

# 子育てひろば

open space for childcare



7/19(日) ①10:00~12:00 ②13:00~15:00

## 実験ガールズ2026 ~ドキドキ!わくわく!実験ラボ~

大学生先生のサポートのもと2種類の実験を体験。-196℃の世界、スライムのひみつや不思議で楽しいクッキングを体験!夏休みの自由研究や工作にも役立ちます。

- ①低学年「ひんやり魔法ときらきらスライムの世界」:液体窒素による超低温の世界・いろいろなスライムづくり
- ②高学年「ひんやり魔法とカラフル変身レシピ」:液体窒素による超低温の世界・色が変わる焼きそば・パンケーキ

対 ①小学1~3年生の女子 ②小学4~6年生の女子  
 人 各回20人(申込順)  
 申 事前に、氏名・学年・電話番号を、男女共同参画プラザ「カダール」へ  
 ※Eメールは件名に「実験ガールズ」と記入

8/16(日) 10:00~12:00

## 親子でチャレンジ! シーグラスを使って夏のアート作品に挑戦!

様々な色・形のシーグラスを使って写真立てや世界に一つだけのアート作品を作りましょう!夏休みの工作に役立ちます。後半は「わりばしてっぽう」を作って遊びます。講師:澤田百合子さん

対 小学生と保護者 人 20組(申込順) 料 材料費1000円  
 申 事前に、氏名・学年・電話番号を、男女共同参画プラザ「カダール」へ  
 ※Eメールの場合は件名に「シーグラス」と記入

男女共同参画プラザ「カダール」研修室  
 男女共同参画プラザ「カダール」(☎017-776-8800、  
 ☎017-776-8828、✉kadar-kouza@kadar-acor.jp)

7/19(日)~20(月) 13:00集合、翌日12:00解散

## 親と子のふれあいキャンプ体験

キャンプ初心者の家族を対象にした1泊2日のキャンプ体験会。テント設営・撤収をはじめ、飯ごう炊飯・森林散策・木工体験などを行います。



人 10組 料 大人(中学生以上)3,500円、小学生2,500円、幼児1,000円  
 備 人数分のお米(1人:1合)と着替え、洗面用具、水着(プール利用予定)、バスタオルなどを持参 ※テント・寝袋などの用具はすべて無料レンタルあり。  
 申 7/1(水)9:00~リンクステーションヒルズ雲谷(☎017-764-1110)へ

7/23(木) 【午前の部】10:00~12:00(受付含む)  
【午後の部】13:10~15:10(受付含む)

## 体験してみよう!刑事模擬裁判

本物の法廷で刑事模擬裁判を体験してみませんか?夏休みの自由研究にもおすすめです!



所 青森地方裁判所 申込みフォーム  
 対 小学5・6年生(保護者同伴可) 人 24人(午前・午後各12人/申込順)  
 申 7/1(水)9:00から申込みフォームから申込み、または青森地方裁判所事務局総務課庶務係(☎017-722-5421/土・日・祝日を除く9:00~16:30) ※募集人数を超えた場合は電話あり

7/25(土) 9:00~13:00

## 夏休み親子市場見学体験会

普段は入れない中央卸売市場内の市場冷蔵庫やお魚の水槽、青果低温倉庫やバナナ加工室などを見学。フラワーアレンジメントに挑戦して、きれいにお花を飾ろう!

所 中央卸売市場 対 市内の小学生と保護者 人 10組(2人1組/抽選)  
 申 7/14(火)までに、中央卸売市場管理課(☎017-738-1101)へ

7/25(土) 9:30~12:35(9:00~受付)

## おやこ食育セミナー

親子で一緒に食のことを学びませんか。

所 小学校給食センター(西部工業団地内)  
 内 食育体験、栄養教諭による食育講話、給食試食  
 対 小学生と保護者 人 60人(申込順) ※小学生のみの参加は不可  
 料 1人348円(試食材料費) ※7/8(水)以降のキャンセルは食材発注済みのため料金をお支払いいただくこととなります。  
 備 児童の内履き・はし(保護者用はあり)・筆記用具・飲み物持参。食物アレルギーのあるかたは、申込時にお問合せください。体調不良のかたは参加できません。  
 申 7/1(水)~7(火)に、住所・保護者氏名・児童氏名・学校名・学年・組・電話番号を申込書(市HP掲載)または任意の様式に記入の上、(株)ジーエスエフ(☎017-782-3765、☎017-766-7203、✉shogaku-kyushoku@city.aomori.aomori.jp)へ

