



親子で遊ぼう

★参加無料
★直接会場へ

会場	催し(お子さんの対象)	内容	日時
子ども未来センター(アルヴェ5階)☎(887)5340	ぴよんぴよん広場(1歳7か月～3歳)	ミニミニ夏まつりごっこ	8/1(木)10:30～
中央子育て交流ひろば☎(888)5652	おはなしポケット(就学前)	大型絵本、エプロンシアター	7/25(木)10:30～10:45
東部子育て交流ひろば☎(853)1082	おはなしの部屋(就学前)	読み聞かせ、手遊びなど	7/24(水)10:15～10:30
西部子育て交流ひろば ☎(826)9007	いちご・バナナの一む(就学前)	かき氷作りゲーム	7/24(水)10:30～10:50
	わくわくシアターの一む(就学前)	紙血シアターや手遊び、季節の歌	8/1(木)10:30～10:45
河辺子育て交流ひろば☎(882)5146	はっぴいる一む(就学前)	超神ネイガールの交通安全教室(3階)	8/2(金)10:30～11:30
雄和子育て交流ひろば ☎(886)5530	親子で聴くエレクトーン音楽会(就学前)	演奏を聴いて、音楽遊びも(2階)	7/30(火)10:30～11:30
	おやこでポンポン!(就学前)	ダンスや体操、段ボールトンネル	8/7(水)10:30～10:50
ほくとライブラリー新屋図書館 ☎(828)4215	おはなし会(3歳～小学生)	夏のおはなし会「ばけぼけとんどん」	8/3(土)14:00～14:45
	おはなし会(0～2歳)	みずあびちやがちやが「ふれあい遊び・絵本」	8/20(火)10:30～11:10
フォンテ文庫 (フォンテAKITA6階) ☎(893)6167	親子で楽しむわらべうた(0～3歳)	わらべうた、絵本の読み聞かせなど	7/23(火)11:00～11:30
	親子で英語(0歳～小2)	英語でのトークや読み聞かせ	8/3(土)11:15～11:45

育児講座「歯みがき」

歯科衛生士がアドバイスします。
対象▶生後5か月～1歳のお子さん
と保護者 日時▶7月31日(水)10:00～11:00
会場▶東部市民SC2階和室 先着▶8組
申込▶7月23日(火)9:00から東部子育て交流ひろば☎(853)1082

ママのきりりタイム

ビューティーアドバイザーと一緒にメイクレッスン。
対象▶生後2～6か月のお子さんと初めて子育てをしている母親 日時▶8月30日(金)10:00～11:00
会場▶北部市民SC2階和室 先着▶4組
申込▶7月30日(火)9:30から北部子育て交流ひろば☎(893)5985

育児のこと、いろいろ

②～④の会場は市保健センター(八橋)。申し込みは子ども健康課へ。

☎(883)1174・1175

①すくすく電話相談室 「落ち着きがない」「集団行動が苦手」など、お子さんへの関わり方に迷われているかたの相談に、臨床心理士が応じます(1人1時間程)。対象▶3歳児健診を終えた就学前のお子さんがある保護者
日時▶8月5日(月)13:30～16:30
先着▶3人

②プレママのすこやか食べルーム
妊娠中の食事・お口の衛生についての講話、軽体操、試食、個別相談など。
対象▶おおむね妊娠35週までの妊婦さ

んと家族 日時▶8月9日(金)10:00～12:00 定員▶15組

③離乳食教室 離乳食の進め方、試食、個別相談など。「初期」は調理実技、「中期」「後期」は食品の調理法、歯の手入れ法も。

*太字の()内は対象と定員(先着)。

初期離乳食教室(生後4～5か月。40組)

8月19日(月)10:00～12:00

中期離乳食教室(生後6～7か月。40組)

8月20日(火)10:00～12:00

後期離乳食教室(生後8～11か月。40組)

8月26日(月)10:00～12:00

申込開始▶7月25日(木)8:30から

④歯ッピーバースデイ 歯みがきレッスン、歯科衛生士や栄養士によるお話など。対象▶生後11か月～1歳1か月頃のお子さん 日時▶8月21日(水)10:00～11:30 先着▶25組

ネウボラの土曜窓口を開設

平日勤務などで、妊娠届の窓口である「秋田市版ネウボラ」(八橋の市保健所2階)へ来所が難しい妊婦さんのために、土曜窓口を開設します(要予約)。面接(20分程度)した妊婦さんには、お祝いのプチギフトを進呈します。
妊婦さんの対象▶①妊娠届を提出したかた、②ネウボラ以外で妊娠届を提出したかた、または転入したかた
開設日時▶7月27日(土)9:00～12:00
申込▶秋田市版ネウボラ(子ども健康課内)☎(883)1175

2人でTry! パパ・ママれっすん

赤ちゃんのお風呂の入れ方体験、産後

の心身の変化などに関する話。

対象▶開催日に妊娠16～35週の妊婦さんとパートナー 日時▶8月31日(土)13:00～15:30 会場▶市保健センター(八橋) 定員(抽選)▶36組

申込▶往復はがきの往信用に、2人の氏名(ふりがな)、生年月日、住所、電話番号、開催日時時点の妊娠週数と出産予定日を、返信用には住所、氏名を書いて8月13日(火)(必着)まで、〒010-0976 八橋南一丁目8-3 子ども健康課☎(883)1175

