子育てひろば情報

11月・12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 10:00～12:00 13:00～15:45	・休止日　11/10(火)、11/26(木) 12/10(木)、12/23(水) 12/29(火)～1/3(日) ・ランチタイムは平日11:15～13:15	・毎週月曜日　10:45～、14:45～「絵本の時間」 ・11/21(土)、12/19(土)13:00～15:45「マタニティ＆ベビーday」 ・11/12(木)　音のたからばこ 親子で音あそび 10:45～11:15 場所：にじいろひろば　　※予約不要
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　12/29(火)～1/3(日) ・木曜日は午後のみ開催	・毎週水曜日　午前・午後 各1回「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　12/29(火)～1/3(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　12/29(火)～1/3(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」
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　12/29(火)～1/3(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(金)　エレクトーンによる「わらべ歌遊びと音遊び」※要予約 ・12/8(火)　～15日(火)　「クリスマス飾りを作ろう」
清明子育てひろば（22-2252）	月・水・金曜日 9:30～14:30	・休止日　11/23(月)、12/30(水) ・振替開催日　11/12(木)　12/24(木)	・11月「透明ツリーを作ろう」 ・12月「だるまさんと」
大星子育てひろば（27-5610）	火・木・金曜日 9:30～12:30	・休止日　11/3(祝・火) ・振替開催日　11/2(月)、11/16(月)、12/7(月) ・親子とも上履きをお持ちください	・11/17(火)　10:00～「運動あそび」 ※10/20(火)～来館して予約　10組 ・12/22(火) 10:30～「クリスマスコンサート」 ※予約不要
神科子育てひろば（25-2055）	火・水・木曜日 9:30～12:30	・休止日11/3(火)、12/29(火)～12/31(木) ・振替開催日　11/6(金)　11/30(月)　12/11(金)　12/21(月) ・親子ともに上履きをお持ちください	・11/17(火)～11/19(木)「クリスマス製作『手形のリース作り』」 ※10:00から来館順 ・12/3(木)　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(火)、11/23(月) 12/29(火)、12/30(水) ・振替開催日　11/19(木) ・親子ともに上履きをお持ちください	・11/18(水)　10:40～　親子リトミック　＊要予約 ・12/1(火)　10:40～　ベビーマッサージ　＊要予約 持ち物　バスタオル
中塩田子育てひろば（070-4204-4316）	月～金曜日 9:00～12:00	・休止日　11/2(月) 12/28(月)～1/11(月)	・11/13(金)10:00～「10.11.12月生まれのお誕生祝いと絵本の会」＊どなたでも参加できます。※予約不要 ・11/30(月)～12/4(金)　工作ウィーク 毛糸まきまき♪サンタクロースの飾りを作ろう　※来館した順
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　土日、祝祭日等 11/30(月)、12/26(土)～1/3(日)	・11/6(金)、11/12(木)、11/17(火)、12/9(水)、12/14(月) 11:00～「にこにこタイム」～ふれあい遊びと絵本の時間～ 12/14(月)はハイハイレースもやるよ♪　詳しくはお問い合わせください。 ・11/26(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」※予約開始11/2(月)～　一般利用は11:00～ ・12/2(水)、3(木)　受付時間 9:30～11:00 「クリスマスカード作り」1日15組先着順 ・12/18(金)①10:00～　②10:30～ 「よっちゃん先生とバルーン作り」※予約不要 ・12/21(月)、22(火)　受付①9:30～11:00　②13:00～14:00 「季節のおひるねアート」※予約不要
武石子育てひろば（85-2826）	月・火・金曜日 9:30～12:30	・休止日　11/3(火)、11/23(月) 12/29(火)～1/6(水) ・振替開催日　11/4(水)、11/25(水)、11/26(木) ・ランチタイムは11:30～12:15 ※12/28(月)は休止させていただきます	・11/6(金)、12/11(金) 『保健師さんの日』受付時間　10:00～11:00（予約不要） ※保健師さんによる身体・体重測定や育児相談等ができます ・11/24(火)、11/25(水)、11/26(木)、11/27(金)　10:00～11:30 『ランタンづくり』　（各日5組程度・先着順） ※作品をお預かりする可能性があります ・12/22(火)　10:45～11:15 『クリスマス会』（要予約・先着10組） 予約受付　11/16(月)～　来所して予約

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	日時と内容					
中央（材木町）22-0760	11/4	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）	（市ホームページQRコード）詳細はこちらをご覧ください。
	12/9	水			ベビーヨガセラピー　2か月～（持ち物：バスタオル）	
	11/18	水	10:20 ～ 11:30	「親子ふれあい広場」	紙粘土であそぼう	
	12/16	水			ドキドキクリスマス	
西部（常磐城）27-7544	11/5	木	10:30 ～ 12:00	「プレ親子のびのび広場」	好きな歌はな～に？みんなで歌おう！	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
	12/3	木			クリスマスを飾ろう	
	11/19	木	10:30 ～ 12:00	「親子のびのび広場」	小麦粉で遊ぼう	対象は1歳～3歳の親子。事前申込制。
	11/26	木			のびのびコンサート♪	
	12/10	木			クリスマスを飾ろう	
	12/17	木			メリークリスマス！	
城南（中之条）27-7618	11/10	火	10:00 ～ 11:30	「親子すくすく広場」	パラバルーン	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。
	11/24	火			風船あそび	
	12/8	火			クリスマスコンサート	
	12/22	火			クリスマス会	
	12/15	火		「赤ちゃん広場」	手足型スタンプ	
上野が丘（住吉）24-0659	11/2	月	10:00 ～ 11:00	「親子ふれあい広場」	小さな運動会遊び	主に就園前の乳幼児とその保護者対象。定員：親子15組。事前申込制。後期分8回通して受付しています。定員に空きがあれば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。
	11/16	月			リトミックde運動遊び	
	12/21	月			クリスマスコンサート	
塩田（中野）38-6883	11/2	月	10:00 ~ 11:30	「親子ふれあい広場」	落ち葉で秋を満喫しませんか！	申込不要（定員8組）参加したお子さんに合わせた内容に変更する合があります。
	12/21	月			親子でふれあうクリスマスのあそび♪	
川西（小泉）22-5004	11/16	月	10:30 ～ 11:30	「親子ふれあい広場」	ミニミニうんどう会	事前申込制 詳しくは川西公民館へ
	11/30	月			クリスマスの飾りをつくりましょう	
	12/14	月			クリスマスミニコンサート	
	12/21	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	11/4	水	10:00 ～ 11:30	「親子であそぼうグーチョキパ」	お散歩、落ち葉拾い、工作、読み聞かせ	事前申込制（10組程度）上田市LINE 予約・申込〆切
	12/9	水			クリスマスコンサート	
	11/18	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（ディオ）	申込不要 お問合せは丸子公民館へ
	12/17	木			お子様を抱っこして聴ける生演奏（トリオ）	

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・子育ち支援課）
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（発達相談センター）
発達相談	電話 面接　（専門相談員）		平日9:00～16:00		

＊『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 → ⑤子育て支援センター通信

＊**『上田市メール配信サービス』**に登録すると、楽しいイベント情報や便利な子育て情報のほか、緊急時の情報や安全安心のための情報が携帯電話やスマートフォンに自動に配信されます。ぜひご登録ください。右の二次元コードから簡単に登録できます。