



子育てひろば情報

1・2・3月の講座 公民館「親子の広場」
子育て相談など～



* 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 1/1(木)～1/3(土) 1/8(木)、20(火)、2/3(火)、19(木) 3/5(木)、17(火) ・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」 ・1/13(火)、2/5(木)、3/19(木) 10:45～、14:45～「ふれあい遊びの時間」 ・1/17(土)、2/21(土)、3/21(土) 13:00～15:45「マタニティ&ベビーday」 ・1/15(木) 10:00～11:30「おしゃべり会」 (上田市在住、3歳以上の子を持つ保護者の方向け) ※要予約5組
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 12/28(日)～1/4(日) 1/9(金)、2/13(金)、3/13(金)、3/21(土) ・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 12/28(日)～1/4(日) 3/21(土) ・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」 ・1/20(火)、21(水) 13:15～「ドライフラワーアレンジメント講座～ガーランド編～」 * 要予約各6組 ・1/28(水) 13:15～「ドライフラワーアレンジメント講座～アレンジメント編～」 * 要予約6組 ・2/19(木) 10:30頃～「パネルシアター」
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 12/28(日)～1/4(日) 1/19(月)、2/16(月)、3/9(月)、3/21(土) ・ランチタイムは平日11:00～12:00	・毎週金曜日11:00～「絵本の時間」
清明 子育てひろば (22-2252)	月・水・金曜日 9:30～14:30	・休止日 12/29(月)～1/6(火) 1/12(月)、2/11(水)、23(月)、3/20(金) ・振替開催日 1/15(木)、 2/12(木)、26(木)、3/26(木)	・1月 来館した方から「お正月遊びを楽しみましょう」 ・2月 来館した方から「ころころゆきだるま」 ・3月 来館した方から「お花をかざろう」
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) 3/17(火)、20(金)、 ・振替開催 1/26(月)、2/9(月)、3/9(月) ・親子とも上履きをお持ちください	・1/20(火)・22(木)・23(金) 10:00～ 来館した方から 「毛糸でポンポンをつくってみよう」 ・2/12(木) 10:00～ 来館した方から「体を動かしてあそぼう」 ・3/10(火) 10:00～11:30 来館した方から「大きな紙に絵を描こう」
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) 2/11(水)、※3/3(火) ・振替開催日 1/9(金)、1/19(月)、 ※1/30(金) 2/2(月)、2/13(金) ※休止日と開催日が変更になりました。 ・親子とも上履きをお持ちください	・1/21(水) 10:00～ 来館した方から 「歯のお話」 個別相談 ・2/18(水) 10:40～「はじめてのえいご」 ※ 来館して予約 ・3/10(火)・11(水) 10:00～ 来館した方から 「ふうせんであんぱんマンを作ろう」
東塩田 子育てひろば (38-9150)	月・火・水曜日 9:30～12:30	・休止日 12/29(月)～1/6(火) 1/12(月)、2/11(水)23(月) ・振替開催 3/5(木) ・親子とも上履きをお持ちください	・1/27(火) フェルト布で恵方巻作ろう ・2/17(火) どうぶつのおひな様を作ろう ・3/10(火) ガチャカプセルでマラカスを作ろう
中塩田 子育てひろば (070-4204-4316)	月～金曜日 9:00～12:00 ※3/16(月)～3/31(火) 塩田公民館にて開館	・休止日 12/29(月)～1/9(金) 3/19(木)・3/27(金)	・1/29(木)10:00～「1・2・3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！ ・2/12(木)10:00～ なるに屋さんの絵本読み聞かせ 受付開始1/26(月)～ひろばに来館して申し込み ・3/9(月)～13(金) キットパスDE手形アート ※予約不要 来館した順、受付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 12/27(土)～1/4(日) 1/15(木) ・3/5(木)は午後のみ開館します	・1/5(月)、6(火)「お正月遊び」(開館時間内常設) ・1/9(金)、14(水)、2/10(火)、19(木)、3/23(月)11:00～ 「にこにこタイム」～ふれあい遊びと絵本の時間～ ・1/20(火)11:00～「キャンディーポケットさんのおはなしの時間」 ・1/22(木)10:00～11:00「ママのためのリフレッシュヨガ」10組 ※予約開始:12/22(月)～ 来館してご予約ください。一般利用は11:00～ ・1/27(火)、28(水)10:00～「ものづくり」※要予約 ・2/2(月)、3(火)「節分製作」(豆まきごっこは11:00～) ・2/17(火)～19(木)「ダンボールであそぼう」(開館時間内常設) ・2/25(水)10:00～「ひなまつり制作」 ・3/11(水)10:30～「にこにこスペシャルタイム」
武石 子育てひろば (85-2826)	月・火・金曜日 9:30～12:30	・休止日 12/27(土)～1/8(木) 1/12(月)、2/9(月) 2/23(月)、3/10(火) 3/17(火)、3/20(金) ・振替開催日 1/14(水)、1/15(木) 2/25(水)、2/26(木) 3/12(木) ・ランチタイムは11:30～12:15 (3/3(火)、3/16(月))以降は休止させていただきます	・1/9(金)、2/6(金)、3/9(月) 受付 10:00～11:00 保健師さんの日(保健師さんによる身長・体重測定等ができます) ・1/27(火) 10:00～11:30 【要予約】親子でクッキング(先着6名) 予約開始→12/15(月)～(開所時間内のみ受付) ・2/2(月)、2/3(火)、2/6(金) 10:00～11:30 ひな祭り工作(各日5名) ・3/3(火) 10:45～11:15 【要予約】大きくなったねの会 ※参加対象の方には来所時に招待状配布予定

