

ご利用ください「こころの相談窓口・こころの体温計」



ひとりで悩まず、まずはご相談ください！

こころの相談窓口

☎017-718-3434

8:30~18:00

(土・日、祝日、年末年始を除く)

電話番号が
変更になり
ました！

1分でできるストレスチェックを してみませんか？ こころの体温計

簡単な質問に答えることで、自身のストレス状況や落ち込み度を8つのメニューから確認できます。ぜひご利用ください。

【チェックメニュー】本人モード、家族モード、赤ちゃんママモード、ストレス対処タイプテスト、アルコールチェック、こころのエンジン、大切な人を亡くされたあなたへ、いじめのサイン



☎無料（通信費自己負担）

☎保健予防課（☎017-765-5285）

▲こちらをチェック



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」8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
季節の講座 ～伝統行事郷土の祭りを 親子で楽しもう～	8/3(水) 10:00~11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者
よちよち広場 ～えがお みつけた～	8/13(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～	8/16(火) 10:00~11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者
あつまれ！わん ぱくこたち ～体をいっばい動かして 親子でリフレッシュ～	8/18(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 一緒に遊ぼう！	8/24(水) 10:00~11:00	多胎児と保護者
パパと遊ぼう ～ひだいすき～	8/28(日) 10:00~11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者

※いずれも7組（申込順）

▼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相談専門員による個別相談	8/8(月) 10:00~11:30 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集団あそびや相談専門員による個別相談	8/10(水)・25(木) 10:00~11:30 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	8/17(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

★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
わいわいふれあいあそび (親子でスキンシップをとりながら 楽しい時間を過ごしましょう)	8/4(木) 10:30~11:15 1~3歳と保護者7組(申込順) / 講師:高橋多恵子さん(青森明の星短期大学 子ども福祉 未来学科 准教授)※男女共同参画 プラザ「カダール」研修室で開催
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)	8/5(金) 10:30~11:15 7組(申込順)
出会いひろば (プレママプレパパ・初めてご利用す るかた同士楽しく交流しましょう)	8/6(土) 10:30~11:15 5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)	8/8(月) 13:15~14:00(1~ 4か月)、8/16(火) 10:30~ 11:15(5~8か月)、8/22 (月) 10:30~11:15(9~11か 月) 各5組(申込順)

所 駅駅前庁舎2階 / 0歳～3歳の乳幼児

申 週イベントの申込みは8月1日(月) 9:00から電話で、
つどいの広場「さんぽぽ」(☎017-721-4005) へ



あおもり親子はぐくみプラザスタッフ

