

- 発行元：あおもり親子はぐくみプラザ
- 住所：青森市佃2-19-13
- 電話：017-718-2975

《あおもり親子はぐくみプラザ フレイルームの紹介》

親子で遊べるスペースです。
ボールプール、絵本コーナー、ママごとコーナー、
保育士の手作りおもちゃなどがあります。
子育て講座、子育て相談も行っています。



詳しくは青森市ホームページをご覧ください。



☆対象：0歳～就学前のお子さんと保護者、妊婦さんなど

☆開設日時：毎日 8:30～18:00（年末年始を除く）

☆料金：無料

《子育て講座の紹介》

10:30 から始まります。保育所（園）等の入所案内を除き予約は不要です。

《よちよち広場》

ふれあい遊びや、うた遊び
などを紹介します。

対象：0歳～1歳のお子さん

10月11日(土)
11月8日(土)
12月13日(土)

《ふたごちゃんみつごちゃんと 一緒に遊ぼう》

先輩ママからのアドバイスや
情報交換をしましょう。

対象：多胎児とその保護者
11月16日(日)

《あつまれ！ わんぱくっこたち》

家の中ではなかなかできない
身体を動かす遊びを紹介します。

対象：1歳半～
概ね3歳のお子さん

10月17日(金)
11月11日(火)
12月19日(金)

《クリスマス会》

対象：0歳～就学前のお子さん
12月25日(木)

《おはなし広場》

お話の世界へようこそ！
どんな絵本に出会えるかな？

対象：0歳～就学前のお子さん

10月21日(火)
11月24日(月)
12月23日(火)

《保育所（園）等の入所案内》

申込み手続きなどの情報をお伝えします。

対象：未就園のお子さん

10月31日(金)
11月28日(金)

予約が必要です。

《パパと遊ぼう》

パパと一緒にいっぱい遊んで
楽しい時間を過ごしましょう！

対象：0歳～就学前のお子さん

10月26日(日)
11月30日(日)
12月28日(日)

《子育てに関する相談》

寝かしつけ・食事の仕方などの生活習慣・イヤイヤ期の対応・月齢に合わせた遊び・保育園や幼稚園の手続き方法など、子育てに関する相談に、保育士・利用者支援専門員が応じます。
安心して子育てができるように、電話や来所による相談のほか、訪問による相談を行っています。

毎日：8:30～18:00（年末年始を除く） 電話：017-718-2975



《ハミガキ相談》

歯科衛生士による仕上げ磨きの仕方や
歯ブラシの選び方などの個別相談

10月14日(火)
12月15日(月)

9:30~12:00 (1組20分程度)
1週間前までに予約が必要です。

《食育相談》

管理栄養士による離乳食の進め方や
妊娠中の食事などの個別相談

11月10日(月)



お子さんのことで気になっていることを、相談専門員等に相談
できます。親子はぐくみプラザまでお問い合わせください。



《子どもの発達相談》

《楽しくあ・そ・ぼ!》

◇ことばなどの発達に心配のあるお子さんと保護者

《はぐくみ相談》

◇発音や吃音などのことばに心配のあるお子さんと保護者
◇集団生活の困りごとや心配のあるお子さんと保護者

《医師相談》

◇発達に心配のあるお子さんと保護者

予約が必要です。

詳しい日程等は
広報あおもり・青森市ホームページをご覧ください。



『寒い季節もお家で楽しく♪ふれあい遊び♪』

ふれあい遊びってな〜に?

歌や音楽に合わせてスキンシップを楽しむ遊びです♪

スキンシップが増えると・・・

『オキシトシン』という愛情ホルモンが分泌され

子どもも大人も★「安心感」★「心の安定」★「信頼感」へ繋がっていきます。

♪大きな栗の木の下で♪

① ♪おおきなくりのきのしたで



子どもの手を取って、
上下に揺らす。

② ♪あなたとわたし



押したり、引いたりする。

③ ♪なかよくあそびましょう



抱きしめて揺れる。

※気を付けながら、やさしく行いましょう。

トイレットペーパー
の芯で作るよ!



《クリスマスツリーを作ろう》

- ① トイレットペーパーの芯を3本用意します。
- ② 長さの違う芯を3本作ります。
1本目は3分の1の所で切ります。
2本目は半分の所で切ります。
3本目はそのまま使います。
- ③ ツリーの形を作って、両面テープやセロハンテープでくっつけます。
- ④ シールや折り紙等を貼って、飾りつけたら完成です。
※ひもを付けるとお部屋やクリスマスツリーに飾れます。

完成!

