情報紙

ぽっけ!

第23号 令和7年10月発行

●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つうザ プレイルームの紹介》

親子で遊べるスペースです。

ボールプール、絵本コーナー、ままごとコーナー、 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)

金:無料 ☆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。



ふれあい遊びや、うた遊び などを紹介します。

対 象: 〇歳~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)

《クリスマス会》

対 象: 〇歳~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: 〇歳~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





《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)

《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: 〇歳~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



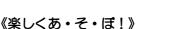
10月14日(火) 12月15日(月)

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)



◇ことばなどの発達に心配のあるお子さんと保護者

《子どもの発達相談》

《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

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。

◇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。

《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。



トイレットペーパー

の芯で作るよ!

