

2026年度



# 子育て包括支援センター 子育て支援事業カレンダー



※教室の詳細内容は、裏面をみてください

対象児	教室名 時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
事前予約 (フォーム)	一人で走れる 1歳10か月くらいの未就園児 (15組) <b>ぐんぐん</b>	24(金) 10:00~11:00 からだ育て運動遊び	29(金) 1000~1130 食育教室(はる)	24(水) からだ育て運動遊び	10(金) 1000~1130 食育教室(なつ)	28(金) からだ育て運動遊び	3(木) ミニ運動会	30(金) 1000~1130 食育教室(あき)	12(木) お城へお散歩	3(木) からだ育て運動遊び	27(水) からだ育て運動遊び	24(水) 1000~1130 食育教室(ふゆ)	17(水) からだ育て運動遊び
	一人歩きが安定してきた 1歳半くらいの未就園児 (15組) <b>てくてく</b>	13(月) 10:00~11:00 リトミック	15(金) からだ育て運動遊び	12(金) 親子ヨガ	8(水) からだ育て運動遊び	6(木) 絵本で遊ぼう	16(水) からだ育て運動遊び	9(金) リトミック	19(木) からだ育て運動遊び	16(水) 親子ヨガ	21(木) からだ育て運動遊び	4(木) 絵本で遊ぼう	4(木) からだ育て運動遊び
	7か月くらい~よちよち 歩きまでの未就園児 (15組) <b>よちよち</b>	17(金) 10:00~11:00 運動あそび	13(水) 運動あそび	17(水) 運動あそび	30(木) 運動あそび	26(水) 運動あそび	25(金) 運動あそび	15(木) 運動あそび	11(水) 運動あそび	23(水) 運動あそび	29(金) 運動あそび	17(水) 運動あそび	19(金) 運動あそび
	2か月~6か月くらいの未就園児 (15組) <b>ぴよぴよ</b>	14(火) 10:00~11:00 親子ふれあい遊び	19(火) だっこのお話	26(金) 親子ヨガ遊び	24(金) ベビーリトミック	31(月) フルートコンサート	11(金) 抱っこでリズム体操	13(火) 親子ふれあい遊び	27(金) だっこのお話	11(金) 親子ヨガ遊び	15(金) ベビーリトミック	12(金) フルートコンサート	12(金) 抱っこでリズム体操
	未就学児 <b>おやこ de わくわく教室</b>		31(日) パパっこ教室	15(水) 人形劇		13(日) マジックパパ		14(土) 野外音楽祭 in にんにんパーク		31(日) パパっこ教室		16(火) 森の幼稚園	
電話予約	前期 はじめて~2回食の頃 離乳食教室 10:00~11:30	28(火)	26(火)	23(火)	7(火)	25(火)	29(火)	27(火)	10(火)	15(火)	26(火)	16(火)	23(火)
	後期 3回食~完了期の頃 13:30~15:00	28(火)		23(火)		25(火)		27(火)		15(火)		16(火)	
自由参加	未就学児 乳幼児相談 9:30~11:00 13:30~14:30	10(金)	8(金)	5(金)	3(金)	7(金)	4(金)	2(金)	6(金)	4(金)	8(金)	5(金)	5(金)

## ☆ 子育て包括支援センター ☆

〒518-0873 伊賀市上野丸之内500 ハイピア伊賀4階  
 電話 : 0595-22-9665  
 ファックス : 0595-22-9666  
 メール : kosodate@city.iga.lg.jp  
 開所日 月曜日~金曜日 9:00~17:00  
 土曜日 9:00~12:00

※年末年始・祝日を除く。  
 ※気象警報が発令された場合などは、各種事業の変更・中止をする場合があります。

### 土曜開所しています!

第1土曜日: 通常開所  
 第2土曜日: にんにんぱーく(上野南公園)  
 ※プレイルームは閉鎖  
 ※7・8・9月は暑さ対策のため、西柘植地区市民センター小ホールで開催します。  
 第3土曜日: 通常開所  
 第4土曜日: 通常開所  
 ※「ふれあい広場」を10:00~11:00開催します。(10月はお休み、12月は第3土曜日になります)  
 第5土曜日: 通常開所

【伊賀市公式ホームページ】  
 子育て支援の教室・事業のご案内



<https://www.city.iga.lg.jp/igakid>

【伊賀市公式LINE】  
 「子育て」コンテンツをチェック



<https://line.me/R/ti/p/%40700pqbdq>

教室申込フォーム  
 (1年間固定です)



