

親子ヨガ教室 !!

(参加費無料)

親子で一緒に触れ合いながら、身体を動かしてあったかい時間を過ごしませんか？
ヨガ初体験の方も大歓迎！

【日時】 1月22日（火）

午前10時～11時

【対象】 市内在住のお座りできる7か月ぐらいからの乳幼児とその保護者

※妊婦さんはご遠慮ください

【講師】 ハピコミおやこヨガインストラクター田邊香代先生

【定員】 先着10組

(定員になり次第締切)

【持ち物】 はだしになれる動きやすい服装（親子共）、水分補給できるもの

【申し込み】 1月7日～問へ



「すこやかルーム」開放

※申込不要

子育てが家族が、自由に遊べるように施設を開放。親子やみんなで過ごして気分転換しませんか。

お弁当やおやつを持ってきて、ランチルームで食べることもできます。

お母さんだけでなく、おじいさん、おばあさん、お父さんの来館も大歓迎！

【対象】 市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者

【日時】 月～金曜日（祝日は除く）午前9時～午後4時



問 84・9925 (菟田野松井473の1)

子育て支援センター
お知らせ

宇陀市で子育て中の
ママ・パパ・ご家族を
応援するページ



みんなで子育て

♪♪ みんなで楽しく子育てしませんか ♪♪

日程などは広報、またはホームページをご覧ください

1月 すくすくカレンダー

対象の就園前とは幼稚園等入園まで
就学前とは小学校入学まで

月	火	水	木	金
	1 元日	2 	3 	4 開放開始
7	8 家児相談日	9 保健師相談日 ★ つどいのひろば (榛原総合センター)	10  ALT 「英語であそぼう」	11 2歳児親子教室 (ばんだ)
14 成人の日	15 	16 ★ つどいのひろば (榛原北保育園)	17 	18 1歳児親子教室 (りんご)
21 1歳児親子教室 (いちご)	22  子育て講座 (親子ヨガ教室) 家児相談日	23 ★ つどいのひろば (大宇陀こども園) 0歳児親子教室 (はいなっふる)	24  ALT 「英語であそぼう」	25 0歳児親子教室 (ばなな)
28 0歳児親子教室 (みかん) なかよしひろば	29 	30 子育て講座 (親子リトミック)	31  ミニ誕生会	

 → お話の日  → リズムの日(健康ポイント事業)

時間：午前11時～11時30分

なかよしひろば（親子ふれあい事業）

※申込不要

【対象】 市内在住および里帰りの就学前の乳幼児とその保護者

【日時】 1月28日（月）午後2時30分～3時30分

【内容】 まわして遊ぼう！

【持ち物】 水筒、タオル



★ つどいのひろば

(健康ポイント事業)

公共施設などで遊びや交流の場を提供します。

子育てについての情報交換や親子のふれあいを楽しみましょう。

【対象】 市内在住および里帰りの就園前の乳幼児とその保護者

【時間】 午前10時～11時30分

【持ち物】 水筒、タオル、帽子

子育て支援センター

【子育てサークル】紹介

～ひよっこ～

1歳児の子どもたちの集まりです。
みんなで集まって、子育ての悩みを出し合ったり、遊ぶ機会を作っています。

※子育て支援センターでは、「子育てサークル」を応援しています。就園前の乳幼児と保護者、3組以上でサークルを作ってみませんか？

詳しくは、子育て支援センターへ



～パパと遊ぼう～

12月15日、京都スポーツセンターの澤田先生に来ていただき、パパと一緒に体を動かして遊びました。ロケットになって高くジャンプをしたり、飛行機のように飛んだりして、楽しいひと時を過ごすことができました。



子育て講座「親子リトミック」

(参加費無料)

リズムに合わせて、身体でいろいろ表現する楽しさを味わってみませんか？

【対象】市内在住の就園前の満2歳からの幼児とその保護者

【日時】1月30日（水）午前10時～11時

【講師】リトミック講師 三好美穂先生

【定員】先着12組

【持ち物】水筒、タオル、親子とも動きやすい服装で来てください。

【申し込み】1月7日～子育て支援センターへ

発達の違いについて語り合いませんか？

「うちの子の発達が気になる」
「家族が誰も障がいのこと理解してくれへん」
「そういうどこへ相談したらいいんやろ」
そんな思いをぜひ聞かせてください！
みんなでつながりをつくりましょう！

●みんなでつながりつくろう
井戸端会議

【日時】1月10日（木）
午前10時～正午

【場所】市役所 312会議室

●かるがもくらぶ

【日時】1月30日（水）
午前10時～正午

【場所】市役所 213会議室

問 介護福祉課（☎ 82・3675 / IP ☎ 88・9088）