

子育てひろば

open space for childcare

1月10日は児童扶養手当の支給日

離婚や未婚、遺棄などにより、父または母と生計を同じくしていない児童を養育している家庭に「児童扶養手当」を支給しています。

1/10(金)は、児童扶養手当の11・12月分の支給日です。転出入、対象児童に増減が生じた(出生、児童の施設入所など)、受給資格がなくなった(子を養育しなくなった、婚姻、異性との同居など)、公的年金を受給できるようになったなどの変更があったときは、速やかに届出しましょう。

令和6年度の「児童扶養手当現況届」が未提出または書類不備のかたは、令和7年1月振込分からの手当が差し止めとなります。必ずご提出ください。

☎子育て支援課(☎017-734-5334)
浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1113)

今月のプラネタリウム投影スケジュール

冬の星空を眺めてみよう

★ 星空の時間(約50分)
「オリオン座を解き明かせ!」

時 毎週土曜日
①11:00~ ②13:30~
毎週日曜日・祝日(19日を除く)
13:30~

★ プラネくんと星空さんぽ
絵話「金色の羊の話」
(幼児向け/約40分)

時 毎週日曜日・祝日(19日を除く)
11:00~

平日投影スケジュール

1月は平日投影も行います♪

時 1/8(水)・9(木)
11:00~(プラネくんと星空さんぽ)、13:30~(星空の時間)

備 投影内容は上記と同様

料 160円(障害者手帳提示80円/中学生以下無料)
所 中央市民センター(☎017-734-0164)

イベント・講座

マタニティ講座 要予約

- ① ウェルカムベビー!講座**
なるほど!赤ちゃんの世界、Let'sオムツ交換&抱っこ!など
時 1/15(水)10:00~12:00(9:30~9:50受付)
- ② 沐浴サロン講座**
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
時 1/19(日)10:00~12:00(9:30~9:50受付)
- ③ お口のケアと食育講座**
ママと赤ちゃんを守る歯とお口のケア[講師/歯科医師]、いいこといっぱい!母乳育児(授乳姿勢の体験)など
時 2/5(水)13:30~15:30(13:00~13:20受付)
所 あおもり親子はぐくみプラザ 人 16組(申込順)
対 本市に住民票がある妊婦と家族 備 母子健康手帳、筆記用具持参
申 ①は1/6(月)~10(金)、②は1/14(火)~17(金)、③は1/27(月)~31(金)に、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)へ

オンラインマタニティ講座 要予約

- ①【沐浴編】 沐浴
 - ②【育児準備編】 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】 早産予防、栄養
- 時 1/14(火) ①10:00~10:30 ②10:45~11:15 ③11:30~12:00
対 本市に住民票がある妊婦と家族、「Zoom」を利用できるかた
人 各回5組(申込順)
申 1/10(金)までに、氏名・電話番号・メールアドレス・出産予定日・受講したい講座を、あおもり親子はぐくみプラザ(hagakumi-plaza@city.aomori.aomori.jp)へ
問 あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984)

男性管理栄養士による 男性のための離乳食講座「オレの離乳食2024」

- 生後9~11か月頃の離乳食について、男性管理栄養士の講話と調理実習で学びます。
- 時 1/25(土) 10:30~12:30(10:00~受付)
所 アピオあおもり1階 調理実習室
対 子育て中のかたやこれから父親となるかた、離乳食に興味のある男性など
人 会場参加20人、オンライン参加90人
備 エプロン、バンダナ、手拭き用のタオル持参
申 1/24(金)までに、申込みフォームから申込み
問 青森中央短期大学 事務局 研究支援・地域連携課(☎017-728-0121、✉csk@aomoricgu.ac.jp)

市民図書館のおはなし会

- ✳️ **ぴよぴよおはなし会**
対 概ね0~3歳の子どもと保護者
- 1/10(金) 11:00~11:20
1/17(金) 11:00~11:20
1/24(金) 11:00~11:20
1/31(金) 11:00~11:20
- ✳️ **にこにこおはなし会**
対 概ね3歳~小学2年生の子どもと保護者
- 1/4(土) 14:00~14:20
1/11(土) 14:00~14:20
1/18(土) 14:00~14:20
1/25(土) 14:00~14:20
- 所 市民図書館7階 児童ライブラリー「おはなしのへや」
内 絵本・紙芝居などの読み聞かせ
問 市民図書館(☎017-776-2455)

市民センターのおはなし会【主催:青森市読書団体連絡会】

- 油川市民センター 1/11(土) 10:30~11:30 3階 創作活動室
- 東部市民センター 1/12(日) 11:00~11:30 2階 和室(大)
- 西部市民センター 1/22(水) 14:00~14:15 1階 和風学習室1
- 横内市民センター 1/25(土) 10:30~11:00 1階 和室(小)
- 戸山市民センター 1/26(日) 11:00~11:30 1階 和室(小)
- 大野市民センター 1/26(日) 10:30~11:00 1階 和室(小)
- 古川市民センター 1/28(火) 10:30~11:00 1階 和風学習室(A)
- 対 3歳~小学3年生と保護者、古川市民センターのみ未就学児と保護者
問 市民図書館(☎017-776-2455)

あおもり親子はぐくみプラザ「プレイルーム」

親子(就学前)で楽しく過ごせる場です。妊婦さんも利用できます。予約不要です。

【開設時間】8:30~18:00(土・日、祝日も開館)
(年末年始を除く)

☎あおもり親子はぐくみプラザ(元気プラザ内)
(☎017-718-2975)



