



* 子育てひろばは、おおむね3歳未満のお子さんとその保護者を対象に、交流の場・育児に関する相談を行う目的で開催しています。
予約不要・利用料無料です。お気軽にご利用ください。

※内容が変更や中止になる場合もあるため各ひろばへお問合せの上お出掛けください。

会場	開催曜日・時間	お知らせ	講座など
中央子育て支援センター (にじいろひろば) (26-3096)	月～日曜日 (土日祝日も開催) 10:00～16:00 毎月第3土曜日は 10:00～12:00 13:00～15:45	・休止日 11/6(木)、18(火) 12/2(火)、18(木) 12/29(月)～1/3(土) ・ランチタイム 月、水、金曜日(祝日を除く) 11:00～13:00	・毎週月曜日 10:45～、14:45～「絵本の時間」 ・11/11(火)、12/4(木) 10:45～、14:45～「ふれあい遊びの時間」 ・11/15(土)、12/20(土) 13:00～15:45「マタニティ&ベビーday」 ・11/20(木) 10:45～「親子で楽しむ絵本とわらべ歌」
神科子育て支援センター (21-1222)	月～土曜日 9:00～12:00 13:00～15:30 土曜9:00～12:00	・休止日 11/14(金)、12/12(金) 12/28(日)～1/4(日) ・木曜日は午後のみ開催	・毎週水曜日 10:30～、14:00～「絵本の時間」
泉田子育て支援センター (23-3320)	月～金曜日 9:00～12:00 13:00～15:30	・休止日 12/27(土)～1/4(日) ・水曜日は午後のみ開催	・毎週火曜日 午前・午後 各1回「絵本の時間」
中丸子育て支援センター (42-2678)	月～土曜日 9:00～12:00 13:00～15:30 土曜9:00～12:00	・休止日 11/12(水)午前、 19(水)午前 12/28(日)～1/4(日) ・金曜日は午後のみ開催	・毎週木曜日 午前・午後 各1回「絵本の時間」 ・11/13(木) 10:30頃～「パネルシアター」 ・12/22(月) 10:00～10:40「マスカレードのクリスマスコンサート」
真田子育て支援センター (73-2140)	月～土曜日 9:00～12:00 13:00～15:30 土曜9:00～12:00	・休止日 11/10(月)、12/8(月) 12/28(日)～1/4(日) ・ランチタイムは平日11:00～12:00	・毎週金曜日「絵本の時間」 ・11/27(木)「音遊びコンサート」講師 美馬佳世さん ※要予約 ・12/5(金)「ミニクリスマスツリー制作」 講師 雨海純子さん ※要予約
清明 子育てひろば (22-2252)	月・水・金曜日 9:30～14:30	・休止日 11/3(月)、11/24(月) 12/29(月)～1/5(月) ・振替開催日 12/25(木)	・11月 来館した方から「クリスマスオーナメント作り」 ・12月 来館した方から「お正月のかざりをつくろう」
大星 子育てひろば (27-5610)	火・木・金曜日 9:30～12:30	・休止日12/30(火)～1/6(火) ・振替開催日11/17(月) 12/8(月) ・親子ともに上履きをお持ちください ・駐車場に関しては、ひろばへ お問合わせください	・11/25(火) 10:30～「親子ピラティス」 ※来館して予約 10組(11/4～) ・12/9(火)、11(木)、12(金) 10:00～ 来館した方から 「クリスマス工作」 ・12/23(火) 10:30～「クリスマスミニコンサート」※来館して予約
神科 子育てひろば (25-2055)	火・水・木曜日 9:30～12:30	・休止日 12/30(火)～1/6(火) ・振替開催日 なし ・親子ともに上履きをお持ちください	・11/18(火)～20日(木) 10:00～ 来館した方から 「クリスマスの飾りを作ろう」 ・12/3(水) 10:40～「楽しいリトミック」※来館して予約
東塩田 子育てひろば (38-9150)	月・火・水曜日 9:30～12:30	・休止日 11/3(月)、24(月)、 12/29(月)～1/6(火) ・振替開催 11/13(木)、27(木) 12/4(木) ・親子ともに上履きをお持ちください	・11/13(木) 10:40～「親子リトミック」※要予約 ・12/4 (木) 10:40～「クリスマス★ミニフラワーアレンジメント」 ※要予約
中塩田 子育てひろば (070-4204-4316)	月～金曜日 9:00～12:00	・休止日 12/29(月)～1/9(金)	・11/14(金) 10:00～ 10・11・12月生まれのお誕生祝と絵本の会 どなたでも参加できます ※予約不要 お誕生日のお友だちは、記念手形カードをプレゼント！ ・12/8(月)～12(金) 工作ウイーク「サンタさんのフレーム作り」 ※受付 来館した順 11:15まで
丸子 子育てサロン (42-0330)	月～木曜日 9:30～12:00 12:30～15:00 金曜 9:30～12:00 12:30～14:00	・休止日 11/28(金) 12/27(土)～1/4(日)	・11/5(水)、27(木)、12/17(水)、26(金) 11:00～ 「にこにこタイム」～ふれあい遊びと絵本の時間～ ・11/13(木) ①10:00～(0、1才対象) ②10:30～(1～3才対象) 「みわ先生とリトミック」各8組 ※予約開始 10/20(月)～、一般利用は11:00～ ・11/18(火) 11:00～ 15分程度 「キャンディポケットさんのおはなしの時間」 ・12/3(水)、4(木) (時間はお問い合わせください) 「クリスマス制作」各12組 ※予約開始 11/10(月)～ ・12/9(火) 受付①9:30～11:00 ②13:00～14:00 「おひるねアート」 テーマ:お正月 ・12/19(金) ①10:00～ ②10:30～ 「よっちゃん先生とバルーン作り」
武石 子育てひろば (85-2826)	月・火・金曜日 9:30～12:30	・休止日 11/3(月)、11/24(月) 12/29(月)～1/6(火) ・振替開催日 11/5(水)、11/6(木) 11/26(水) 12/17(水)、12/18(木) ・ランチタイムは11:30～12:15 (12/26は休止させていただきます)	・11/10(月)、11/11(火)、11/14(金) 10:00～11:30 フルーツのクイリング飾り作り(各日5名まで) ・11/14(金)、12/12(金) 受付→10:00～11:00 保健師さんの日(保健師さんによる身長・体重測定ができます) ・12/23(火) 10:45～11:15 【要予約】クリスマス会(10名まで) 予約開始→11/17(月)～ ※1/27(火) 10:00～11:15 【要予約】親子でクッキング(6名まで) 予約開始→12/15(月)～

