



# マタニティ講座

☎あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984)

## ①ウェルカムベビー！講座

☎4月23日(日) 10:00~12:00 (受付9:30~)  
☎なるほど！赤ちゃんの世界、Let's オムツ交換&抱っこ！ほか

## ②お口のケアと食育講座

☎4月26日(水) 13:30~15:30 (受付13:00~)  
☎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 ほか

## ①②いずれも

☎あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
☎本市に住民票がある妊婦とご家族  
☎入料各12組 (申込順) / 無料  
☎母子健康手帳、筆記用具持参  
☎4月17日(月)~21日(金)に、電話で、あおもり親子はぐくみプラザへ

## オンライン講座

①沐浴編 ☎4月12日(水) 10:00~10:30

☎沐浴

②育児準備編 ☎4月12日(水) 10:45~11:15

☎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 ☎4月12日(水) 11:30~12:00

☎早産予防、栄養

## ①~③いずれも

☎☎☎入料本市に住民票がある妊婦とご家族。パソコン、スマートフォン、タブレットのいずれかで「Zoom」を利用できるかた/各5組(申込順)/無料  
☎前日までに、氏名・電話番号・Eメールアドレス・出産予定日・受講希望講座を、Eメールで、あおもり親子はぐくみプラザ(☎hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ



## 医師による不妊専門相談

☎4月27日(木) 13:15~14:00  
☎対象者には別途お知らせします  
☎入料 2組 (申込順) / 無料  
☎☎4月20日(木)までに、電話で、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984) へ



## 定期予防接種のお知らせ

子どもの定期予防接種は、感染症にかかりやすい年齢などをもとに接種期間が決められています。特に、赤ちゃんの予防接種を遅らせると、免疫がつくのが遅れ、重い感染症にかかるリスクが高まりますので、予定どおり受けましょう。里帰り出産等の理由により、市の指定医療機関で接種できない場合は、市外の医療機関で受けられる制度がありますので、ご希望の場合は必ず事前にお問合せください。詳細は市ホームページでご確認ください。

☎あおもり親子はぐくみプラザ

(☎017-718-2986)

浪岡振興部健康福祉課

(☎0172-62-1114)

[詳しくはこちら▶](#)



## 4月の子育て相談等の日程

子育て相談 ☎入料妊産婦と子育て中のかた/無料

- ◆あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
保育士による相談…毎日(年末年始除く)  
8:30~18:00 (予約不要) (☎017-718-2975)  
保健師等による相談…月~金曜日(祝日、年末年始除く)  
8:30~18:00 (予約不要) (☎017-718-2983)
- ◆浪岡総合保健福祉センター  
4/6(木) 9:30~11:00 (前日までに電話予約)

ハミガキ相談 (歯ブラシ持参) 仕上げみがきの仕方、親子ふれあい遊び、絵本など	あおもり親子はぐくみプラザ 4/10(月) (要予約) 9:30~12:00 【対象】 妊産婦と子育て中のかた
--	---

### 【申込み・問合せ】

- ・あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2975)  
…1週間前までに電話予約
- ・浪岡総合保健福祉センター…前日までに、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114) へ電話予約

## \*HPV(子宮頸がん予防)ワクチン接種について

令和5年4月1日から、定期接種において9価HPVワクチンが無料で接種できるようになりました。また、平成9年4月2日~平成19年4月1日に生まれた女性で、HPVワクチン接種を3回受けていないかたは、令和7年3月末まで定期接種として無料で接種することができます。

## \*HPV(子宮頸がん予防)ワクチンを任意接種したかたへの接種費用償還払いについて

HPVワクチンを定期接種の年齢(小学6年生~高校1年生相当)を過ぎてから令和4年3月末までに自費で接種を受けたかたへ、接種費用の償還払いを行っています。

償還払いについて詳しくは、[こちら](#)でご確認ください▶





## あおもり親子はぐくみプラザプレイルームの講座・発達相談 つどいの広場「さんぽぽ」4月のイベント案内

※ご利用の際は電話予約が必要になります。詳しくはお問合せください。☎無料

### ★あおもり親子はぐくみプラザ

〔プレイルーム開館時間〕 8:30～18:00(土・日、祝日も開館)

