



☆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☆



予約時間や利用
方法について、別紙
又はホームページに
記載しておりますの
で、ご確認の上、お申
し込みください。
※おつりのないように
ご準備いただくと
大変助かります。

にち	げつ	か	すい	もく	きん	ど
1 	2 おはなし会 10時~11時	3 ベベフィールド サークル 10時15分~ 11時15分	4	5	6	7
8 	9 ママのための あんだよびクス 10時~11時	10 移動おもちゃ館 藤代地区 (致遠児童センター) 10時~12時	11 建国記念の日	12 おやつ体験 15時~16時	13 給食体験 11時30分~ 12時30分	14 パパと 遊ぼうデー 10時~12時
15 	16 ままコミュ 10時~12時	17 ベベフィールド サークル 10時15分~ 11時15分	18 Jun ちゃん& うさちゃんの すくすく体操 10時~11時	19	20 給食体験 11時30分~ 12時30分	21 ぴよんぴよんず サークル 10時~12時
22 	23 天皇誕生日	24	25	26 かあさん食堂 9時~ 12時30分 (食事のみの方は 11時30分~)	27 給食体験 11時30分~ 12時30分	28 パパと 遊ぼうデー 10時~12時

支援センターは、午前9時~午後4時30分まで予約無しでご利用可能です。4時になりましたら、玩具片付けの声掛けをいたします。駐車場の満車の場合には、ご利用できない場合がございますのでご心配な方は、いつでもお問い合わせください。尚、イベントに限っては食材準備や駐車場可能台数により、予約が必要となりますのでご了承ください。

支援センター
(住所)
〒036-8188
弘前市
吉野町7-10
駐車場 7台完備
第2駐車場 6台完備

☆サークル支援☆

・ぴよんぴよんずサークル
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。



・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。

動きやすい服装で
おいでください。
お待ちしております。



イベント予約受付 1月26日(月) 13時30分~TEL:0172-32-0510



おはなし会
2日(月)



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、手遊び歌など
を紹介します。

節分にちなんで、豆まきごっこを楽し
みますよ。また、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!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



ママのためのあんだよびクス

9日(月)講師:境 江利子氏

ママの産後ケアや健康維持に、むくみ予防や
ダイエットワーク体験をしましょう。

4か月以上のお子様は、一時保育での託児とな
ります。4か月未満のお子様は、一緒に支援セン
ターにお越しください。

○託児場所:吉野町3-3(駐車場有)

→みどり保育園駐車場側の別棟2階

おむつ・おしり拭き・バスタオル2枚・ミルク等を
カバンに入れてお預けください。

託児料金:1時間100円

○あんだよびク会場

→支援センター(吉野町7-10)



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。

参加費:無料



おやつ体験「だまこもち」
12日(木)15時~



調理師による手作りおやつを提供
いたします。メニューは、ご飯をつぶして
つくる「だまこもち」です。
友達と一緒に、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)



おつりの無いようにご準備ください。

給食体験(申し込みは3日前まで)
♡メニュー紹介♡

13日(金)...ケチャップライス・ハートのハンバーグ
コールスローサラダ・カレー・いちごヨーグルト
20日(金)...照り焼きピザ・トースト・のり塩ポテト
フレンチサラダ・コンソメ・フルーツヨーグルト
27日(金)...サーモンフライのカレーライス・ごぼうサラダ
型抜きチーズ・フルーツ

食事代:1食250円(親子2名で500円)
おつりの無いようにご準備ください。

持ち物:食事前エプロン・おしぼり等



☆パパと遊ぼうデー☆
14日(土)・28日(土)

支援センターは、パパも気軽に利用できる場
所です。ママと子どもがどんな場所でどんな玩具
で遊んでいるのか是非見学に来てくださ
いね。マットやトンネルなどでサーキットコーナ
ーを設置してお待ちしております。はいはい・つかまり立ち
・一人歩き・ジャンプなど、できることが増えている
かな。成長を共有しましょう。

参加費:無料

ままコミュ

16日(月)...講師:弘前友の会

「衣食住」に関する暮らしの知恵を学
ぶ機会です。保護者同士で、情報交換し
たり語り合ったり、楽しい時間を過ごしま
しょう。今回は、型抜きクッキー作りを行
います。親子一緒にクッキー作りにチャレ
ンジしてみませんか。

参加費:200円

おつりの無いようにご準備ください。



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ポ
イントアドバイスなど、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。
作るもよし、見るだけ、食べるだけでもよし。
お子様の状態に合わせながら気軽に参加でき
ます。調理に参加したい方は9時からご参加く
ださい。食事タイムは11時30分からとなります。
♡メニュー紹介♡
・にんじんご飯・ポークステーキ・アップル・ジャース
・キャベツとわかめのみそ汁・フルーツ杏仁豆腐風
持ち物:調理参加(エプロン・三角巾・マスク)
食事代:1食250円(親子2名で500円)
おつりの無いようにご準備ください。

地域子育て支援センター 「みどり」ご案内



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、SDGS に取り組んでおります。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。



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。冬期間は、雪のため駐車スペースが狭くなります。



冷蔵庫、電子レンジ、電気ポット、電気ケトル使用可。飲食スペースもありますので、持参した昼食を冷やしたり温めたりしてお召し上がりください。

ウッドデッキと砂場は現在雪が積もっており天気の良い日は雪遊びができます。



2 階の部屋では、親子でお昼寝も OK です。※外出用のタオルを 2 枚車に常備しておくので、便利ですので、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】

春～秋は、園庭を開放していますが、冬期間は雪のため利用できません。



【清明会 庭園】

池には鯉が泳いでいますが、冬期間は雪のため、入ることはできません。春が待ち遠しいです。

