

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）

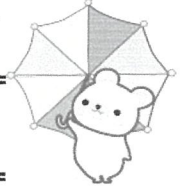
TEL ☎：080-4553-6568

親子さんが
自由に遊べる
場所です♡
遊びにきてね

2026年

6月号

裏面：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。

6月9日(火) 10時30分～15時

■ ペタペタしよう!てるてる坊主の壁飾り (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)

6月16日(火) 13時30分～15時(随時)

■ 「さかながはねて」

中川ひろたか ぶん 森あさ子 え 世界文化社

手遊び歌「さかながはねて」が絵本になりました。

さかながはねてどうぶつたちにひっつきます。こんどはどこにくっつくのかな?

お気に入りの
絵本があったら読み
ますよ。サロンの絵本
も持って来てOKです。
お絵描きもOKです。



—予約制—
申し込みの
締め切りは
6月16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)

6月19日(金) 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。

何でも相談&ママのおしゃべり会の日

6月 26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!



何でも相談&

ママのおしゃべり会の日に ♪ きてね



今年度の4月からリニューアルしたイベントです。お子さんもママさんも集まっての
おしゃべり会は共通のテーマに
について、日頃の家庭生活の様子を
お話できました。
毎回、ほっとサロンのサポーター
と保健師か助産師と一緒に
おしゃべりをします。



小さいお子さんも、しっかり立てるようになった
お子さんも身体測定！！
成長がわかるのも嬉しいし、保健師さんや
助産師さんが立ち会ってくださるのも
嬉しいね♡ 個別相談もできます。