8/9(日) 9:00~12:00

## 親子で楽しむ 「窯焼きピザ作り体験講座」

ピザ生地から作り、お持ちいただいた具材をトッピングし、石窯で焼き上げてオリジナルピザを作ります。ピザ生地発酵時間に、棒パン焼きも楽しめます。講師:米坂恵子さん

所 浪岡細野山の家 対 小学生~高校生のお子さんと保護者 人 8組(申込順)  
 料 1,000円(ピザ1枚) 備 エプロン・三角巾・お好みの具材(トッピング用)持参  
 申 7/25(土)~31(金)9:00~17:00に、浪岡細野山の家(☎0172-62-3129)へ

8/14(金) 開会式9:45~、競技開始10:00~

## 溪流魚手づかみ大会

プールに放流された溪流魚のつかみ取りにチャレンジ!

所 浪岡中央公民館駐車場 対 中学生以下 人 360人(申込順)  
 料 1人1,300円 備 雨天決行、軍手・ビーチサンダルまたは靴持参  
 申 7/15(水)~8/7(金)に、青森市浪岡商工会(☎0172-62-2511)へ



8/17(月)~19(水) ①10:00~11:25 ②13:30~14:55(全6回)

## 祝!青森支店開設80周年 にちぎん夏休み親子見学会

お金のクイズ、お札の偽造防止技術体験など。詳しくは、日本銀行青森支店HPをご覧ください。

所 日本銀行青森支店 対 小学生とその保護者 人 各12組(申込順)  
 申 参加希望日前日の午前中までに、参加者氏名・希望日時を日本銀行青森支店(✉aomori@boj.or.jp)へ  
 問 日本銀行青森支店(☎017-734-9516)



7/22(水)~8/23(日) 9:00~17:00

## 夏休み特別企画「昆虫標本と写真展」

県内と世界のクワガタムシ、カブトムシ、蝶などの標本と写真を展示します。

対 一般250円、高校生・大学生130円(中学生以下・70歳以上は無料)  
 所 森林博物館(☎017-766-7800)



### 7/10は児童扶養手当の支給日

市では、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。7/10(金)は、児童扶養手当の5・6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7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8年1月振込分からの手当が差し止めとなっています。必ずご提出ください。

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

### 子ども医療費助成・ひとり親家庭等医療費助成

助成を受けるためには事前の申請が必要です。現在、助成を受けており、資格要件を満たしているかたには、新しい医療証または受給資格証を7月末までに郵送します。

※子ども医療費助成の新規申請については、オンライン申請が可能です。

#### ◆子ども医療費助成の対象者

本市に住所があり、各種健康保険に加入している高校生等までの子ども  
※高校生等:高校在学中か否かを問わず、高校の就学期にある者で、現に保護者に監護されている未婚の者。

#### ◆ひとり親家庭等医療費助成の対象者

本市に住所があり、各種健康保険に加入している  
・ひとり親家庭の父または母及び子ども  
・父母のどちらかが重度心身障がい者である家庭の障がい者ではない父または母及び子ども  
・父母のいない子ども  
※子どもは18歳までの未婚者に限る ※所得制限などの要件あり

☎国保医療年金課(☎017-734-5345)  
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1153)

### 令和8年度 子どもの居場所づくり・学習応援事業 参加者募集中! 要予約

教員経験者などのスタッフが、学習応援(学習用デジタル教材も利用可能)や相談対応などを行うほか、仲間と出会い、交流の場となるようサポートします。見学もできます。詳しくはお問合せください。

☎R9.3/31まで 月~金曜日16:30~19:30(利用する曜日と時間はスタッフとの相談により決定、毎日の利用でも特定の日だけの利用でも可)

☎JR青森駅から徒歩10分  
☎市内在住のひとり親家庭、生活保護受給世帯、就学援助受給世帯の中学生  
☎40人(申込順)

☎無料(体験活動などは、一部自己負担が発生する場合があります)  
☎申込書と同意書(担当課に備付け、市HP掲載)を  
〒030-0801 新町一丁目3-7 こども・若者政策課  
または、〒038-1392 浪岡大字浪岡字稲村101-1 浪岡振興部健康福祉課へ。  
電子申請でも提出できます。