つどいの広場「さんぽぽ」

親子(概ね3歳まで)で楽しく過ごせる場です。

【開設時間】9:00~18:00(土・日、祝日は17:00まで)
(年末年始を除く)

☎つどいの広場「さんぽぽ」(駅前庁舎2階)
(☎017-721-4005)



子育て講座

あつまれ!わんぱくこたち

時 1/10(金) 10:30~11:30
内 親子で運動遊びとふれあい遊び
対 1歳6か月~概ね3歳の子どもと保護者

よちよち広場

時 1/11(土) 10:30~11:30
内 ふれあい遊びや保護者同士の交流
対 0~1歳児の子どもと保護者

おはなし広場

時 1/14(火) 10:30~11:30
内 絵本や紙芝居の読み聞かせ
対 0歳~就学前の子どもと保護者

パパと遊ぼう

時 1/26(日) 10:30~11:30
内 ふれあい遊びやパパ同士の交流
対 0歳~就学前の子どもと保護者



子育て講座 対0~3歳の乳幼児

赤ちゃん待ち合わせ

時 ①1/8(水) ②1/16(木) 10:30~11:15
対 ①生後1~4か月 ②生後5~11か月
内 0歳児の育児についての情報交換と交流の場



管理栄養士による離乳食・幼児食講座

時 1/21(火) 10:30~11:30
所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室
内 離乳食初期から幼児食の進め方について
人 15組(申込順)
申 1/4(土) 9:00~、「さんぽぽ」へ

転勤族おしゃべり&交流会

時 1/27(月) 10:30~11:15
内 青森に転入した親子の交流の場



おいでよ! 双子ちゃん、みつごちゃん

時 1/29(水) 10:30~11:15
内 双子、三つ子の育児についての情報交換と交流の場

子どもの発達相談 要予約

お子さんの発達のこと、日頃気になっていることを相談できます。

所 申問 2日前までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ(申込順)

楽しくあそぼ!

対 ことばの遅れなどの発達に心配のある子ども(1歳~概ね3歳)と保護者

時 1/8(水)・20(月) 10:00~11:00
内 集団あそび

時 1/20(月) 10:00~11:30
内 相談専門員による個別相談

はぐくみ相談

時 1/15(水) 10:00~11:30
内 言語聴覚士による個別相談
対 吃音などことばの心配がある子ども(概ね3歳~就学前)と保護者

時 1/30(木) 10:00~11:30
内 相談専門員による個別相談
対 集団生活の困りごとや心配がある子ども(概ね3歳~就学前)と保護者

医師相談

時 1/22(水) 14:00~15:30
内 医師による個別相談
対 発達に心配のある子どもと保護者

1月の子育て相談

〈あおもり親子はぐくみプラザ〉

- ◆保育士による相談: 毎日(年末年始を除く) 8:30~18:00 ☎017-718-2975
- ◆保健師などによる相談: 月~金曜日(祝日を除く) 8:30~18:00 ☎017-718-2983
- ◆食育相談: 1/17(金) 9:30~12:00
申問 食育相談のみ1週間前までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ

ハミガキ相談 要予約

内 仕上げみがきの仕方など
備 歯ブラシ持参

食育相談 要予約

内 離乳食の進め方、妊娠中の食事など

〈浪岡総合保健福祉センター〉

- ◆子育て相談: 1/9(木) 9:30~11:00
- ◆ハミガキ相談・食育相談: 1/9(木) 10:00~11:00
申問 前日までに、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1114)へ

助産師による心と体のケア相談 要予約

助産師が、妊婦さん・産婦さんの心と体の不調、授乳に関する心配ごとなどの相談に応じます。

時 1/29(水)、2/3(月) 10:00~、11:00~ 所 あおもり親子はぐくみプラザ
対 本市に住み票がある妊婦さんや産婦さんとその赤ちゃん
人 各回1組(申込順)
備 母子健康手帳、乳房相談のかたはバスタオルとフェイスタオル持参
申問 希望日前日までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984/土・日、祝日を除く)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。 対 概ね1歳~就学前まで

◆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

親子で一緒にいらっしゃ〜い ~アコール託児室開放デー!~ 第5弾

おしゃべりタイムにはお茶もご用意しています。お気軽に情報交換しませんか♪昼食を持参すれば、託児室で食べることもできます。

◆同時開催「おもちゃで遊ぼう」10:30~11:30
講師: 宍倉千鶴子さん、葛西幸子さん (青森県子ども家庭支援センター)

身近にある材料で手作りおもちゃを作成し、みんなで遊びましょう♪グッド・トイアワードに選ばれたおもちゃの紹介や遊び方なども学べます。

時 1/11(土) 奇数月第2土曜日 開放時間10:00~14:00 (おしゃべりタイム11:30~12:30)
所 働く女性の家「アコール」託児室
対 子どもと保護者 人 8組(当日先着順)
問 働く女性の家「アコール」(☎017-723-1700)



パチパチならそう♪かえるちゃん



スイスイすべろ!カーリング

青森市子育てひろば 要予約

絵本の読み聞かせや手あそび、ふれあい遊びなど親子で楽しむ遊びを行います。

時 1/21(火) 10:00~11:30
所 しあわせプラザ
対 未就学児とその保護者
人 10組20人程度
申問 1/20(月)までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2975)へ



療育相談 要予約

小児科医による診察・相談、保健・栄養相談です。

時 1/30(木) 13:00~
所 あおもり親子はぐくみプラザ
対 身体の発育・発達に心配のある乳幼児と保護者など
人 3組(申込順)
申問 1/23(木)までに、あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2983)へ

