



子育て通信8月号

にち	げつ	か	すい	もく	きん	ど	
		支援センターのご利用は、予約が必要です。 イベント時間以外は、当日でも OK! お電話、お待ちしております。			1	2	3 パパと遊ぼう 夏祭り プチ体験 10時～15時
4 	5 給食体験 11時30分～ 12時30分	6 おはなし会 0歳児対象 9時45分～ 10時30分	7	8 Jun ちゃん & うさちゃんの すくすく体操 10時～11時	9 ベビー マッサージ教室 10時～11時 びよんびよんず サークル 10時	10	
11 山の日	12 振替休日	13	14	15	16	17 びよんびよんず サークル 10時～11時	
18 	19 おはなし会 1,2歳児対象 9時45分～ 10時30分	20 ベベフィールド サークル 10時30分～ 11時30分	21 ママのための あんよビクス 10時～11時	22	23 給食体験 11時30分～ 12時30分	24 パパと遊ぼう 夏祭り プチ体験 10時～15時	
25 	26 リフレッシュ 講座 10時～11時	27 ベベフィールド サークル 10時30分～ 11時30分	28 給食体験 11時30分～ 12時30分	29 かあさん定食 10時30分～ 12時30分	30	31 	

☆育児相談

- ・電話相談
- ・面接相談
- ・訪問相談

☆サークル支援

サークル活動を始めたい方はご相談ください。

☆学生の実習

弘前大学医学部
保健学科看護学専攻
の学生が参加します。
9時30分～12時
2日・6日・9日

イベント受付

7月22日(月)
13時～
0172-32-0510

☆水遊び

天気の良い日は、水遊びを行います。玩具は園で準備します。

《持ち物》

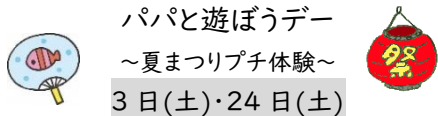
- ・水着
- ・水遊び用紙パンツ
- ・タオル
- ・濡れた物を入れる袋
- ・ビーチサンダル (自由)

☆利用対象☆

未就園児とその保護者

支援センター
保育園園庭

開放時間
9時～17時



パパと遊ぼうデー
～夏まつりプチ体験～
3日(土)・24日(土)

プレイルームはいつも通りですので、玩具での遊びを楽しみつつ、リビングルームで、おもちゃすくいやくじ引きなどを行います。1日10組限定です。開催時間は10時から15時となりますので、ご都合の良い時間においでください。ママと一緒にOKです♡

給食体験(申し込みは3日前まで)
♡メニュー紹介♡

- 5日(月)・・・わかめご飯・白身魚フライ
ポテトサラダ・レタスのみそ汁・メロン
- 23日(金)・・・ペッパーランチ風ご飯
エビフライ・ミートボール・トマトサラダ
コンソメスープ・フルーツポンチ
- 28日(水)・・・ご飯・赤魚の生姜焼き
キャベツのごまマヨ和え・もずくのみそ汁
りんごゼリー

食事代:1食250円(親子2名で500円)

おはなし会
6日(火)・・・0歳児
19日(月)・・・1,2歳児

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。お返事やご挨拶など、人との関わりを通して、入園前に親子でプレスクール体験をしてみませんか。
※兄弟姉妹で参加の場合は、どちらか都合の良い日に一緒に参加してね。

参加費:無料



Jun ちゃん & うさちゃんの
すくすく体操(0～1歳)

8日(木)・・・講師:健康運動療士
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。

参加費:無料

ベビーマッサージ教室
9日(金)・・・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カ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

参加費:200円

持ち物:バスタオル、水分補給用飲み物

☆サークル支援☆

・びよんびよんずサークル

9日(金)・17日(土)
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

20日(火)・27日(火)

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。遊びにきてね!

☆サークル活動を考えている方は、ご相談ください。



ママのためのあんよビクス

21日(水)・・・講師:境 江利子氏

ママの産後ケアや健康維持に、おむくみ予防やダイエットウォーク体験をしましょう。お子様は、一時保育での託児となります。

おむつ・おしり拭き

- ・ミルクなどをカバンに入れてお預けくださいね。
- 託児料金:1時間100円
- 持ち物:水分補給用飲み物



リフレッシュ講座♡癒しのアロマ♡

26日(月)・・・講師:弘前大学大学院保健学研究科助教

アロマオイルの中から好みの香りを選び、エアーフレッシュナーを作ります。

ママが参加している間は、お子様は保育士と一緒にプレイルームで遊んで過ごします。もちろん、お子様と一緒に参加もOKです。参加費:無料



かあさん定食

29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」をテーマとして弘前で活動している「食改さん」から、おすすめレシピを紹介していただきます。作るもよし、見るだけ食べるだけでもよし。ゆる～っと参加しませんか? 食事タイムは、11時30分頃からです。

♡メニュー紹介♡

- ・人参ご飯・洋風けの汁・サラダ
- ・豆腐の肉巻きステーキ・デザート

食事代:1食250円(親子2名で500円)



地域子育て支援センター
「みどり」ご案内



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。

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上がりください。



ウッドデッキと砂場は
季節に合わせて
有効活用します。
夏は、水遊びを
楽しみましょう。



ハンモックや2階の部屋
では、親子でお昼寝も
OKです。



ご利用の際には、ご連絡くださいね。
TEL:0172-32-0510



みんな大好き
アンパンマン♡

☆ 9時～17時まで、みどり保育園の園庭も開放しています。
☆ 支援センターの目の前には、鯉が泳いでいる清明会庭園があり、
ゆっくり散歩をして気分転換もできます。