<https://logoform.jp/f/f/T38R>

# 子育て包括支援センターの事業ご案内

## ぴよぴよ



2～6か月くらいの未就園児  
赤ちゃんは、ふれあいが大好き！  
いろいろな体験をとおして、毎日の育児  
を後押しします。

**親子ふれあい遊び** 元保育士の講師と一緒に  
いろいろな遊びをします。

**だっこのお話** 親子の絆を深める抱っこに  
ついて教えてもらいましょう。

**親子ヨガ** 赤ちゃんと一緒にできるヨガを  
通して、心も体もリフレッシュ！

**ベビーリトミック** 音楽に合わせた親子遊  
び。赤ちゃんもにっこり。

**フルーツコンサート**  
生演奏に癒されましょう♪

**抱っこでリズム体操** 赤ちゃん抱っこで  
リズムに合わせて体を動かしましょう。

## よちよち



7か月くらい～よちよち歩きまで  
の未就園児  
からだの基礎を育てる親子遊び。  
こどもの体の育ちや秘めたる身体能力  
について遊びを通して親子で学びま  
しょう。

講師：内海 奈美さん(運動指導士)

## てくてく



一人歩きが安定してきた1歳半  
くらいの未就園児  
親子のふれあいを通して心とからだの  
育ちを応援します。

**リトミック** 歩きだしたお子さんはリズ  
ム遊びが大好き！音楽に合わせて、親子  
で楽しく体を動かしましょう。

**運動あそび** 親子ふれあい&大型遊具で  
全身を使って遊びます。心も体もホッカ  
ホカ！水分補給を忘れずに。

**親子ヨガ** お子さんと一緒にできるヨガ  
です。心地よい空間で、凝り固まった体  
と心をリフレッシュしましょう！

**絵本で遊ぼう** 読み聞かせやエプロンシ  
アターなど絵本にまつわる遊びをします。  
おすすめ絵本の紹介もあります。

## ぐんぐん



一人で走れる1歳10か月くらい  
の未就園児  
「からだ育て」をテーマに、親子で楽し  
む教室です。毎日の親子遊びにつな  
がる内容になっています。

**運動あそび** 親子ふれあい&大型遊具  
で全身を使って遊びます。走り回って  
心も体もホッカホカ！水分補給を忘れ  
ずに。

**食育教室** 季節の食材を使った簡単お  
やつクッキング。親子で一緒に作って  
食べよう！食にまつわるお楽しみもあ  
るかも！?

**ミニ運動会** いろいろな種目を体験す  
る室内運動会です。

**お城へお散歩** 伊賀上野城に秋探し  
のお散歩をします。(現地集合&解散)

【伊賀市】  
2026年度  
申込フォーム  
(1年間固定です)



<https://logoform.jp/ff/ft38R>

申込期間は、  
**前月の16日9時～**  
**20日17時**です  
(申込多数の場合は抽選)  
3営業日後に結果をお知らせ  
します。

## 離乳食教室

離乳食のおはなしの後に調理実習を行  
います。  
先着6名までは、託児もあります。  
これから始める方も、始めてみだけ  
れど相談したい方も、お気軽にご参加  
ください。  
電話予約は、前月の教室翌日9時から  
受付を開始します。



## 乳幼児相談

身体計測、発育発達の相談(保健師)、  
食事に関する相談(栄養士)、歯科相  
談(歯科衛生士)を行っています。  
午前中はおっぱい相談(助産師)もあ  
ります。予約不要なので気軽にお立ち  
寄りください。  
※母子健康手帳をお持ちください。



子育て包括支援センターは、市内で一番広いプレイルームで、室内でも体を  
たくさん使って遊ぶことができます。気楽に遊びにきてください。

子育ての悩みや相談も気軽にお声がけください。

※教室のある時間も、子育て支援センターで遊んでいただけます。

くわしくは、ホームページ「プレイルーム利用予定」をご覧ください。

※お車でお越しの方は、駐車料金の減免をします。駐車券をお持ちください。

## おやこ de わくわく教室 ～日頃体験できないようなことを体験しよう～

### パパっこ教室

5月31日(日)  
1月31日(日)

パパが主役となって親子でふれあい  
遊び等をします。  
父子だけで子育て支援センターに遊  
びにきませんか?座談会でパパの気  
持ちも共有しましょう。

きッズシアターかみふうせん

### 人形劇

7月15日(水)

音楽や歌に合わせた壮大なス  
ケールの人形劇です。人形たち  
に命が芽吹く、息の合ったハー  
モニーは見ものです。

### にんにんパーク音楽祭

in 上野南公園

11月14日(土)

野外で本物のクラシックコン  
サートを行います。お客さんも  
参加型の内容になっています。  
親子みんなで楽しみましょう。

### マジック・パパ講演会

～生きる力を育むふしぎあそび・ワイルドアそび～

9月13日(日)

親子遊びがだいすきになる!こどもの発達にも役立つ遊びを  
実践します。全国で講演会を行っている講師のことはマジッ  
クを楽しみましょう!

### 森の幼稚園 in 上野森林公園

3月16日(火)

上野森林公園スタッフとともに、お散歩しな  
がら「春」を見つけに行きましょう。  
(現地集合・現地解散)