



子育て支援センター通信

子育て情報 No.9令和7年12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・子育て支援課 中央子育て支援センター

予約不要

マタニティー&ベビーday ようこそ！子育て支援センターへ

*日時：12月20日（土）13：00～15：45

（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）

TEL 26-3096

*対象：上田市に在住の方

初めて赤ちゃんを迎える妊婦さんとそのご家族
第一子が0歳の親子

詳細は上田市ホームページ
マタニティー&ベビーday



要予約

ふあみりーちゃれんじらんど ～寒さなんて吹き飛ばそう！お友だち集まれ～！！～

*日時：12月25日（木）10：00～11：45

*場所：上野が丘公民館（上田市住吉378-1）

*参加費：ひと家族300円

*対象：就園前の概ね1歳以上のお子さんとそのご家族

*予約：先着15組 締め切りは開催日4日前

*持ち物：水筒、親子とも動きやすい上履き

※詳細はチラシを御覧ください

*予約方法：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

challenge-mamma-415@ezweb.ne.jp

こちらのQRコードから申し込みます



要予約

あかちゃんふれあい講座

*日時：12月3日（水）・10日（水）2日間参加

9：45～受付 10：00～11：30講座

*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

*定員：15組

*申込み：11月21日（金）9：00～電話受付

*日時：1月7日（水）・14日（水）2日間参加

9：45～受付 10：00～11：30講座

*場所：泉田子育て支援センター TEL 23-3320

*定員：8組

*申込み：12月15日（月）9：00～電話受付

*対象：上田市に在住、3か月頃から寝返りくらい
までの赤ちゃんとお母さん

この講座に初参加の方

詳細は上田市ホームページ赤ちゃんふれあい講座



要予約

ノーバディーズ・パーフェクト(NP) プログラム父親コース

*日時：1月18日、25日、2月1日、8日、15日、22日

いずれも日曜日 10：00～12：00

*場所：ひとまちげんき・健康プラザうえだ

*対象：上田市に在住で0～3歳の子どもを育てているお父さん

*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：1月5日（月）

*問合せ先：中央子育て支援センター TEL 26-3096

*申込み：上田市ホームページから

上田市ホームページ



*中央子育て支援センター休止日 12月2日（火）、18日（木）、12月29日（月）～1月3日（土）

12月20日（土）1歳以上のお子さんは10：00～12：00の利用をお願いします

*泉田子育て支援センター休止日 12月27日（土）～1月4日（日）

*神科子育て支援センター休止日 12月12日（金）、12月28日（日）～1月4日（日）

*真田子育て支援センター休止日 12月8日（月）、12月28日（日）～1月4日（日）

*中丸子育て支援センター休止日 12月28日（日）～1月4日（日）

