～3歳の子どもを育てているお母さん
＊定員：10組程度
　　託児あり　託児対象は6か月から4歳（年少児）
＊申込み締切日：5月15日（木）
＊持ち物：飲み物、託児のお子さんに必要な物（飲み物、オムツ、着替え1組、フェイスタオルなど）
＊問合せ先：中央子育て支援センター　TEL　26-3096
＊申込先：上田市ホームページから
　　上田市ホームページ
　　NPプログラム

わんぱくパーク
～緑いっぱいの公園をお散歩しよう～

＊日時：5月27日（火）10：15～11：15
　　（受付10：00～10：15）
＊場所：国分寺史跡公園　　雨天：神川公民館
＊対象：就園前のお子さんとその家族
＊定員：先着15組
＊持ち物：水筒・帽子・着替え（必要な方）
　　歩きやすい靴（雨天時は親子ともに上履き）
＊予約方法
　「参加されるお子さんの名前と年齢」、「保護者の名前」、「連絡先の電話番号」をチャレンジママプロジェクトにメールにてお申し込み下さい。
✉メールアドレス
　challenge-mamma-415@ezweb.ne.jp
　こちらのQRコードから簡単に申し込めます

マタニティ＆ベビーday
～ようこそ！子育て支援センターへ～

＊日時：5月17日（土）13：00～15：45
　　予約はいりません/時間内の入退室は自由です
＊場所：中央子育て支援センター　にじいろひろば
＊対象：上田市にお住いの方
　　初めての赤ちゃんを迎える妊婦さんとその家族
　　第一子が０歳の親子
＊内容：ふれあい遊び、絵本の読み聞かせ、交流
　　ねんねアート・マタニティフォト撮影など
＊問合せ：中央子育て支援センター　　TEL　0268-26-3096

中央子育て支援センター<にじいろひろば>

5月の休止日　５月1日（木）・5月20日（火）

中央子育て支援センター<にじいろひろば>

＊5月17日（土）の開所時間は、10：00～12：00です。
13：00～15：45　マタニティ＆ベビーdayを開催します。
＊1歳以上のお子さんは10時から12時の利用をお願いします。