

子育てひろば

open space for childcare

1月10日は児童扶養手当の支給日

離婚や未婚、遺棄などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育している家庭に「児童扶養手当」を支給しています。

1/10(金)は、児童扶養手当の11・12月分の支給日です。転出入、対象児童に増減が生じた(出生、児童の施設入所など)、受給資格がなくなった(子を養育しなくなった、婚姻、異性との同居など)、公的年金を受給できるようになったなどの変更があったときは、速やかに届出しましょう。

令和6年度の「児童扶養手当現況届」が未提出または書類不備のかたは、令和7年1月振込分からの手当が差し止めとなります。必ずご提出ください。

問 子育て支援課(☎017-734-5334)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113)

今月の プラネタリウム投影 スケジュール

★ 星空の時間(約50分)
「オリオン座を解き明かせ!」
時 毎週土曜日
①11:00～ ②13:30～
毎週日曜日・祝日(19日を除く)
13:30～

★ プラネくんと星空さんぽ 絵話「金色の羊の話」 (幼児向け/約40分) 時 毎週日曜日・祝日(19日を除く) 11:00～

平日投影スケジュール

1月は平日投影も行います♪
時 1/8(水)・9(木)
11:00～(プラネくんと星空さんぽ)、13:30～(星空の時間)
備 投影内容は上記と同様

料 160円(障害者手帳提示80円/中学生以下無料)
所 問 中央市民センター(☎017-734-0164)

イベント・講座

マタニティ講座 要予約



① ウェルカムベビー!講座

なるほど!赤ちゃんの世界、Let'sオムツ交換&抱っこ!など
時 1/15(水) 10:00～12:00(9:30～9:50受付)

② 沐浴サロン講座

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～など
時 1/19(日) 10:00～12:00(9:30～9:50受付)

③ お口のケアと食育講座

ママと赤ちゃんを守る歯とお口のケア[講師/歯科医師]、いいこといっぱい!母乳育児(授乳姿勢の体験)など
時 2/5(水) 13:30～15:30(13:00～13:20受付)

所 あおもり親子はぐくみプラザ 人 16組(申込順)
対 本市に住民票がある妊婦と家族 備 母子健康手帳、筆記用具持参
申 問 ①は1/6(月)～10(金)、②は1/14(火)～17(金)、③は1/27(月)～31(金)に、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ

オンラインマタニティ講座 要予約

- ①【沐浴編】 沐浴
②【育児準備編】 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】 早産予防、栄養



市HP

時 1/14(火) ①10:00～10:30 ②10:45～11:15 ③11:30～12:00
対 本市に住民票がある妊婦と家族、「Zoom」を利用できるかた
人 各回5組(申込順)
申 1/10(金)までに、氏名・電話番号・メールアドレス・出産予定日・受講したい講座を、あおもり親子はぐくみプラザ(hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ
問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)

男性管理栄養士による 男性のための離乳食講座「オレの離乳食2024」

生後9～11か月頃の離乳食について、男性管理栄養士の講話と調理実習で学びます。

時 1/25(土) 10:30～12:30(10:00～受付)
所 アピオあおもり1階 調理実習室
対 子育て中のかたやこれから父親となるかた、離乳食に興味のある男性など
人 会場参加20人、オンライン参加90人
備 エプロン、バンダナ、手拭き用のタオル持参
申 1/24(金)までに、申込みフォームから申込み
問 青森中央短期大学 事務局 研究支援・地域連携課(☎017-728-0121、✉csk@aomoricgu.ac.jp)



市民図書館のおはなし会

＊ぴよぴよおはなし会

対 概ね0～3歳の子どもと保護者

1/10(金) 11:00～11:20
1/17(金) 11:00～11:20

1/24(金) 11:00～11:20
1/31(金) 11:00～11:20



＊にこにこおはなし会

対 概ね3歳～小学2年生の子どもと保護者

1/4(土) 14:00～14:20
1/11(土) 14:00～14:20
1/18(土) 14:00～14:20
1/25(土) 14:00～14:20

所 市民図書館7階
児童ライブラリー「おはなしのへや」
内 絵本・紙芝居などの読み聞かせ
問 市民図書館(☎017-776-2455)

市民センターのおはなし会【主催:青森市読書団体連絡会】

油川市民センター

1/11(土)
10:30～11:30
3階 創作活動室

東部市民センター

1/12(日)
11:00～11:30
2階 和室(大)

西部市民センター

1/22(水)
14:00～14:15
1階 和風学習室1

戸山市民センター

1/26(日)
11:00～11:30
1階 和室(小)

大野市民センター

1/26(日)
10:30～11:00
1階 和室(小)

横内市民センター

1/25(土)
10:30～11:00
1階 和室(小)

古川市民センター

1/28(火)
10:30～11:00
1階 和風学習室(A)

対 3歳～小学3年生と保護者、古川市民センターのみ末就学児と保護者
問 市民図書館(☎017-776-2455)

あおもり親子はぐくみプラザ「プレイルーム」

親子(就学前)で楽しく過ごせる場です。妊婦さんも利用できます。予約不要です。

【開設時間】8:30～18:00(土・日、祝日も開館)
(年末年始を除く)

問 あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
(☎017-718-2975)

遊びに来て
みませんか？



つどいの広場「さんぽぽ」

親子(概ね3歳まで)で楽しく過ごせる場です。

【開設時間】9:00～18:00(土・日、祝日は17:00まで)
(年末年始を除く)

問 つどいの広場「さんぽぽ」(駅前庁舎2階)
(☎017-721-4005)

