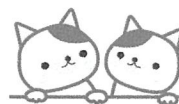


子育てほっとサロンだより



2026年

1月号

おいこら気ママ館

宇部市西宇部南4-5-25 (宇部駅前)

開催日時 火・木・金

10時30分~15時30分

※祝日はお休みです。

〈主催〉子育てほっとサロン実行委員会

〈協力〉宇部市・おいこら気ママ館

〈問い合わせ〉子育てほっとサロン

TEL 080-4553-6568



裏面にお知らせがあります。
どうぞご覧ください⇒

何でも相談の日

子育てに関してちょっと聞いてみたい事は
ありませんか？

助産師が対応します。 (無料)

1月30日(金) 13時~15時30分

作ってあそぼうの日

簡単にできる工作キットを用意しています。

■牛乳パックで作るよ☆くるくるコマ☆
(先着10名無料)

1月13日(火) 10時30分~15時30分

10時30分~13時の間は担当者がいますので
作り方のポイントを説明できます。

—予約制—
申し込みの
締め切りは
1月20日
(火)

ハンドとフットでリラクゼーションの日

ハンドマッサージとフットマッサージがあり、体験したい方を選ぶ事が出来ます。
ハンドマッサージは手から肘まで、フットマッサージは足ツボのみほぐしです。
心も身体も『ほっ』とリラックスされませんか？(無料 先着4名 所要時間約15分)

1月22日(木) 13時~15時

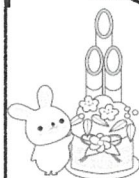
予約を希望される方は直接サロンに来られるか、
お電話でお申込みください。

※手や腕、足に骨折やケガのある方はご遠慮ください。

※予約される場合は、前回から2ヶ月空けてお願いします。

—お願い—

予約可能な方はサロンの
利用者さんに限ります。
マッサージだけを目的とし
た利用はご遠慮ください。



今月の
おススメ絵本です。
当日、読みますよ。
※絵本は変更になる
ことがあります。

おはなしの日

今月はどんなおはなしかな？

楽しい時間をお過ごしください。(無料)

1月20日(火) 13時30分~15時(随時)

■『おかあさん だいすきだよ』

作絵 みやにしたつや 金の星社

“早くしなさい！” “ちゃんとしなさい！”と怒ってばかりのおかあさん。

にっこり笑って褒めてくれたら、おかあさんのこと、もっと大好きなのに。

お気に入りの絵本
があったら読みま
すよ！
ほっとサロンの絵
本でも家から持っ
てきてもOKです





絵本の世界で...何をする？一緒に世界に行ってみよう！



今回のほっとサロンミニ講座では“おはなしの日”の担当サポーターがパネルシアターをします。親子で一緒に身体を動かせるお話、物語を楽しむお話、日常生活で親子のコミュニケーションを引き出してくれるようなお話など♪サポーターも大好きな絵本の世界と一緒に体験しよう！

日時：2月25日（水）10:30～11:30（受付10:15～）

場所：おいこら気ママ館（いつもの子育てほっとサロンの場所）



参加費：無料 定員：親子8組 締め切り：2月20日（金）15:15まで

申込みは・お問い合わせは子育てほっとサロン電話・

またはInstagramで

電話番号：080（4553）6568

（火・木・金10:30～15:30）



※水分補給は可能ですが食べ物の持ち込みはご遠慮ください。家族に風邪などの感染者がいらっしゃる方・発熱後すぐの方はご遠慮ください。

R8.2.25(水)10:00～ 子育てほっとサロンミニ講座 パネルシアター申込み用紙

参加者氏名（ふりがな）

連絡先電話番号：

お子様の氏名（ふりがな）

歳 ヶ月

お子様の氏名（ふりがな）

歳 ヶ月

お子様の氏名（ふりがな）

歳 ヶ月

※この情報はミニ講座以外には使用しません。

※講座の際に写真撮影させていただくことがあります。SNSに掲載するのに使用します。お顔の掲載は遠慮したいという方はお申し出ください。