講座(電話予約)	開催日時	対象
よちよち広場 ～えがお みつけた～	4/8(土) 10:00～11:00	0歳～1歳児の 子どもと保護者
あつまれ！わん ぱくこたち ～体をいっぱい動かして 親子でリフレッシュ～	4/13(木) 10:00～11:00	1歳6か月～概 ね3歳の子とも と保護者
ふたごちゃん みつごちゃんと 一緒にあそぼう	4/16(日) 10:00～11:00	多胎児と保護者
おはなし広場 ～おはなし でてこい～	4/18(火) 10:00～11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者
パパと遊ぼう ～パパだいすき～	4/23(日) 10:00～11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者

※いずれも5組(申込順)

### ▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「楽しくあ・そ・ぽ！」 ことば等の発達に心配のあるお子さんと 保護者を対象とした集団あそびや相談専 門員による個別相談	4/12(水)・26(水) 10:00～11:30 1歳～概ね3歳
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや構音・吃音などこ とばの心配ごとがあるお子さんと保護者 を対象とした相談専門員による個別相談	4/12(水)・17(月) 10:00～11:30 概ね3歳～就学前
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	4/19(水) 14:00～15:30

※いずれも2日前までに要予約

### 甲冑あおもり親子はぐくみプラザ

(佃二丁目 元気プラザ内、☎017-718-2975)へ

### ～元気プラザへお越しの際は、託児をご利用できます～

手続などでお越しの際に、無料で(原則1時間以内)  
お子さんをお預かりします。

☎8:30～18:00(月～金曜日)

☎満1歳から就学前まで

### ★つどいの広場「さんぽぽ」

〔開館時間〕 9:00～18:00(土・日、祝日は17:00まで)

イベント	日時・備考
赤ちゃん待ち合わせ (0歳児の育児についての情報交換 と交流の場)	4/12(水)…1～4か月、 4/18(火)…5～8か月 4/26(水)…9～11か月 いずれも10:30～11:15 各5組(申込順)
初めてのさんぽぽ (プレママプレパパ・初めてご利用 するかた・妊婦さん楽しく交流しま しょう)	4/15(土) 10:30～11:15 5組(申込順)
わらべうたと手遊び (わらべうたを唄いながら親子で楽 しくふれあいましょう)	4/21(金) 10:30～11:00 7組(申込順)
転勤族のママあつまれ～ (青森に転入された親子の交流の場)	4/24(月) 10:30～11:15 7組(申込順)



所 駅前庁舎2階

対 0歳～3歳の乳幼児

申 4月1日(土)9:00から電話で、つどいの広場

「さんぽぽ」(☎017-721-4005)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。

☎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

☎概ね1歳から就学前まで



## 小児慢性特定疾病児童等の 相談を受け付けています

お子さんの疾病に関する不安や、  
在宅療養中の心配など、お気軽に  
ご相談ください。

☎ 自立支援員や保健師による家庭訪問  
や電話、来所面談での相談支援

☎ 無料

所 甲冑あおもり親子はぐくみプラザ

(☎017-718-2983)へ

あおもり親子はぐくみプラザ 伊藤



## 音訳奉仕員養成講習会

☎ 6月7日～10月11日の毎週水曜日(全17回) 13:00～  
16:00 ※8月2日・16日を除く

所 青森県視覚障害者情報センター

☎ 視覚障害者福祉概論、声の図書の知識 ほか

☎ 対 入料市内または近隣市町村に居住し、高校卒業程度の  
学力を有するかた。Windows10以上のパソコンを所  
有し、基本操作ができるかた。/5人程度/無料

申 5月8日(月)までに、青森県視覚障害者情報セン  
ター(☎017-782-7799)へ