



☆利用対象☆



・妊産婦
・未就園児とその保護者
(幼稚園や保育園に通っていない児童)

☆ボディメンテナンス講座☆

都合により、当面の間お休みなします。再開可能になりましたら、ホームページまたは支援センター内のポスターにてお知らせいたしますので、お楽しみにしてくださいね♡



おはなし会 4日(水)



0～2歳児クラスの保育カリキュラムを体験します。午前のおやつタイムを通して「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶にチャレンジ!その後、保育園の子ども達が大好きな絵本や紙芝居、パネルシアター、手遊び歌、集団遊び、体操などを紹介します。入園前に親子でプレスクール体験をしてみませんか?

参加費:無料



ゆりかご保健室 9日(月)



弘前市で乳幼児の発達支援をしている「ゆりかご保健室」より、保健師の秋田友里先生をお招きいたします。乳幼児の離乳食の進め方や発達に関する全般的な育児相談ができます。お子様と一緒に過ごしながら、気軽に参加できますので、ぜひお越しください。ティータイムでくつろぎながら、ゆっくりお話ししましょう。

対象:0～3歳児の未就園児と保護者

参加費:無料

ベビーマッサージ教室

19日(木)

講師 佐澤琴奈氏

(RTA 指定スクール コトノハ)



ベビーマッサージは、赤ちゃんの便秘の解消や免疫力アップが期待できます。また、首すわり、寝返りなど、赤ちゃんの発達を促す効果もあり親子のコミュニケーションが深まります。

対象:生後2か月～満1歳

持ち物:バスタオル・水分補給用飲み物

オイル代:300円

※オイル持参の場合は、徴収いたしません。



おやつ体験 6日(金)

メニュー:にんじん&ごまクッキー

保育園調理師による手作りおやつを提供いたします。今回はクッキーを予定しています。材料は、小麦、バター、砂糖、にんじん、ゴマです。友達と一緒に、「いただきます」の挨拶をして、楽しいおやつタイムを過ごしましょう。

♡おやつ代1食 50円
(親子2名で100円)



移動おもちゃ館10日(火)

場所…致遠児童センター

(弘前市浜の町北1丁目8-1)

保育園から、車に玩具を積んで向かいます。玩具での遊びを楽しんだ後は、手遊びや紙芝居、体操や集団遊びなど、保育園での生活を体験しましょう。藤代地区の子育て支援員さんが温かく迎えてくれますよ。場所や駐車場に関するお問い合わせは、下記の連絡先へお願いいたします。

連絡先:致遠児童センター

0172-40-0072

参加費:無料



給食体験

1家族月1回限定

♡メニュー紹介♡

20日(金)…白身魚フライ・きんぴらごぼう
焼きブロッコリー・さつまいも甘露煮・もやし
のみそ汁・みかん缶

27日(金)…ベッパランチ風ご飯
チキンフリカッセ・スマイルポテト
ブロッコリーサラダ・ポパイスープ・オレンジ
持ち物:食事前エプロン
おしぼり又はウェットティッシュ
食事代:1食 250円

(親子2名で500円)



パパとママのための救急法 7日(土)・14日(土)



～目の前の命、もしもの時に救えるように～
窒息に対する応急手当、救急法、AEDの使い方を学びましょう。同じ内容で、2日間予定しておりますので、ご都合の良い日にお申し込みください。パパ or ママだけの参加も大歓迎!お子様は一緒に参加、もしくは、プレイルームで保育士が託児いたします。

託児料:1時間 100円

Junちゃん&うさちゃんの すくすく体操(1歳～) 18日(水)

講師:健康運動療法士 小関潤子氏
親子のふれあい遊びを通して、運動機能の発達を促します。家庭でもできるワンプointアドバイスなど、発達について気になることがありましたら、ご相談ください。

0歳児の見学もOKです。

参加費:無料



かあさん食堂 26日(木)

講師:弘前市食生活改善推進員
「おいしい楽しい弘前の健康」をテーマとしたおすすめレシピを紹介します。お子様の状態に合わせて気軽に参加してください。調理に参加する方は9時30分開始です。お子様は、保育士と一緒にプレイルームで過ごします。食事タイムは11時30分からとなります。

♡メニュー紹介♡

ご飯・長いもと昆布のなめたけ和え・鮭とれんこんの照り焼き・生姜香のりとろろ白菜と卵のスープ・季節の果物
持ち物:調理参加(17°ロウ・三角巾・マスク)

食事代:1食 250円(親子2名で500円)

支援センターの住所は、弘前市吉野町7-10です。駐車場は2ヶ所ありますので、地図を参考にしてください。

☆サークル支援☆

・びよんびよんずサークル
ふたごちゃんやみつごちゃんなど、多胎児家族のサークルです支援センターに遊びに来てくださいね。



・ベベフィールドサークル
世界の音楽に合わせた親子遊びや多言語での交流を楽しむサークルです。



地域子育て支援センター 「みどり」ご案内

利用時間は 9 時～16 時 30 分です。
(※16 時～片付けとなります。)



センターには、普通乗用車 4 台、軽自動車 3 台分。また、第2駐車場には、普通乗用車 6 台分の駐車スペースがあります。



ウッドデッキと砂場は
季節に合わせて有効
活用します。

飲食スペースがあり、冷蔵庫、
電子レンジ、電気ポット、
電気ケトル、食器など使用可。



這い這いする赤ちゃんが遊ぶ施設ですので、保護者は靴下着用でご利用ください。
また、施設内にはハンドペーパーを備えておりますが、ハンカチ持参のご協力をお願いいたします。



2 階の部屋では、親子でお昼寝も
可能です。

※外出用のタオルを 2 枚車に常備して
おくとう便利です。習慣にしましょう。
ご家庭の香りつきタオルがあると、
子どもも安心して眠ることができますね。



【みどり保育園 園庭】
支援センターから園庭までは、遊歩道
でつながっています。
広い園庭を歩いたり走ったり、固定遊
具を体験したり、身体をたくさん動か
して遊びましょう。



みんなだいすきアンパンマン♡



【清明会 庭園】
池には鯉が泳いでいます。ゆっくり散歩をしたり、鯉の餌やり体験をしたり、
自然の中で親子の時間を楽しみましょう。