



# 子育て支援センター通信

子育て情報 No.10 令和8年1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

## 中央子育て支援センター

(にじいろひろば) へお出かけください！



広い室内で思い切り遊べます



～ふれあい遊びの時間の様子  
 「♪ちかいちかいとおいとおい」～  
 いろいろな講座を開催しています



庭や砂場で遊べます



ひろばで出会った親子同士で話をして、  
 友だち作りもできます

～ランチルーム～  
 持参したお昼を「いただきます！」  
 (平日 月・水・金11時～13時)



月に一回、保健師・栄養士・歯科衛生士の  
 相談日（予約不要）があり、子どもをひろば  
 で遊ばせながら気軽に相談ができます  
 また、就労相談日（要予約）もあります

中央子育て支援センター  
 (ひとまちげんき・健康プラザうえだ)

上田市中央6-5-39 TEL: 0268-26-3096

開所日時：月～日曜日（月2回程度休止日あり）

10時～16時

利用対象：1ヶ月健診終了後から年少児

対象児と一緒に利用の場合、年長児まで利用できます

※毎月第3土曜日の開所時間

10時～12時

13時～15時45分（マタニティ＆ベビー-day）

予約不要

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：1月17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＆ベビー-day



要予約

ふあみりーちゃれんじらんど  
 ～い～っぽい遊んで体も心もぽっかぽか～

\* 日時：1月26日（月）10:00～11:45

\* 場所：長瀬市民センター（上田市長瀬2476）

\* 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家族

\* 予約：先着15組 締め切りは1月22日（木）

\* 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



こちらのQRコードから申し込みます

\* 予約方法：チャレンジママプロジェクトに  
 メールでお申し込み下さい  
 challenge-mamma-415@ezweb.ne.jp



## ひろばお休みのお知らせ



\* 中央子育て支援センター休止日 12月29（月）～1月3日（土）  
 1月8日（木）・20（火）

1月17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）

\* 中丸子子育て支援センター休止日 12月28日（日）～1月4日（日）

\* 神科子育て支援センター休止日 12月28日（日）～1月4日（日）、1月9日（金）

\* 真田子育て支援センター休止日 12月28日（日）～1月4日（日）、1月19日（月）

## こども用品 おさがりひろば ~Child & Babyグッズ交換会~

「もったいない」の気持ち、交換しませんか？

不要だけどまだ使えるおもちゃや洋服を当日お持ちください。

\* 日時：1月15日（木）10:30～11:30

\* 場所：西部公民館

\* 問合せ：チャレンジママプロジェクト

challenge-mamma-415@ezweb.ne.jp

