

子育てほっとサロンだより



開催日時: 火・木・金 10時30分～15時30分

※祝日はお休みです。

開催場所: 宇部市西宇部南4-5-25

おいこら気ママ館 (宇部駅前)

2026年

4月号

TEL ☎: 080-4553-6568

親子さんが
自由に遊べる
場所です♡
遊びにきてね

表面: 今月のイベント開催日

裏面: お知らせ・コラム



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。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。

4月14日(火) 10時30分～15時

■お散歩バルーン(無料)

—予約制—
申し込みの
締め切りは
4月14日(火)

ハンドとフットでリラクゼーションの日

ハンド(手から肘まで)か、フット(足ツボのみほぐし)15分のマッサージを

受けられます。(要予約 無料 先着4名)

4月16日(木) 11時～13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。

おはなしの日

今月のおススメ絵本
です。当日、読みます
※絵本は変更になること
があります。
ご了承ください。

今月はどんなおはなしかな?(無料)

4月21日(火) 13時30分～15時(随時)

■『はけたよ はけたよ』

かんざわとしこ ぶん にしまきかやこ え

借成社

たつくんはね、ひとりでパンツがはけないんだよ…かたあしあげて「どでん！」

パンツをはかないでとびだしたたつくん、さあどうなるかな?

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。



何でも相談&ママのおしゃべり会の日

4月 24日(金) 10時30分～13時

10時45分からママのおしゃべり会

おしゃべりで心も体も元気に!新しい発見があるかも♪笑顔になれるかも♪

何でも相談は開催時間内に保健師・もしくは助産師が受け付けます。

身体計測もできます。(保健師・助産師もおしゃべり会に参加しています。)

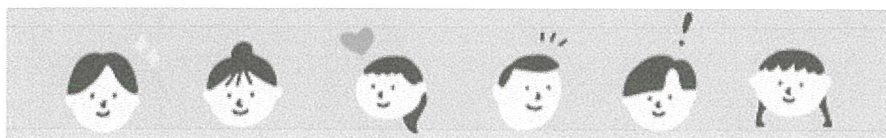
個別相談はおしゃべり会の時間以外に気軽にお声掛けください。

テーマにそって
ワイワイおしゃべり
しましょう♪

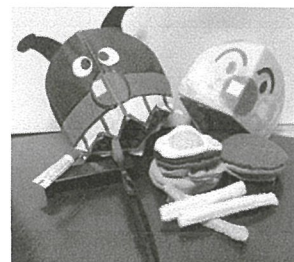
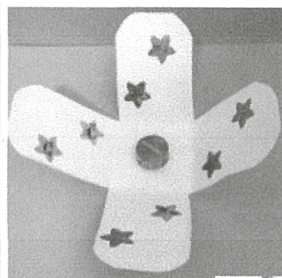


**2026年4月から “何でも相談の日”が
“何でも相談&ママのおしゃべり会の日”
に変わります**

ママのおしゃべりを真ん中にできる時間を作ろう！
通常のように、お子さんを遊ばせながら大丈夫です。
ママの美容のこと、体の変化、パパのこと、子どもの気になる仕
草など、おしゃべりしにきてね。相談は保健師もしくは助産師が
受けます。個別にしたい場合、みんなでオープンに話し合いたい
場合など、気軽に声をかけてください。



“作ってあそぼうの日”に遊びにきてね



毎月、第2火曜日に“作ってあそぼうの日”を開催して
います。チョコチョコキ、パタパタできる時間を
楽しんで、お子さんの工作が好きな気持ちを育もう！
お子さんの好きな乗り物や可愛いをつめこんで、
オリジナルなおもちゃを作って遊ぼう！季節の行事を
楽しむ工作もしているよ！