



一般財団法人 医療と育成のための研究所清明会
地域子育て支援センター『みどり』
子育て通信3月号



No.383

☆利用対象☆



☆サークル支援☆

・ベベフィールドサークル

Bebe[ベベ]とは、赤ちゃんを意味します。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。様々な国の挨拶や自己紹介にチャレンジしましょう。動きやすい服装でおいでください。お待ちしております。



にち	げつ	か	すい	もく	さん	ど
1 	2 おやつ体験 15時～ 15時30分	3 ベベフィールド サークル 10時15分～ 11時15分	4 給食体験 11時30分～ 12時30分	5	6	7 パパと 遊ぼうデー ♡修了式 ♡お楽しみ会 10時～11時
8 	9 ママのための あんよピクス 10時～11時	10 Junちゃん& うさちゃんの すくすく体操 10時～11時	11	12 給食体験 11時30分～ 12時30分	13 びよんびよんず サークル 10時～12時	14 パパと 遊ぼうデー ♡修了式 ♡お楽しみ会 10時～11時
15 	16	17 ベベフィールド サークル 10時15分～ 11時15分	18	19	20 春分の日	21 園行事のため 13時からの 開放となりま す。(午前休み)
22 	23 給食体験 11時30分～ 12時30分	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 ♡修了式 ♡お楽しみ会 10時～11時	28
29 	30	31	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。駐車場が満車の場合には、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。			

イベント受付 2月25日(水) 13時30分～TEL:0172-32-0510

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☆
・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。それぞれの家族構成があり、悩みやおもしろエピソードも様々です。子育てのエピソードや思いを共有し、一緒に語り合いたいです。



おやつ体験「しらすせんべい」

2日(月)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、餃子の皮にしらすとチーズをのせて焼く「しらすせんべい」です。カルシウムたっぷり、子ども達にも大人気。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。

ママのためのあんよピクス

9日(月)講師:境 江利子氏

ママの産後ケアや健康維持に、おくみ予防やダイエツ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

○あんよピクス会場→支援センター(吉野町7-10)

給食体験(申し込みは3日前まで)

♡メニュー紹介♡

4日(水)・・・鮭とキャベツのクリームパスタ

ポークビッツ・焼きブロッコリー・りんごジュース

12日(木)・・・ビビンバ・丼・焼きキョウザ・

もずくのみそ汁・ヤクルト

23日(月)・・・わかめご飯・ごぼうサラダ

白身魚のタルソース・みかん缶

じゃがいものみそ汁

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:食食用エプロン・おしり等

Junちゃん&うさちゃんの

すくすく体操(1歳～)

10日(火)

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

☆修了式・お楽しみ会☆

27日(金)

早いもので、4月からは令和8年度がスタートします。1年間を振り返って、お子様の成長と一緒に喜びましょう。おはなし会とのコラボ企画で、季節の歌や手遊び、親子ふれあいゲームなどを楽しめますよ。パパと遊ぼうデーと同じ内容ですので、どちらかひとつにお申込みくださるようお願いいたします。

参加費:無料



☆パパと遊ぼうデー☆

～修了式・お楽しみ会～

7日(土)・14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。1年間を振り返って、お子様の成長と一緒に喜びましょう。おはなし会とのコラボ企画で、季節の歌や手遊び、親子ゲームなどを楽しめますよ。7日・14日どちらか1回お申込みください。

参加費:無料

ボディメンテナンス講座

～自分のからだを知って 今より元気に～

- | | |
|----------------|----------------|
| 1. 9:00～9:20 | 5. 13:00～13:20 |
| 2. 10:00～10:20 | 6. 14:00～14:20 |
| 3. 11:00～11:20 | 7. 15:00～15:20 |
| 4. 12:00～12:20 | 8. 16:00～16:20 |

☆おひとり様1日1回20分間500円で提供しております。

※おつりのないようにご準備いただけると大変助かります。

土・日・祝祭日は休み。詳細は別紙に記載。



♡感謝♡

平成6年より弘前市の委託事業として取り組んできた地域子育て支援センターですが、令和6年より現地に移転し、地域子育て支援センター「みどり」として、リニューアルオープンいたしました。また、令和7年度6月に始まったボディメンテナンス講座は、たくさんの方にご利用いただき、心より感謝申し上げます。あけがとうさぎ
今後とも、どうぞよろしくお願い申し上げます。



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。

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♡

ご飯・焼きねぎと鶏肉のスープ・揚げない!ポン酢で鮭の南蛮漬・グレープフルーツのさっぱりサラダ

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



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が、冬期間は、雪のため駐車ス
ペースが狭くなっております。



ウッドデッキと砂場は
現在雪が積もっており、使用できません。

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。

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。



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
と便利です、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
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。

