



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」3月のイベント案内

料無料

★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
①よちよち広場 ～ふれあい遊びや保護者同士の交流～	3/9(土) 10:00～11:00	0歳～1歳児の 子どもと保護者
②あつまれ! わんぱくっ こたち ～親子で運動遊びとふれあい遊び～	3/14(木) 10:00～11:00	1歳6か月～概 ね3歳の子とも と保護者
③おはなし広場 ～絵本や紙芝居の読み聞かせ～	3/19(火) 10:00～11:00	0歳～就学前の 子どもと保護者
④パパと遊ぼう ～ふれあい遊びやパパ同士の交流～	3/24(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
◆「楽しくあ・そ・ぼ!」 ことばなど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	3/8(金)・27(水) 10:00～11:30 概ね1歳～3歳
◆「医師相談」 医師によるお子さんの発達に関する相談	3/13(水) 14:00～15:30
◆「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	3/26(火) 10:00～11:30 概ね3歳～就学前

※いずれも2日前までに要予約

申問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
①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)	3/5(火) 10:30～11:15
②2歳児のママあつまれ～ (2歳児の育児についての情報交換と交流の場)	3/8(金) 10:30～11:15
③ママのためのリフレッシュヨガ (体をほぐして楽しみましょう) 講師:伊藤愛さん (ヨガインストラクター)	3/11(月) 10:30～11:15 10組(申込順) ※男女共同参画プラザ「カ ダール」研修室で開催
④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)	3/12(火)…1～4か月、 3/18(月)…5～11か月 いずれも10:30～11:15

所 対 駅前庁舎2階 / 0歳～3歳の乳幼児

申 問 ③は3月1日(金) 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。

時 間 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



オンラインマタニティ講座

- ①沐浴編 時 内 3月11日(月) 10:00～10:30 / 沐浴
②育児準備編 時 内 3月11日(月) 10:45～11:15
内 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 時 内 3月11日(月) 11:30～12:00
内 早産予防、栄養

①～③いずれも

対 人 料 本市に住民票がある妊婦とそこご家族。「Zoom」
を利用できるかた / 各5組(申込順) / 無料申 問 3月8日(金)までに、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
(☎017-718-2984、

☒hagukumi-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ



3月の子育て相談などの日程

対 料 妊産婦と子育て中のかた / 無料

子育て相談

- ◆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(年末年始を除く)
8:30～18:00(予約不要)(☎017-718-2975)
保健師などによる相談…月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
8:30～18:00(予約不要)(☎017-718-2983)
- ◆浪岡総合保健福祉センター
3/7(木) 9:30～11:00(前日までに電話で、
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ)

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、絵本など食育相談
離乳食の進めかた、妊娠中
の食事、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
(☎017-718-2975)
3/19(火) 9:30～12:00
※食育相談のみ
※一週間前までに電話予約
- ◆浪岡総合保健福祉センター
(☎0172-62-1114)
3/7(木) 10:00～11:00
前日までに電話予約

4月から

「地域外来・検査センター（新型コロナウイルス感染の疑いのあるかたを診療・検査）」は、「急病センター（比較的軽度な急病患者への応急処置）」へ移行します

4月からは診療日が、火・木・土・日曜となります。

休診日（月・水・金曜）に応急処置を希望されるかたは、夜間在宅当番医（毎月1日号に掲載）をご利用になるか、比較的症状が軽いかたは出来る限り日中の診療時間内にかかりつけ医などで受診いただきますようお願いいたします。救急医療を必要な人が適切な治療を受けられるよう救急医療施設の適正利用にご理解とご協力をお願いします。

◎青森市急病センター

◆診療科目 内科・小児科・外科

◆診療日 火・木・土・日曜 5月3日～5日、12月29日～1月3日

〒青森市急病センター（☎017-773-6477 診療時間19:00～22:00※予約不要）



急病診療案内

〒保健予防課（本庁舎、☎017-734-5770）

救急医療施設の確認は…◎救急病院紹介 消防本部 ☎017-722-2211

◎あおもり医療情報ネットワーク <https://www.qq.pref.aomori.jp>

子どもの病気やケガに関するご相談は…

◎こども医療でんわ相談 ☎#8000 または ☎017-722-1152

※月～金曜18:00～翌朝8:00、土曜13:00～翌朝8:00、日曜・祝日8:00～翌朝8:00

夜間のお薬相談は…

◎夜間お薬相談 ☎090-5849-4348 ※毎日19:00～23:00



▲あおもり医療情報ネットワーク

初期救急医療施設案内

時間帯や症状に応じて初期救急医療施設をご利用ください

○夜間や日曜日・祝日の比較的軽度な急病患者への応急処置は、在宅当番医・休日救急歯科で受け付けています。右表を確認し、ご利用ください。

○浪岡地区では、市立浪岡病院（☎0172-62-3111）が急病患者を受け付けています。

※症状が重い場合は、曜日・時間帯にかかわらず、至急119番通報してください。

■休日在宅当番医（内科系 9:00～13:00／歯科 9:00～12:00）

- ・当番医は変更となる場合があります。受診の際は救急病院紹介（消防本部、☎017-722-2211）へご確認ください。
- ・症状や年齢によって診療できない場合があります。受診の際は事前に電話でお問合せください。
- ・休日救急歯科を受診する際は、事前に電話で予約をしてから受診してください。

時間帯	月～土曜日	日曜日、祝日
日中 （日曜・祝日は 13:00まで）	医療機関 （診療時間は診 療所に直接ご確 認ください。）	休日在宅当番医 （歯科は12:00 まで）
18:00～8:00	夜間在宅当番医など（救急病院紹介 （消防本部）へ問合せ）	

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼3月3日(日)			
内科系	りょう内科クリニック	017-761-2326	富田三丁目
歯科	若井歯科医院	017-741-1470	小柳三丁目
▼3月10日(日)			
内科系	村林内科クリニック	017-782-0505	沖館四丁目
歯科	堀内歯科医院	017-734-1707	中央一丁目
▼3月17日(日)			
内科系	まちだ内科クリニック	017-788-6688	羽白沢田
歯科	カタヤ歯科医院	017-743-6464	合浦一丁目

診療科目	医院名	電話番号	所在地
▼3月20日(水)			
内科系	おきつ内科	017-757-8787	古川二丁目
歯科	かきざき歯科クリニック	017-787-3210	新城平岡
▼3月24日(日)			
内科系	村上内科胃腸科医院	017-741-1215	栄町二丁目
歯科	とき歯科	017-736-1515	原別五丁目
▼3月31日(日)			
内科系	ゆきた内科クリニック	017-775-6650	松原一丁目
歯科	JUN Dental Clinic	017-773-6680	奥野二丁目