

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）

TEL：080-4553-6568

2026年

5月号

親子さんが自由に遊べる場所です♡遊びにきてね

表紙：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。

5月12日(火) 10時30分～15時

■ 紙コップクラッカー（無料）



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。

おはなしの日

今月はどんなおはなしかな？（無料）

5月19日(火) 13時30分～15時(随時)

■ 『ルルちゃんのくつした』

せな けいこ さく・え 福音館書店

くつした どこに行ったかな？ いろいろ想像していくところがとても可愛い絵本です。おうちで物を探し時、親子でこんな風に会話すると 楽しいかも

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OKです。



—予約制—
申し込みの締め切りは
5月19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(足ツボのもみほぐし)15分のマッサージを受けられます。(要予約 無料 先着4名)

5月21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。



何でも相談&ママのおしゃべり会の日

5月 29日(金) 10時30分～13時

10時45分からママのおしゃべり会

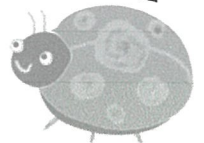
おしゃべりで心も体も元気に！新しい発見があるかも♪笑顔になれるかも♪

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。)

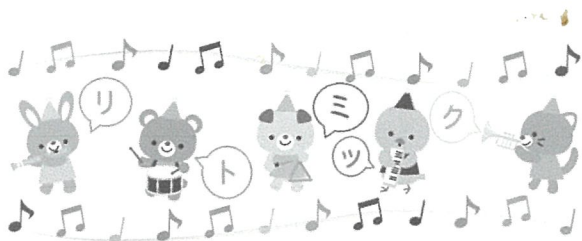
個別相談はおしゃべり会の時間以外に気軽にお声掛けください。

テーマにそって
ワイワイおしゃべり
しましょう♪



ミニ講座 開催します!!

リトミック



今回のほっとサロンミニ講座では、リトミックを行います。音楽に合わせて親子で体を動かして、リズムや親子・お友達とのふれあいを楽しもう♪



日時：6月10日（水）10：30～11：30
受付10：15～

場所：厚南ふれあいセンター 1階 遊戯室（大）
（隣保館 厚南会館）

参加費：無料 対象年齢：0歳～3歳

講師：原田 昌子さん（ピアノ講師）

定員：親子7～8組 締め切り：6月5日（金）15：30まで

※託児はありません。お茶・おむつや着替え・おもちゃなど

持ち物には必ず記名をお願いします。

お問い合わせ・申込みは子育てほっとサロン・または電話で

電話番号：080（4553）6568（火・木・金10：30～15：30）



R8.6. 子育てほっとサロンミニ講座 リトミック 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のでお顔の掲載は遠慮したいという方はお申し出ください。