地域で育児★

■あおぞらキッズ 中学生とジャンボシヤボン玉で遊ぼう。対象は就学前のお子さんと保護者。7月28日(日)10:00～11:30、外旭川児童センターで。問▶外旭川地区主任児童委員の船木さん☎(868)1902

■もぐもぐ講演会 お子さんの食物アレルギーの治療法についての講話など。8月4日(日)13:00～16:00、県生涯学習センター3階講堂で。託児は要予約(有料)。詳しくはお問い合わせください。

申込▶食物アレルギーと共にあゆむ会・もぐもぐ事務局☎090-2840-6298

■ベビーマッサージ&サイン教室

対象は生後2か月～1歳のお子さんと保護者。8月22日(木)・29日(木)、9月12日(木)・19日(木)、10月3日(木)・10日(木)、10:30～12:00、県立武道館第3会議室で。参加費3,300円。先着15組。申込▶7月22日(月)から県立武道館☎(862)6651



けやき大学「アレンジフラワー教室」

持ち物や材料費など、詳しくはお問い合わせください。

対象▶60歳以上のかた **日時**▶8月21日(水)・28日(水)、
9月4日(水)・11日(水)、10:00~12:00

会場▶市老人福祉センター(八橋) **定員(抽選)**▶20人

申込▶8月9日(金)まで、電話またはFAXで秋田市社会福祉協議会へ。FAXの場合、氏名、生年月日、電話・FAX番号をお知らせください。☎(862)7445・FAX(863)6068

はつらつくらぶ 水中運動で介護予防



水中運動やストレッチ、筋力トレーニングなど、介護予防に役立つ運動を行います。運動の後は各施設で入浴もできます。希望者には送迎バスがあります(下表参照)。

対象▶65歳以上で、介護者なしで参加できるかた。着替えなどが自立していて、原則すべてに参加できることが条件です

時間▶10:00~15:00 **参加費**▶1回410円(10月からは1回420円)。昼食は各自で **定員**▶各26人。初めてのかた、前回未参加のかた、高齢者を優先したうえで選考となります

申し込み 8月2日(金)まで長寿福祉課☎(888)5668

会場 ザクアドーム	第1 コース	9/2(月)・9(月)・30(月)、10/7(月)・21(月)・28(月) バス=秋田駅東口▶会場
	第2 コース	9/4(水)・11(水)、10/2(水)・9(水)・23(水)・30(水) バス=秋田駅東口▶会場
会場 ユフォーレ	第3 コース	9/2(月)・30(月)、10/7(月)・21(月)、11/11(月)・25(月) バス=NHK前▶マルダイ広面店バス停▶樋ノ沖バス停▶ツルハ広面北店前バス停▶谷内佐渡中丁バス停▶太平八田上丁バス停▶青葉台バス停▶会場
	第4 コース	9/11(水)・18(水)、10/16(水)・23(水)、11/6(水)・27(水) バス=大張野地区▶諸井地区▶和田地区▶会場
会場 中央シルバ	第5 コース	9/5(木)・19(木)、10/3(木)・17(木)・31(木)、11/14(木) バス=秋田駅東口▶東通▶城東十字路▶横山金足線通り▶会場
	第6 コース	9/12(木)・26(木)、10/10(木)・24(木)、11/7(木)・21(木) バス=秋田駅東口▶南通▶有楽町▶イオン秋田中央店▶秋田南高校▶仁井田新田交差点▶御野場団地▶会場

育児コーナー！ 笑顔がいいね

- * 料金の記載がないものは無料です。
- * 申込方法がないものは直接会場へ。
- * 文中「SC」はサービスセンターの略。

各子育て交流ひろばの場所

中央=市役所2階/東部・南部・雄和=各市民SC1階/西部・北部・河辺=各市民SC2階

ぽかぽか夏まつり



盆踊り、出店ごっこ、うちわ作り！

対象▶就学前のお子さんと保護者

日時▶7月31日(水)10:00~11:00

会場▶南部市民SC1階多目的ホール

問▶南部子育て交流ひろば

☎(838)1216

みんなで遊ぼう広場

北部地域子育て支援ネットワークによる催しです。ちらしプールやなりきりフォト、大型遊具で遊ぼう！超神ネイガーの交通安全教室も。

対象▶就学前のお子さんと保護者

日時▶8月1日(木)10:00~11:45

会場▶北部市民SC1階体育館

問▶北部子育て交流ひろば

☎(893)5985



クラフトバンドでミニかご作り

対象▶就学前のお子さんと保護者

日時▶8月20日(火)10:30~11:30 **会場**▶雄和子育て交流ひろば

定員▶5組

申込▶8月5日(月)9:00から雄和子育て交流ひろば☎(886)5530

おいしい給食つくっちゃお！

保育所給食の人気メニュー作り。

対象▶2~3歳のお子さんと保護者(在宅で子育てをしているかた)

* お子さんは保育士が預かります。

日時▶8月27日(火)10:00~12:00

会場▶中央市民SC和室・調理室(市役所3階) **先着**▶10組

申込▶7月23日(火)10:00から川添保育所☎(886)2139

保育所開放で遊ぼう！

詳しくは各保育所(太字)にお問い合わせください。お子さんの対象は0~5歳。時間は9:45~11:00。

8月6日(火)寺内☎(863)6253

8月7日(水)岩見三内☎(883)2555

8月8日(木)河辺☎(882)3056