楽しかったね



＊ 子育て講座

あつまれ!わんぱくっこたち

時 1/10(金)10:30～11:30

内 親子で運動遊びとふれあい遊び

対 1歳6か月～概ね3歳の子どもと保護者

よちよち広場

時 1/11(土)10:30～11:30

内 ふれあい遊びや保護者同士の交流

対 0～1歳児の子どもと保護者

おはなし広場

時 1/14(火)10:30～11:30

内 絵本や紙芝居の読み聞かせ

対 0歳～就学前の子どもと保護者

パパと遊ぼう

時 1/26(日)10:30～11:30

内 ふれあい遊びやパパ同士の交流

対 0歳～就学前の子どもと保護者



＊ 子育て講座 対 0～3歳の乳幼児

赤ちゃん待ち合わせ

時 ①1/8(水) ②1/16(木)

10:30～11:15

対 ①生後1～4か月

②生後5～11か月

内 0歳児の育児についての
情報交換と交流の場



転勤族おしゃべり&交流会

時 1/27(月)

10:30～11:15

内 青森に転入した
親子の交流の場

管理栄養士による
離乳食・幼児食講座

時 1/21(火) 10:30～11:30

所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室

内 離乳食初期から幼児食の進め方について

人 15組(申込順)

申 1/4(土)9:00～、「さんぽぽ」へ

おいでよ!

双子ちゃん、みつごちゃん

時 1/29(水) 10:30～11:15

内 双子、三つ子の育児についての情報
交換と交流の場

子どもの発達相談 要予約

お子さんの発達のことで、日頃気になっていることを相談できます。

所 申 問 2日前までに、
あおもり親子はぐくみプラザ
(☎017-718-2975)へ(申込順)

楽しくあそぼ!

対 ことばの遅れなどの発達に心配
のある子ども(1歳～概ね3歳)と
保護者

時 1/8(水)・20(月)10:00～11:00

内 集団あそび

時 1/20(月) 10:00～11:30

内 相談専門員による個別相談

はぐくみ相談

時 1/15(水) 10:00～11:30

内 言語聴覚士による個別相談

対 吃音などことばの心配がある子ど
も(概ね3歳～就学前)と保護者

時 1/30(木) 10:00～11:30

内 相談専門員による個別相談

対 集団生活の困りごとや心配があ
る子ども(概ね3歳～就学前)と保
護者

医師相談

時 1/22(水) 14:00～15:30

内 医師による個別相談

対 発達に心配のある子どもと保護者

1月の子育て相談

〈あおもり親子はぐくみプラザ〉

◆保育士による相談:毎日(年末年始を除く)

8:30～18:00 ☎017-718-2975

◆保健師などによる相談:月～金曜日(祝日を除く)

8:30～18:00 ☎017-718-2983

◆🍲食育相談:1/17(金) 9:30～12:00

申 問 食育相談のみ1週間前までに、
あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ

〈浪岡総合保健福祉センター〉

◆子育て相談:1/9(木)9:30～11:00

◆🗂️ハミガキ相談・🍲食育相談:1/9(木) 10:00～11:00

申 問 前日までに、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ

🗂️ハミガキ相談 要予約

内 仕上げみがきの仕方など
備 歯ブラシ持参

🍲食育相談 要予約

内 離乳食の進め方、妊娠中
の食事など

助産師による心と体のケア相談 要予約

助産師が、妊婦さん・産婦さんの心と体の不調、授乳に関する心配ごとなどの相談に応じます。

時 1/29(水)、2/3(月) 10:00～、11:00～ 所 あおもり親子はぐくみプラザ

対 本市に住民票がある妊婦さんや産婦さんとその赤ちゃん

人 各回1組(申込順)

備 母子健康手帳、乳房相談のかたはバスタオルとフェイスタオル持参

申 問 希望日前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ
(☎017-718-2984/土・日、祝日を除く)へ

駅前庁舎ご来庁の際は
託児をご利用できます

手続などでご来庁の際に、予約不要・
無料で(原則1時間以内)お子さんをお
預かりします。 対 概ね1歳～就学前まで

◆月～金曜日(祝日を除く) 9:00～18:00 ◆土曜日、第2日曜日 9:00～17:00

親子で一緒にいらっしゃ～い
～アコール託児室開放デー!～ 第5弾

おしゃべりタイムにはお茶もご用意しています。お気軽に情報交換しませんか♪昼食を持参すれば、託児室で食べることもできます。

◆同時開催「おもちゃで遊ぼう」10:30～11:30

講師:穴倉千鶴子さん、葛西幸子さん
(青森県子ども家庭支援センター)

身近にある材料で手作りおもちゃを作成し、
みんなで遊びましょう♪グッド・トイアワードに選ば
れたおもちゃの紹介や遊び方なども学べます。

時 1/11(土) 奇数月第2土曜日

開放時間10:00～14:00

(おしゃべりタイム11:30～12:30)

所 働く女性の家「アコール」託児室

対 子どもと保護者 人 8組(当日先着順)

問 働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700)



パチパチならそう♪かえるちゃん



スイスイするぞ!カーリング

青森市子育てひろば 要予約

絵本の読み聞かせや手あそび、ふれあい遊びなど
親子で楽しむ遊びを行います。

時 1/21(火)10:00～11:30

所 しあわせプラザ

対 未就学児とその保護者

人 10組20人程度

申 問 1/20(月)までに、
あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ



療育相談 要予約

小児科医による診察・相談、保健・栄養相談です。

時 1/30(木) 13:00～

所 あおもり親子はぐくみプラザ

対 身体の発育・発達に心配のある乳幼児と保護者など

人 3組(申込順)

申 問 1/23(木)までに、
あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2983)へ

