

ひよこクラスのお知らせ



初めての
子育てでわからない
ことがいっぱい



パパの参加も
大歓迎！



ご出産おめでとうございます。赤ちゃんとの生活はいかがですか？

産後は子育てへの不安がでてきたり、自分の時間がとれなかったりと大変な時期かと思えます。

宇陀市では、赤ちゃんとの生活や育児のコツを学んだり保護者同士の交流会を行う「ひよこクラス」を開催しています。ぜひ参加してみませんか？

対象児	ひよこクラス 13:30~15:30			たまひよサロン 10:00~12:00
	1回目	2回目	3回目	たまひよ (4回目)
令和8年 1~3月生	令和8年5月13日(水)	5月22日(金)	5月29日(金)	6月8日(月)
4~6月生	令和8年8月5日(水)	8月21日(金)	8月26日(水)	9月7日(月)
7~9月生	令和8年11月11日(水)	11月20日(金)	11月27日(金)	12月7日(月)
10~12月生	令和9年2月3日(水)	令和9年2月10日(水)	令和9年2月19日(金)	令和9年3月1日(月)

※4回目は妊婦さんと子育て中のご家族の交流会「たまひよサロン」です。

【対象者】 2~4か月の赤ちゃんの保護者

【参加費】 無料

【託児】 教室の間は、別室で赤ちゃんやきょうだいのお子さんをお預かりします。

- ・ 託児担当者:保育士・保健師等の託児経験者
- ・ 託児される場合は、開始 10 分程前にお越してください

【申込方法】 要予約 下記へご連絡ください。 ※託児と離乳食回の予約は、原則 4 日前まで

~お問い合わせ~

こども家庭センター 母子保健係(たまひよ)

宇陀市榛原下井足 105-1

電話 0745-97-9077 (R8.4月~)

携帯 080-2473-0557、080-8305-5733



令和8年4月より、
健康増進課の母子保健部門は、新たに
宇陀市こども家庭センター母子保健係「たまひよ」として、
すべての妊娠中の方や子育て期とその家族の方に
切れ目ない相談支援を実施します。



<1~3回目 ひよこクラス(育児教室)>

時間: 13:30~15:30



場所: 子育て家庭センター

回	内容 (若干変更することがあります)	担当者	持ってくるもの
第1回	<p>こどもの成長、病気とその対応について 乳児に多い病気や症状の話、小児救急や 医療機関、相談機関について学びます。</p> <p>みんなで話し合おう ～出産時のことや今困っていること等～</p>	保健師	
第2回	<p>赤ちゃんの歯のケア「いろは」 あかちゃんの歯について学びます。</p>	歯科衛生士	
	<p>はじめての絵本 すてきな絵本とのはじめての出会い。 絵本選びのコツを学びます。</p> <p>みんなで話し合おう ～赤ちゃんのけが・事故予防について～</p>	図書館スタッフ 保健師	
第3回	<p>離乳食のお話と楽しくクッキング! いつが始め時? どんなものをあげたらいい? など 赤ちゃんの食事について学びます。</p> 	管理栄養士	

<4回目 たまひよサロン(交流会)>

時間 10:00~12:00

場所 宇陀市子育て家庭センター

回	内容 (若干変更することがあります)	担当者	持ってくるもの
たまひよサロン (第4回)	<p>赤ちゃんとの生活のコツ ふれあい遊びなどご紹介します。</p>		
	<p>宇陀市内の交流の場について</p> 	保健師	<p>母子健康手帳 筆記用具 バスタオル</p>
	<p>妊婦さんと子育て中のご家族さんとの交流 出産・子育てにはどんな物があったら便利? こんな時、どんなふうに育児してる? など</p> 	保育士	