



2026年

# 1月の予定

★★★子育て支援センターは、親子交流の場の提供、子育てに関する相談、情報提供を行っています★★★  
支援センター開放日(月～土 10:00～15:00)電話でのご確認をお願いします。

日 程	活 動 の 種 類	内 容	備 考
1月 14日 (水) 10:30～12:00	『集まれ！お友だち & 1月生まれのお誕生会』	シアターを見たり、ボールプールやトンネル遊びを楽しみましょう。1月生まれのお友だち、お誕生カードを作り、一緒に祝いましょう。	★要予約 先着10組
1月 15日 (木) 10:30～12:00	『バランスボールエクササイズ』 ～ママのHAPPY産後リハビリ～	専門の講師が産後特有の不調をケアする方法を教えてくれます。音楽に合わせてバランスボールに座り、楽しく産後リハビリしましょう。(託児有り)	★要予約 先着7組
1月 16日 (金) 10:30～12:00	『集まれ！2・3歳のお友だち』 ～みんなで楽しく遊びましょう～	親子でコマ作りやカルタ遊びなどお正月遊びを楽しみましょう。	★要予約 先着10組
1月 21日 (水) 10:30～12:00	『集まれ！0・1歳のお友だち』 ～みんなで楽しく遊びましょう～	支援センターのお部屋で体操や手遊び、布を使って“ゆき”をテーマに簡単なリトミック遊びを楽しみましょう。	★要予約 先着10組
1月 23日 (金) 10:30～12:00	『絵本サロン』 『ふれあい遊びを楽しもう』 『折り紙であそぼう』	お子様に読み聞かせてあげたい絵本の紹介します。 お母さんと一緒に歌や手遊びを楽しんだり、折り紙製作を楽しみましょう。一年間の成長記録表も作ります。	★要予約 先着10組
1月 30日 (金) 10:30～12:00	『鬼のお面製作』	かわいい鬼のお面を作りましょう。製作後は、豆まきを楽しみましょう！	★要予約 先着10組

**サークル活動日程(10:30～12:00)** メンバーを募集しています。お子さんと一緒に参加してみませんか？

音楽サークル『ナチュラル』	第3・4月曜日(1/19・26) 音楽に関心のあるお母さん大歓迎！！
手芸サークル『ハンドメイドクラブ』	第2・3・4火曜日(1/13・20・27)会員募集中です 講師に神幸代先生を招いて、ステキな小物などを作って楽しめます。
お花サークル『LA・fleur(ラ・フルール)』	第4木曜日(1/22)会員募集中です 講師に白鳥順子先生を招いて生け花を楽しめます。
育児サークル『ほほえみ』☆要予約先着10組	第4水曜日(1/28)うたって踊って親子の触れ合い遊びを楽しもう。 アンパンマンシリーズの指人形を作りましょう。

## ～感染症対策について～

皆さまの健康と安全を守るため、発熱や風邪症状のある方、体調の優れない方は  
ご利用をお控えくださいようご理解とご協力をよろしくお願いします

◎大変ご不便をおかけしておりますが、駐車場の台数に限りがございますのでご了承願います。

★印の活動は人数に限りがございますので、お早めにお電話で申し込みください。

◎各活動は時間厳守でお願いします。来られない場合はお手数ですがご連絡下さい。

◎電話相談：随時(10:00～15:00)

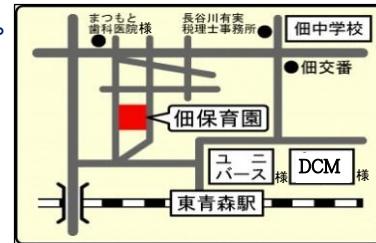
◎来園相談：事前にご連絡の上お越し下さい。

※お手紙やメールでのご相談にも応じます。お気軽にご連絡下さい。



〒030-0964

メールアドレス  
ホームページ



青森市南佃1丁目6番9号

[info@tukuda.ed.jp](mailto:info@tukuda.ed.jp)

<http://www.tukuda.ed.jp>

ヨシヨシ

ヨイクシ

TEL/FAX 017-744-4192