



## あおもり親子はぐくみプラザプレイルームの講座・発達相談 つどいの広場「さんぽぽ」7月のイベント案内

※ご利用の際は電話予約が必要になります。詳しくはお問合せください。

### ★あおもり親子はぐくみプラザ

〔プレイルーム開館時間〕 8:30~18:00(土・日、祝日も開館)

講座(電話予約)	開催日時	対象
よちよち広場 ～えがお みーつけた～	7/9(土) 10:00~11:00	0歳~1歳児の 子どもと保護者
あつまれ! わん ぱくこたち ～体をいっばい動かして リフレッシュ!～	7/14(木) 10:00~11:00	1歳6か月~3歳の 子どもと保護者
おはなし広場 ～おはなし でてこい～	7/19(火) 10:00~11:00	0歳~就学前の 子どもと保護者
パパと遊ぼう ～パパ だいすき!～	7/24(日) 10:00~11:00	0歳~就学前の 子どもと保護者

※いずれも5組(申込順)

#### ▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや就学に向けての心配ごとがあるお子さんと保護者を対象とした相談専門員による個別相談	7/7(木) 10:00~11:30 3歳~就学前
◆「楽しくあ・そ・ぼ!」 ことば等の発達に心配のあるお子さんと保護者を対象とした相談専門員による個別相談	7/13(水)・26(火) 10:00~11:30 1歳~3歳未満
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	7/20(水) 13:30~15:30

※いずれも2日前までに要予約

☎あおもり親子はぐくみプラザ

(佃二丁目 元気プラザ内、☎017-718-2975)へ

### ★つどいの広場「さんぽぽ」

〔開館時間〕 9:00~18:00(土・日、祝日は17:00まで)

イベント	日時・備考
赤ちゃん待ち合わせ (0歳児の育児についての 情報交換と交流の場)	7/8(金)13:15~14:00(1~4か月)、7/20(水)10:30~11:15(5~11か月)/各5組(申込順)
北海道・東北出身のママあつまれ~(北海道・東北出身の親子の交流の場)	7/14(木) 10:30~11:15 5組(申込順)
はじめてさん、こんにちは! ~さんぽぽってどんなところ? ~(プレママプレパパ・初めて ご利用するかた同士(妊婦さん も)楽しく交流しましょう)	7/16(土) 13:15~14:00 5組(申込順)
やさしく知る産前産後ケア (心と体の不安スッキリ)	7/23(土) 10:30~11:30 講師:橋爪直美さん(フリーランス助産師) 12組(申込順)
転勤族のママあつまれ~ (青森に転入された親子の交流の場)	7/26(火) 10:30~11:15 7組(申込順)

所 対 駅前庁舎2階/0歳~3歳の乳幼児

申 込 イベントの申込みは7月1日(金)9:00から電話で、  
つどいの広場「さんぽぽ」(☎017-721-4005)へ



## マタニティ講座

☎あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984)

#### ①沐浴サロン講座

☎ 7月10日(日) 10:00~12:00 (9:30~受付)

☎ ママの心のサポートのお話、沐浴体験~赤ちゃんはお風呂が大好き~ ほか

#### ②ウェルカムベビー! 講座

☎ 7月27日(水) 10:00~12:00 (9:30~受付)

☎ なるほど! 赤ちゃんの世界、Let's オムツ交換&抱っこ! ほか

#### ①②いずれも

所 あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)  
対 市内に住民票がある妊婦とご家族/各12組(申込順)/母子健康手帳、筆記用具持参  
申 込 ①は7月4日(月)~8日(金)に、②は7月19日(火)~22日(金)に、電話で、あおもり親子はぐくみプラザへ

#### オンライン講座

①沐浴編 ☎ 7月19日(火) 10:00~10:30

☎ 沐浴

②育児準備編 ☎ 7月19日(火) 10:45~11:15

☎ オムツ交換、抱っこの仕方、新生児の特徴

③マタニティライフ編 ☎ 7月19日(火) 11:30~12:00

☎ 早産予防、栄養

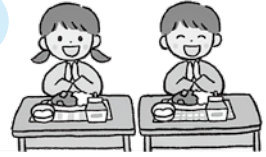
#### ①~③いずれも

対 市内に住民票がある妊婦とご家族。パソコン、スマートフォン、タブレットのいずれかで「Zoom」を利用できるかた(データ通信料は利用者負担)/各5組(申込順)  
申 込 7月15日(金)までに、電話またはEメールで、氏名・電話番号・Eメールアドレス・出産予定日・受講希望講座を、あおもり親子はぐくみプラザ(☎hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ

## おやこ食育セミナー

小学校給食センターで  
食のことを学びませんか♪

いただきます!