公民館 親子の広場

※内容が変更や中止になる場合もあるため各公民館へお問合せの上、お出掛けください。

* 当日受付・参加費：親子1組1回ごとに100円

* 詳細については各公民館に直接お問い合わせください。

公民館・電話番号			日 時		内 容		
中央	(材木町)	22-0760	11/19	水	10:15 ~ 11:30	「あかちゃん広場」	ベビーリトミック 3か月～(持ち物:バスタオル)
			12/10	水			ベビーヨガセラピー 2か月～(持ち物:バスタオル)
			11/12	水	10:20 ~ 11:30	「親子ふれあい広場」	紙粘土であそぼう
			12/17	水			びっくり！クリスマス
西部	(常磐城)	27-7544	11/6	木	10:30 ~ 12:00	「プレ親子のびのび広場」	ベビーマッサージ
			12/4	木			クリスマスを飾ろう
			11/20	木	10:30 ~ 12:00	「親子のびのび広場」	小麦粉で遊ぼう
			11/27	木			クリスマスを飾ろう
			12/11	木			メリークリスマス！(※メール受付不可)
			12/18	木			もういくつ寝るとお正月
城南	(中之条)	27-7618	11/4	火	10:00 ~ 11:30	「親子すくすく広場」	創造館 秋のフィールドビンゴ
			11/18	火			運動会ごっこ
			12/2	火			マスカレード クリスマスコンサート
			12/23	火			クリスマス会
			12/16	火		「赤ちゃん広場」	ふれあいあそび 手形足型アート制作
上野が丘	(住吉)	24-0659	11/17	月	10:00 ~ 11:00	「親子ふれあい広場」	リトミックde運動遊び
			12/1	月			クリスマスにむけて
			12/15	月			クリスマスコンサート
塩田	(中野)	38-6883	11/10	月	10:30 ~ 11:30	「親子ふれあい広場」	ベビーマッサージ
			11/17	月			落ち葉であそぼう
			12/1	月			お手玉であそぼう ボールについてあそぼう
			12/15	月			クリスマスだよ もうすぐお正月
川西	(小泉)	22-5004	11/10	月	10:30 ~ 11:30	「親子ふれあい広場」	ミニミニうんどう会
			11/17	月			クリスマスの飾りをつくりましょう
			12/8	月			クリスマスミニコンサート
			12/22	月			サンタさんが来るといいな～クリスマス会～
丸子	(上丸子)	42-3147	11/5	水	10:00 ~ 11:30	「親子であそぼうグーチョキパ」	簡単なおやつづくり
			12/10	水			クリスマスコンサート
			11/12	水	10:30 ~ 11:30	「抱っこdeライブ」	お子様を抱っこして聴ける生演奏
			12/17	水			お子様を抱っこして聴ける生演奏



子育て相談

* 各子育て支援センターでも随時相談を受け付けています。

相談内容	相談方法等	予約	受付・面接時間等	面接場所	受付電話番号
育児110番 (子育て相談専用電話)	電 話	不要	平日9:00～16:00	—	23-4444 (健康推進課)
歯の相談	面接(歯科衛生士)	必要	平日9:00～16:00	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	23-8244 (健康推進課)
離乳食・子どもの食事相談	面接(管理栄養士)		毎週月曜日午前		
育児相談	面接(専門相談員)		不定期		
家庭児童相談	電話・面接 (専門相談員)	不要	平日9:00～16:00	ひとまちげんき・健康プラザうえだ	23-2000 (子育て・子育て支援課)
ことばの相談	面接(専門相談員)	面接は要予約	不定期	ひとまちげんき・健康プラザうえだ 発達相談センター	24-7801 (子育て・子育て支援課)
発達相談	電話・面接 (専門相談員)		平日9:00～16:00 (面接相談の予約は17:15まで)		

* 『子育て支援センター通信』はホームページでもご覧いただけます。下記をご参照ください。

上田市公式ホームページ <<http://www.city.ueda.nagano.jp>>

① トップページ → ②健康・福祉・子育て → ③子育て → ④子育て支援センター →

* 『上田市公式LINE』に登録すると、子育て情報のほか、防災情報や各種手続き、行政サービスについて調べられる機能もあります。
ぜひご登録ください。右のQRコードから登録できます。

