

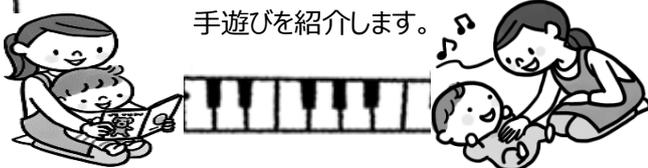
パパとママのためのおはなし会



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7年 4月	5月		6月	7月	8月	9月	10月		11月	12月	令和8年 1月	2月	3月	
18 (金)	9 (金)	22 (木)	19 (木)	30 (水)	28 (木)	24 (水)	10 (金)	22 (水)	27 (木)	15 (月)	16 (金)	26 (月)	26 (木)	23 (月)
発達	絵本	体操	発達	絵本	体操	発達	絵本	発達	体操	発達	絵本	発達	体操	発達

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

妊婦および生後6か月未満用

生後6か月～1歳未満用

定 員 : 各10組

持 ち 物 : 親子(母子)健康手帳、バスタオル

申し込み : **必要。右記二次元コードよりWeb予約をご利用ください。**

(締め切りは開催日7日前まで)

※参加予定日時点の月齢で申し込みください。



※上記方法で予約ができない方(定員が埋まっている場合を除く)は、メールにてご予約ください。

E-mail 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。なお、メールを送信してから3日後(土日祝含まず)までに返信がなければ、電話にてお問い合わせください。

※定員超過につき受け付けできない場合があります。返信メールをご確認ください。

①参加希望日 ②参加者氏名(パパ、ママ、子ども) ③子どもの生年月日もしくは出産予定日 ④電話番号 ⑤住所

★ほっこり育児相談会

- ❖ 対象 : 宇治市にお住まいの 6か月まで の子どもとその保護者 ※ママだけでも、パパだけでも参加できます。
- ❖ 内容 : 子どもの体重・身長測定、産後ママやパパ、妊婦さんと交流
- ❖ スタッフ : 保健師、助産師、栄養士または歯科衛生士



<実施日>

令和7年									令和8年	
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
24(木)	13(火)	26(木)	15(火)	6(水)	19(金)	15(水)	10(月)	4(木)	20(火)	18(水)
歯科	栄養	歯科	栄養	歯科	栄養	歯科	栄養	歯科	栄養	歯科

- ❖ 場所 : うじ安心館
- ❖ 時間 : 午前10時00分～11時00分
- ❖ 参加費 : 無料
- ❖ 定員 : 5組程度
- ❖ 持ち物 : 親子(母子)健康手帳、バスタオル
- ❖ 申し込み : 必要。二次元コードより Web 予約をご利用ください。 (締め切りは開催日7日前まで)
お一人 **2回**まで参加可能。



ほっこり育児
相談会予約

※上記方法で予約ができない方(定員が埋まっている場合を除く)は、メールにてご予約ください。

E-mail papamama-start@city.uji.kyoto.jp

※件名には「ほっこり育児相談会」、本文に下記内容を記入して送信ください。なお、メールを送信してから3日後(土日祝含まず)までに返信がなければ、電話にてお問い合わせください。

※定員超過につき受け付けできない場合があります。返信メールをご確認ください。

①参加希望日 ②参加者氏名(パパ、ママ、子ども) ③子どもの生年月日 ④電話番号 ⑤住所

★あんしんかん DE お話タイム～あかちゃん交流ルーム～

- ❖ 対象 : 宇治市にお住まいの1歳未満の子どもとその保護者
- ❖ 内容 : 交流、遊び紹介など
- ❖ 参加費 : 無料
- ❖ 場所 : うじ安心館 ❖参加人数 : 1組～6組程度
- ❖ 時間 : 午前9時30分～11時00分中で20分程度
- ❖ 申し込み : 予約制。実施日2週間前から、保健推進課へお電話ください。

当日、「乳幼児相談」を実施しています。(乳幼児相談は予約制で計測や栄養・育児相談に栄養士や保健師等が対応します。)乳幼児相談を希望する場合は、左記と同様の申込方法でお申し込みください。



<実施日・予約開始日>

R7年度	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
実施日	8(火)	1(木)	3(火)	7(月)	1(金)	4(木)	9(木)	6(木)	2(火)	8(木)	6(金)	2(月)
予約開始日	3/25 (火)	4/17 (木)	5/20 (火)	6/23 (月)	7/18 (金)	8/25 (木)	9/23 (木)	10/26 (木)	11/18 (火)	12/25 (木)	1/23 (金)	2/16 (月)

お知らせ : 午前7時時点で特別警報、暴風警報または暴風雪警報が発表されている場合は原則的に事業を中止します。また、宇治市に震度5強以上地震が発生した場合も原則的に事業を中止します。

★生後1歳頃まで赤ちゃん成長やおすすめ手遊び等を紹介した動画を宇治市 YouTube で公開しています。ぜひ一度ご覧ください。



宇治市 おはなし会 動画 で検索

【問い合わせ】宇治市役所 保健推進課 親子健康係 電話 0774-22-3141 (代表)
FAX 0774-21-0408