



## 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」5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。

### ★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
あつまれ!わんぱくこたち ~体をいっぱい動かしてリフレッシュ!~	5/12(木) 10:00~11:00	1歳6か月~3歳 の子どもと保護者
よちよち広場 ~えがお みつけた~	5/14(土) 10:00~11:00	0歳~1歳児の 子どもと保護者
おはなし広場 ~おはなし でてこい~	5/17(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!~	5/29(日) 10:00~11:00	0歳~就学前の 子どもと保護者

### ▼子どもの発達相談

相談内容	開催日時・対象
◆「はぐくみ相談」 集団生活の困りごとや就学に向けての心配ごとがあるお子さんと保護者を対象とした専門相談員による個別相談	5/9(月) 10:00~11:30 概ね3歳~就学前
◆「楽しくあ・そ・ぼ!」 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相談専門員による個別相談	5/11(水)・26(木) 10:00~11:40 1歳~3歳未満
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	5/18(水) 13:30~15:30

※いずれも2日前までに要予約

### ☎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
来いへえ~さんぽぽ ~妊婦さんのおしゃべりの会~ (妊婦さん同士楽しくおしゃべりしましょう)	5/7(土) 10:30~11:15 5組(申込順)
青森県出身のママあつまれ~ (青森県出身のママ同士おしゃべりしましょう)	5/10(火) 10:30~11:15 5組(申込順)
おいでよ!双子ちゃん、みつ ごちゃん(双子、三つ子の育児に ついて情報交換と交流の場)	5/13(金) 14:00~14:45 4組(申込順)
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)	5/17(火) 13:15~14:00(1 ~4か月)、5/23(月) 10:30 ~11:15(5~11か月) 各5組(申込順)
親子で体を動かそう! (さんぽぽスタッフと遊びましょう)	5/20(金) 10:30~11:15 5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)	5/27(金) 10:30~11:15 7組(申込順)

☎所 駅前庁舎2階/0歳~3歳の乳幼児

☎申 イベントの申込みは5月1日(日)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。

☎時 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

☎対 概ね1歳から就学前まで



## つつが虫病にご注意を

☎感染症対策課(☎017-765-5282)

つつが虫病は、ウイルスを保有するツツガムシ(ダニの一種)に刺されることで感染します。5~14日の潜伏期の後に、全身倦怠感、食欲不振とともに頭痛、悪寒、発熱などの症状が現れます。人から人には感染しません。ツツガムシは、山林、河川敷などに広く分布しています。行楽などで山や草むらなどに入るときは次のことに注意しましょう。

- ・長袖、長ズボン、帽子、手袋などを着用し、肌を出さないようにする。
- ・シャツやズボンの裾は外に出さない。・草の上に直接座ったり、寝転んだりしない。
- ・帰宅後はすみやかに入浴し、体をよく洗う。・衣服はすみやかに洗濯をする。
- ・ダニにかまれた場合は、無理に引き抜こうとせず、皮膚科などの医療機関で処置をしてもらいましょう。



## マタニティ講座

問あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984)

### ①沐浴サロン講座

時 5月14日(土) 10:00~12:00 (9:30~受付)  
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
 因 因 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/12組 (申込順)

### ②シミュレーション講座

時 5月25日(水) 10:00~12:00 (9:30~受付)  
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
 因 因 もしもに備えて赤ちゃんの応急手当 [講師/消防職員] など/12組 (申込順)

### ③ウェルカムベビー! 講座

時 5月29日(日) 10:00~12:00 (9:30~受付)  
 所 浪岡総合保健福祉センター  
 因 因 なるほど! 赤ちゃんの世界、沐浴体験~赤ちゃんはお風呂が大好き~ など/8組 (申込順)

### ①~③いずれも

因 本市に住民票がある妊婦とご家族  
 備 母子健康手帳、筆記用具持参  
 申 ①は5月9日(月)~13日(金)に、②は5月16日(月)~20日(金)に電話で、あおもり親子はぐくみプラザへ。③は5月23日(月)~27日(金)に電話で、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114) へ。

## オンライン講座

- ①沐浴編 時 5月18日(水) 10:00~10:30/沐浴
- ②育児準備編 時 5月18日(水) 10:45~11:15  
 因 オムツ交換、抱っこ仕方、新生児の特徴
- ③マタニティライフ編 時 5月18日(水) 11:30~12:00  
 因 早産予防、栄養

### ①~③いずれも、

因 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 (データ通信料は利用者負担)/各5組 (申込順)  
 申 5月17日(火)までに、電話またはEメールで、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、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

時 5月25日(水) 13:30~14:30/対象者には別途お知らせします/2組 (申込順)  
 申 5月18日(水)までに、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984) へ



## 療育相談

時 5月26日(木) 13:00~  
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
 因 因 小児科医による診察・相談、保健・栄養相談/身体の発育・発達に心配のある乳幼児等と保護者/3組 (申込順)  
 申 5月19日(木)までに、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2983) へ



## 医師による健康教室・健康相談

時 5月18日(水) 健康教室13:00~14:00、健康相談14:00~15:00/元気プラザ  
 因 工藤健さん (おきだてハートクリニック院長) による講話「コロナ禍の今こそ禁煙を!」  
 因 健康教室は30人 (申込順)、健康相談は4組 (申込順)  
 料 無料  
 申 5月11日(水)までに、健康づくり推進課 (☎017-718-2942) へ

参加の際は、マスクの着用をお願いします



## 5月の助産師による心と体のケア相談

時 5月9日(月)・23日(月)  
 いずれも①10:00~②11:00~  
 所 あおもり親子はぐくみプラザ (元気プラザ内)  
 因 妊婦さん・産婦さんの心や体の不調、授乳などに関する心配ごとに、助産師が相談に応じます (要予約)  
 因 本市に住民票のある妊婦さんや産婦さんとその赤ちゃん  
 因 各日①・②ともに1組 (申込順)  
 備 母子健康手帳、乳房の相談のかたはバスタオル及びフェイスタオル持参  
 申 希望日の前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2984) へ