- 時所 7月23日(土)・24日(日) 10:00~12:50
- ※9:30から受付/小学校給食センター(三内字丸山)
- 内容 食育体験、給食試食 ※食物アレルギーのあるかたは事前にお問合せください。
- 対人料 小学生と保護者(小学生のみの参加は不可)/各日30人(申込順)/260円(試食材料費)
- ※7月13日(水)以降のキャンセル(当日の体調不良等も含む)は食材発注済みのため料金をいただきます。
- 備 児童の内履き・はし(保護者用はあり)・筆記用具・飲み物持参
- 申込 7月1日(金)~12日(火)に、住所・保護者氏名・児童氏名・学校名・学年・組・電話番号・希望日(いずれか1日)を申込書(市ホームページ掲載)または任意の様式に記入し、(株)ジーエスエフ(☎017-782-3765、F017-766-7203、✉shogaku-kyushoku@city.aomori.aomori.jp)へ



### 7月の子育て相談等の日程

子育て相談 妊産婦と子育て中のかた	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内) 保育士による相談…毎日 8:30~18:00(予約不要)(☎017-718-2975)</li> <li>◆保健師等による相談…月~金曜日(祝日除く) 8:30~18:00(予約不要)(☎017-718-2983)</li> <li>◆浪岡総合保健福祉センター 7/7(木) 9:00~10:30(前日までに電話予約)</li> </ul>
ハミガキ相談(歯ブラシ持参) 仕上げみがきの仕方、親子ふれあい遊び、絵本など	<ul style="list-style-type: none"> <li>①浪岡総合保健福祉センター 7/7(木)(要予約) 9:30~10:30</li> <li>②あおもり親子はぐくみプラザ※食育相談のみ 7/11(月)(要予約) 9:30~12:00</li> </ul>
食育相談 離乳食の進めかた、妊娠中の食事、親子ふれあい遊び、絵本など	<p>【対象】①②いずれも妊産婦と子育て中のかた</p>

【申込み・問合せ】

- あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975) …1週間前までに電話予約
- 浪岡総合保健福祉センター…前日までに、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ電話予約



### 7月の助産師による心と体のケア相談

- 時 7月6日(水)・20日(水) いずれも①10:00~②11:00~
- 所 あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
- 内容 妊婦さん・産婦さんの心や体の不調、授乳などに関する心配ごとに、助産師が相談に応じます(要予約)
- 対 本市に住民票のある妊婦さんや産婦さんとその赤ちゃん
- 対人 各日①・②ともに1組(申込順)
- 備 母子健康手帳、乳房の相談のかたはバスタオル及びフェイスタオル持参
- 申込 希望日の前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ



### 医師による不妊専門相談

- 時 所 7月27日(水) 13:30~14:30/対象者には別途お知らせします/2組(申込順)
- 申込 7月20日(水)までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ

## 0-157などの腸管出血性大腸菌感染症にご注意を

0-157などの腸管出血性大腸菌による感染症は、夏季に多く発生します。多くの場合、3~8日の潜伏期間後、激しい腹痛を伴う水のような便が続いた後、血便が見られます。合併症をおこす恐れもありますので、次のことに注意し、感染を防ぎましょう。

● 感染症について…感染症対策課(☎017-765-5282)、食中毒について…生活衛生課(☎017-765-5293)

- 帰宅時、調理前、食事前、用便後などには石けんを使用し、しっかりと手洗いをする
  - 食肉は、中心部まで十分に加熱する
  - 生肉に触れた箸と食べる箸は別にする
  - まな板やふきんは、使用のたびにしっかりと洗い、熱湯や塩素系漂白剤で消毒する
- ※消毒は「逆性石けん」「消毒用エタノール」「塩素系漂白剤」等を使用する。または80℃以上の熱湯に10分以上つけおきする。



感染症対策課 植村