



情報誌

ぽっけ!

第13号 令和5年4月発行

- 発行元：あおもり親子はぐくみプラザ
- 住所：青森市佃二丁目19番13号
- 電話：017-718-2975

子どもの 発達相談

成長過程において
発達が気になるお子さんと
保護者の方を対象に
個別相談を行っています。

《楽しくあ・そ・ぼ!》

対象：ことば等の発達に心配のある
お子さんと保護者

4月12日(水)・26日(水)
5月10日(水)・31日(水)
6月14日(水)・28日(水)

10:00~11:30

《医師相談》

対象：「ことばが遅い気がする」
「落ち着きがない」等、
発達が気になるお子さん
と保護者

4月19日(水)
5月17日(水)
6月21日(水)

14:00~15:30

《はぐくみ相談》

対象：集団生活の困りごとや構音・吃音など
のことばの心配ごとがあるお子さんと
保護者

4月12日(水)・17日(月)
5月10日(水)・15日(月)
6月12日(月)・14日(水)

10:00~11:30

※子どもの発達相談を希望
される方は、2日前まで
に予約が必要です。

講座の紹介



《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

4月23日(日)
5月28日(日)
6月25日(日)

《よちよち広場》

保育士がふれあい遊びや、
うた遊びなどを紹介します。
対象：0歳~1歳のお子さん

4月8日(土)
5月13日(土)
6月10日(土)

《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

4月18日(火)
5月16日(火)
6月20日(火)

《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

4月16日(日)
6月24日(土)

《あつまれわんぱくっこたち》

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歳児と保護者

4月13日(木)
5月11日(木)
6月8日(木)

《季節の講座》

対象：0歳~就学前のお子さん
5月2日(火) こどもの日
《保育所(園)等の入所案内》
6月5日(月)
申し込み手続き等の情報提供をします

《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

4月10日(月) 9:30~12:00
6月12日(月)

《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

5月8日(月) 9:30~12:00

1週間前までに
予約が必要です



《子育てに関する相談》

★寝かしつけ、食事のしかた、イヤイヤ期の対応など子育てに関する悩み等の相談に保育士が応じます。
毎日(年末年始を除く)8:30~18:00 ☎017-718-2975

『早寝・早起き・朝ごはん』に
プラスして身につけたい習慣

～春を機に始めてみませんか～

あいさつ

人とつながる基本です。まずはお家の人が元気に心をこめて交わしましょう。

大人と一緒に片付けをして、きれい＝気持ちいい、と実感することが大切です。

かたづけ

きがえ

子どもが「自分でやりたい」と言い始めたらスタート！うまくいかない時に手助けをして「できた！」の喜びから始めてみましょう。

遊びを取り入れたり、音楽やタイマーなどを活用したりするのも効果的です。

あおもり親子はぐくみプラザ 保育士より

♪たのしいわらべうた

「わらべうた」とは、昔から子どもたちが遊びなどの日常生活で口伝えに歌い継いできた歌のことを言います。

♪『げんこつやまのためきさん』

♪『おべんとうばこのうた』などです。

—小さい子ども遊べる『だるまさん』を紹介しませ—

① だるまさん だるまさん

にらめっこしましょ わらうとまけよ

あぐらをかいた足の間に子どもを
座らせて歌に合わせて左右に揺れる

② あっ びっ びっ～

抱きかかえたまま
ゆっくり後ろに倒れる



わらべうたは優しくふれ合ったりくすぐりあったり、抱きしめたりすることが多いので必然的にふれあいの時間が生まれます。

お子さんと言葉と心のキャッチボールを楽しむことで素敵な笑顔に触れ合えますよ。

あおもり親子はぐくみプラザのHP も見てね！

〈アクセス方法〉 青森市 HP

- 子ども・教育
- 子育て支援
- 子育て親子の支援
- 子育て情報



さんぽで春をみつけに行こう！

春はわくわく心躍る季節。雪国では、満開の花はまだでも自然は確実にあたたかい春に向かっていきます。そんな「春」をみつけに…

～五感を使って春を感じるって素敵～

視覚

花の色、芽吹いたばかりの葉の色などを見よう。子ども達の色彩感覚を養うことにつながるね。

聴覚

鳥の鳴き声、風の音などに家族みんなで耳を傾けてみよう。どんな音が聞こえたか発見するのも楽しいよ。

触覚

遊具や石、草花などに触れてみよう。手の平からどんな感覚が伝わってくるか触り心地や温度の違いがわかるかな。

嗅覚

草花の香りを嗅いでみよう。どんな香りがしたか思い思いの言葉で言ってみよう。

味覚

散歩帰りに買ってきた旬の果物や野菜に触れたり、その食材で作った食事を一緒にいただく。いろいろな味を感じ、「おいしかった」の体験を味わおう。

移り変わる季節に触れることは、様々な感動と多くの発見があります！

子ども達の感性を育む為にもたくさんの「気づき」の機会を作ってあげましょう！

手作りタンバリンの作り方

(牛乳パック)

① 牛乳パックを幅 3 cm に切ったものを、6 個分用意します。

② 四角形の 1 カ所を切って、三角形を 6 個作ります。

③ 6 個のうち 2 個の中に鈴を入れて、紙で両面に蓋をします。

④ 三角形 6 個をテープや両面テープ等でつけて六角形を作り、タンバリンの出来上がり！