☎こども・若者政策課(☎017-734-5320) ID1003966



電子申請サービス

### 子育て家族交流会 ~ペアレントメンターと集う会~

「子どもとの関わり方」をテーマに、簡単な学習会を行った後、お茶を飲みながら子育ての悩みや喜びについて話し合います。先輩お母さんであるペアレントメンターさんも同席しますので、経験を踏まえたお話が聞けるかもしれません。個別面談の機会も準備しています。

☎7/16(木)10:00~12:00 ☎アピオあおもり 小研修室1  
☎発達障がいもしくはその傾向のあるお子さんのご家族  
☎青森県発達障がい者支援センター「ステップ」  
(☎017-777-8201、☎aoshien6@adagio.ocn.ne.jp)

### マタニティ講座 要予約



#### ★ 沐浴サロン講座

沐浴体験~赤ちゃんはお風呂が大好き~、産後の生活についてイメージしよう!、ちょっと教えて助産師相談

☎時 7/26(日)13:30~15:30(13:00~13:20受付)  
☎所 あおもり親子はぐくみプラザ ☎本市に住民票がある妊婦とそのご家族  
☎人 16組(申込順) ☎備 母子健康手帳・筆記用具持参  
☎問 7/21(火)~24(金)に、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ

### ファミリー講座 要予約

★未来を広げる選択肢~公立・私立・不登校等特認校それぞれのいいところ~  
子どもの学習環境や中学校進学で悩んでいる保護者が、進路選びの不安を解消する機会とします。

☎講師:青森市教育委員会・青森明の星中学校・青森山田中学校  
☎時 7/2(木)10:00~12:00 ☎所 西部市民センター  
☎対 就学している子どもの保護者 ☎人30人(申込順)  
☎申 事前に、申込みフォームから申込み、または青森市子育てサポートセンター(☎017-774-6537/火曜日10:00~13:00または留守電受付)へ  
☎問 青森市子育てサポートセンター(☎☎017-774-6537、☎aamorishi-saposen@arion.ocn.ne.jp)または、文化学習活動推進課(☎017-718-1384)



### 市民図書館のおはなし会

#### ★ ぴよぴよおはなし会

☎時 7/3・10・17・24・31(金)  
11:00~11:20  
☎対 おおむね0~3歳と保護者

#### ★ にこにこおはなし会

☎時 7/4・11・18・25(土)  
14:00~14:20  
☎対 おおむね3歳~小学2年生と保護者

☎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)

### 古川市民センターのおはなし会 【主催:青森市読書団体連絡会】

☎時 7/12(日)13:30~14:00 ☎所 古川市民センター  
☎内 絵本・紙芝居などの読み聞かせ  
☎問 市民図書館(☎017-776-2455)

### 風のはこんだおはなし会【主催:青森市読書団体連絡会】



古川市民センター  
7/22(水)  
13:30~14:15  
1階 和風学習室(A)

西部市民センター  
7/22(水)  
14:00~14:30  
1階 和風学習室1

油川市民センター  
7/25(土)  
10:30~11:30  
3階 創作活動室

☎市民図書館(☎017-776-2455)

### 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)  
「銀河鉄道の夜」の旅

☎時 毎週土曜日  
①11:00~ ②13:30~  
毎週日曜日・祝日(19日を除く)  
13:30~

★ プラネくと星空さんぽ(幼児向け/約40分)  
絵話「王女アリアドネのかんむり」

☎時 毎週日曜日・祝日(19日を除く)11:00~

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

### 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。妊婦さんでもご利用できます。予約不要です。【開設時間】8:30~18:00(土・日、祝日も開館)

問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975) ID1003494

#### 季節の講座

#### よちよち広場

時 7/11(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



このほかにも楽しい子育て講座があります。日程は、市HPをご覧ください。

### 地域子育て支援センター

親子(おおむね3歳まで)で楽しく過ごせる場です。市内に6か所あります。

【開設日】月~土曜日(祝日、年末年始を除く)

開設時間、子育て講座の日程・内容は、市HPまたは各地域子育て支援センターでご確認ください。



問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975) ID1003494

### つどいの広場「さんぽぽ」

親子(おおむね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/12/29~1/3は休み)

