



情報誌

ぽっけ!

第17号 令和6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
個別相談等を行っています。

《楽しくあ・そ・ほ!》

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 8日(月)・25日(木)
5月 7日(火)・20日(月)
6月 10日(月)・26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 17日(水)
5月 15日(水)
6月 19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 10日(水)・15日(月)
5月 22日(水)・29日(水)
6月 12日(水)・17日(月)

10:00~11:30

※発達相談を希望される方は、予
約が必要です。あおもり親子はぐ
くみプラザまでお問合せくださ
い。



《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 17日(水)
6月 14日(金)

9:30~12:00

1週間前までに
予約が必要です

《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 9日(木)

講座の紹介

講座の開始時間は
10:30~になりました。
予約は不要です。



《よちよち広場》

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 13日(土)
5月 11日(土)
6月 8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 23日(火)
5月 21日(火)
6月 18日(火)

《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 28日(日)
5月 26日(日)
6月 23日(日)

《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 19日(金)
5月 17日(金)
6月 21日(金)

《こどもの日》

対象：0歳~就学前のお子さん
5月 5日(日)

《保育所(園)等の入所案内》

対象：0歳~就学前のお子さん
6月 28日(金)
申し込み手続き等の
情報をお伝えします。

《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



あおもり親子はぐくみプラザのフレイルームってどんなところ？

フレイルーム

内 容：子育て相談・子育てに関する情報提供
親子交流の場

対 象：0歳～就学前のお子さん及びその兄弟
と保護者

開設時間：毎日 8:30～18:00
年末年始を除く

利 用 料：無料

託 児

内 容：元気プラザに相談や手続き等のため来庁
した方を対象に託児をします。

対 象：満1歳～就学前のお子さん

開設時間：月～金 8:30～18:00
祝日・年末年始を除く

利 用 料：無料

利用時間：原則1時間以内

こんなおもちゃが
あります！



ボールプールやおままごと、
赤ちゃんがねんねして遊ぶコ
ーナー、手作りおもちゃもあ
ります。木の絵本コーナーも
とっても落ち着きますよ。

授乳・オムツ交換のお部屋も
あります。
身長・体重も測れます。



お子さんの誕生月に記念写真を
撮りませんか？
毎月第2・4金曜日、第3土曜日
に誕生日用プレートを出して
います。
お気軽にお声がけください。



「断乳」について

ママの体調などママの意思で授乳を止めることを「断乳」と言いますが、急に授乳回数を減らすと、赤ちゃんの気持ちも不安定になりやすいため、少しずつ減らしていきましょう。乳房の張りが強く痛みを伴う場合は、少し楽になる程度に搾乳します。搾りすぎると乳房の刺激となり張りやすくなりますので注意しましょう。離乳食を開始している場合は、離乳食後の授乳から減らしていくとスムーズに進みます。授乳を減らした分スキンシップやコミュニケーションを十分とり、無理なくすすめましょう。



親子はぐくみプラザ 助産師より



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

