

# パパとママのためのおはなし会



お子さんの健やかな成長やママ自身のセルフケアについて、3テーマでおはなし会を開催します。  
交流タイムもあります♪

**絵本とふれあい遊び**

赤ちゃんは、優しい声でお話してもらうこと、スキンシップが大好きです。保育士による、おすすめ絵本や楽しめる手遊びを紹介します。

**赤ちゃんの発達について**

0歳児の体や心の成長についてお話しします。発達相談員が、この時期に大切にしたい親子の関わりについて紹介します。

**ケア体操★助産師編**

妊婦さん産後ママのリフレッシュのために、適度な体操で、心と体をリラックスしましょう。赤ちゃんのお世話に忙しい日々ですが、自身のケアについて聞いてみましょう♪

令和6年 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和7年 1月	2月	3月
30日 (火)	27日 (月)	25日 (火)	30日 (火)	28日 (水)	24日 (火)	30日 (水)	12日 (火)	17日 (火)	23日 (木)	14日 (金)	17日 (月)
赤ちゃんの発達	ケア体操	絵本と遊び	赤ちゃんの発達	ケア体操	絵本と遊び	赤ちゃんの発達	ケア体操	絵本と遊び	赤ちゃんの発達	ケア体操	絵本と遊び

対象 : 16週以降の妊婦または**1歳未満**の子どもとその保護者 ※パパだけでも、ママだけでも参加できます。

場所 : うじ安心館

時間 : 妊婦および生後6か月未満 午前9時30分～午前10時30分 (受付9時15分～)  
生後6か月～1歳未満 午前10時30分～午前11時30分 (受付10時15分～)

参加費 : 無料

定員 : 各10組

持ち物 : 親子(母子)健康手帳、バスタオル 申込み : **必要。土日祝を除く3日前まで。**

【申し込み先】 下記アドレスにメールにてお申し込みください。

E-mail [papamama-start@city.uji.kyoto.jp](mailto:papamama-start@city.uji.kyoto.jp)

※件名には「おはなし会」、本文に下記内容を記入して送信ください。

- ①参加希望日 ②参加者氏名(パパ、ママ、赤ちゃんの氏名)  
③赤ちゃんの生年月日もしくは出産予定日 ④電話番号 ⑤住所