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	1/28	水	10:15 ~ 11:30	「あかちゃん広場」	ベビーダンス 4か月～(持ち物:抱っこひも)		
			2/25	水			ベビーリトミック 3か月～(持ち物:バスタオル)		
			3/11	水			ベビーヨガセラピー 2か月～(持ち物:バスタオル)		
			1/21	水	10:20 ~ 11:30	「親子ふれあい広場」	カモチのおもちつき		(市ホームページQRコード) 詳細はこちらをご覧ください。
			2/18	水			すてきなひなまつり		
			3/4	水			わくわくお楽しみ会		
西部	(常磐城)	27-7544	1/8	木	10:30 ~ 12:00	「プレ親子のびのび広場」	お正月の遊び・伝承遊び	対象は1歳未満の赤ちゃん・保護者、 妊婦さん。定員15組。事前申込制	
			2/5	木			作ってみようおひな様		
			3/5	木			かわいい手形♡		
			1/22	木	10:30 ~ 12:00	「親子のびのび広場」	お正月の遊び・伝承遊び	対象は1歳～3歳の親子。 事前申込制。	
			1/29	木			鬼はそと！福はうち！		
			2/19	木			おひな様を飾ろう		
			2/26	木			一緒に作ろう！簡単おやつ		
			3/12	木			「大きくなったね!」手形スタンプ		
			3/19	木			元気だまね！		
城南	(中之条)	27-7618	1/20	火	10:00 ~ 11:30	「親子すくすく広場」	フィットネス	対象は1歳～3歳の親子。 事前申込制。詳細は城南 公民館だよりをご覧ください。	
			1/27	火			豆まき		
			2/17	火			大きなお絵かき		
			3/3	火			さよなら運動会		
			2/24	火	10:00 ~ 11:00	「赤ちゃん広場」	ベビーダンス		
			3/10	火			ふれあいあそび 手形足型アート制作		
上野が丘	(住吉)	24-0659	1/19	月	10:00 ~ 11:00	「親子ふれあい広場」	楽しくカラダを動かそう	主に就園前の乳幼児とその保護者対象。 定員:親子20組。事前申込制。 後期分9回を通して受付しています。 単回での申込みも可 詳しくは右のQRコードよりHPをご覧ください。	
			2/2	月			豆まきあそび		
			2/16	月			小麦粉ねんどしよう		
			3/2	月			おおきくなりました 閉講式		
塩田	(中野)	38-6883	1/5	月	10:30 ~ 11:30	「親子ふれあい広場」	お正月あそび	参加したお子さんに合わせた内容 に変更する場合があります。わら べうた、ベビーマッサージは開始 15分で実施します。	
			1/19	月			しんぶん紙、小麦粉ねんどであそぼう		
			1/26	月			のびのびからだをうごかそう		
			2/2	月			節分 豆まきしよう！		
			3/2	月			ひなまつり		
			3/16	月			手形・足形 大きくなったね		
川西	(小泉)	22-5004	1/19	月	10:30 ~ 11:30	「親子ふれあい広場」	親子で楽しむお手玉あそび	事前申込制 詳しくは川西公民館へ	
			1/26	月			冬のリズムあそび		
			2/2	月			かわいい鬼に変身!鬼のお面をつくりましょう		
			2/16	月			ぼくのわたしのおひなさまづくり		
			3/9	月			手ぶくろであそぼう		
			3/16	月			おおきくなったね ふれあいあそび		
丸子	(上丸子)	42-3147	1/9	金	10:00 ~ 11:30	「親子であそぼうゲーチャョキバ」	親子ピラティス	事前申込制(定員10組) 詳しくは丸子公民館へ	
			2/24	火			親子ふれあい遊び		
			2/19	木	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	申込不要 お問合せは丸子公民館へ	

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。

