

- 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

《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

- 7月12日(土)
- 8月9日(土)
- 9月13日(土)



《子育て講座の紹介》

10:30 から始まります。
予約は不要です。

《ねぶたごっこ》

郷土のまつりを楽しみましょう!
対象：0歳～就学前のお子さん

8月5日(火)

《あつまれ!
わんぱくこたち》

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
- 7月18日(金)
- 8月15日(金)
- 9月19日(金)

《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

- 7月15日(火)
- 8月26日(火)
- 9月22日(月)

《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

7月26日(土)

《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

- 7月27日(日)
- 8月24日(日)
- 9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・月例に合わせた遊び・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





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。



《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

8月19日(火)

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

7月14日(月)

9月16日(火)



《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》

◇構音・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。



夏にピッタリの
遊びを紹介します!

水で遊ぼう! ふしぎなペットボトルシャワー



ペットボトル
に千枚通しで
小さな穴をあ
ける。



バケツやお風呂
プールなどで、
ペットボトルを
全部沈めて水を
入れる。



フタをはずすと



水がでる!

フタをしめると



水がとまる!



てぶがみたべ

手づかみ食べの時期は?

- ・離乳後期(9か月頃)から完了期
- ※発達には個人差がありますので、
お子さんに合わせて進めましょう。

どうして手づかみ食べをさせるの?

- ・食べものを触ったり握ったりして固さや
触感を体験することで、食べ物に関心を
持ち、自分の意志で食べようとする行動
につながっていきます。
- 食べる楽しみの経験として、積極的に
手づかみ食べをさせてあげましょう。

「手づかみ食べの簡単メニュー」

- ★茹でた野菜を、持ちやすいサイコロやスティック状に切る。

にんじん・さつまいも・かぶ
だいこん・ブロッコリー(穂先)など

- ★食パンをひと口サイズに切る。



慣れてきたら、ひと口
サイズのおにぎりも
おすすめです。



窒息につながらないように、
食べ方や様子を見守りましょう。