問 つどいの広場「さんぽぽ」(駅前庁舎2階)(☎017-721-4005) ID1003494

#### 子育て講座

#### ねぶた祭りごっこを親子で楽しもう 要予約

時 7/22(水)10:30~11:15  
内 折り紙で金魚ねぶたを作りながら、ねぶたの衣装や楽器にふれてみましょう

対 0歳~3歳11か月のお子さんと保護者 人 7組(申込順)

申 7/1(水)9:00~「さんぽぽ」へ



このほかにも楽しい子育て講座があります。日程は、市HPをご覧ください。

#### 駅前庁舎ご来庁の際は

手続などご来庁の際に、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。

#### 託児をご利用できます

対 おおむね1歳~就学前まで

◆月~金曜日(祝日を除く)10:00~17:00

### 子どもの発達相談 要予約

お子さんの発達のこと、日頃気になっていることを相談できます。

所申問 7/31(金)8:30~  
あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ(申込順)

#### はぐくみ相談

時 8/5(水)・19(水)10:00~11:30

内 言語聴覚士による個別相談  
対 発音や吃音などことばの心配がある子ども(おおむね3歳~就学前)と保護者

時 8/24(月)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(おおむね3歳~就学前)と保護者

#### 医師相談

時 8/19(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(就学前)と保護者

#### 楽しくあそび!

対 ことばの遅れなどの発達に心配のある子ども(1歳~おおむね3歳)と保護者

時 8/4(火)・20(木)10:00~11:00

内 集団あそび

時 8/20(木)10:00~11:30

内 相談専門員による個別相談

### 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 ①7/21(火) ②8/3(月) ①②ともに10:00~、11:00~

所 あおもり親子はぐくみプラザ

対 本市に住み票がある妊婦さん・産婦さんとその赤ちゃん

人 各日各回ともに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 ①は7/17(金)、②は7/31(金)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



### ひきこもりに関する勉強会

講話:事例から学ぶ~働くための一歩~

講師:あおもり若者サポートステーション職員

時 7/18(土)13:00~13:45 所 しあわせプラザ

対 ひきこもり問題を抱えるご家族や支援者のかた

問 子ども・若者支援地域協議会事務局(こども・若者政策課内 ☎017-718-3467)

### 7月の子育て相談の日程

#### 〈あおもり親子はぐくみプラザ〉

◆保育士による相談:毎日 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:7/13(月)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(☎017-718-2983)へ

#### 〈浪岡総合保健福祉センター〉

◆子育て相談:7/9(木)9:30~11:00

◆ハミガキ相談・食育相談:7/9(木)10:00~11:00

申問 いずれも1週間前までに、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

### 子ども・若者支援相談会 要予約

精神保健福祉士などによるアドバイス、関係機関の紹介をします。

時 7/18(土)14:00~17:00 所 しあわせプラザ

対 ひきこもり問題を抱えるご家族や支援者のかた

申問 7/15(水)までに、

子ども・若者支援地域協議会事務局(こども・若者政策課内 ☎017-718-3467)へ

### おさがり会&みんなの遊び場

着る期間がとても短い子ども服を無償で提供していただき、その時期に必要な洋服を格安で販売します。また、段ボールにお絵描きや空き箱を使った工作などができるみんなの遊び場も同時開催!

時 7/5(日)11:00~15:00 所 ゆ~さ浅虫 本館3階エレベーター前

問 道の駅浅虫温泉「ゆ~さ浅虫」(☎017-737-5151)

### 青森市子育てひろば 要予約

親子で楽しむ手遊び、ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなどを行います。保育士と青森市子育て応援隊と一緒に遊びましょう。

#### 横内市民センター

時 7/10(金)10:00~11:30 人 10組

申問 7/9(木)までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ

#### 荒川市民センター

時 7/29(水)10:00~11:30 人 10組

申問 7/28(火)までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ

### 国スポ大会正式競技! 要予約

#### ゴルフはじめの一歩「スナッグゴルフ大会」

ゴルフを経験したことのないお子さんでも楽しく体験でき、ゴルフの基本を学ぶことができます。講師:雪田悦子さん(プロゴルファー)

時 8/9(日)9:30~11:00 所 新青森県総合運動公園 多目的運動場 対 小・中学生

人 20人 料 500円(保険料含む) 備 着替え・タオル・飲み物など持参(用具は無料で貸出し)

申問 7/13(月)~31(金)に、氏名・年齢(学年)・電話番号(連絡先)を、青森県ゴルフ連盟(☎017-718-8335、☎017-718-1028、✉aomori@tga.gr.jp)へ