子育て世代包括支援センター「ここらん」

無料　当日直接

みんなの広場

開放日　月～金曜日（祝日を除く）
開放時間　10:00～16:00

《詳細》子育て世代包括支援センター「ここらん」☎45-2022

ままカフェ　5/22㊌ 13:00～15:00

プレママ（16週以降の安定期の妊婦）と新米ママ（産後1～4カ月頃）のための交流の場です。赤ちゃんも一緒に参加できます。自由に飲んでいただけるノンカフェインティーを用意しています。

ミニ講座
- ○赤ちゃんのスキンケア
- ○赤ちゃん向けの手遊び
- ○妊産婦向けの簡単なストレッチ

時間　13:30　**用意する物**　母子健康手帳

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

子育て支援センターらんらん（常盤保育所内）

無料　当日直接

	0歳児ルーム	わくわくルーム
対象	満1歳未満の赤ちゃんと保護者	満1歳～就学前の子どもと保護者
開放日時	月・火・木・金曜日（祝日を除く）13:30～15:00	月・火・水・金曜日（祝日、5月15日(水)を除く）9:30～11:30

《詳細》子育て支援センターらんらん ☎25-6002

4/23㊋～5/12㊐こどもの読書週間

標語：「ドは読書のド♪」

おはなし会　無料

対象　幼児～小学生
日時　5月11日(土)　10:30～11:00
会場　図書館本輪西分室
協力　読み聞かせボランティア

今も昔も読み継がれる絵本展　無料

日時　5月4日(土)～12日(日)　10:00～18:00
会場　図書館本館

赤ちゃんライブラリー ～絵本とともだちに～　無料

3歳までの子どもと親を対象に、1組ごとに読み聞かせとおすすめの絵本を紹介します。

日時　5月15日(水)　10:30～11:30　**会場**　図書館本館
定員　先着3組程度　**申込方法**　5月8日まで、電話で

5月4日(土)・5日(日)は本館のみ開館します。
月末図書整理による休館日…5月31日(金)

《詳細》図書館 ☎22-1658

5月のフッ素塗布　予約

対象　1歳3カ月～就学前の子ども
日時　8日(水)・10日(金)・21日(火)・23日(木)　12:15～13:15
30日(木)　13:00～14:45
会場　保健センター
料金　800円　**用意する物**　母子健康手帳

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

5月の健診・おでかけカレンダー

当日、直接会場にお越しください。　□…子どもの健診

日	行事	詳細
5㊐	こどもの日★ミニこうさくかい（3歳～小学生） ～オリジナルこいのぼりをつくって、ブックパークにかざろう！ 10:30　生涯学習センター「きらん」ブックパーク	きらんB
8㊌	3歳児健診 12:30　保健センター	健康推進
9㊍	4カ月児健診（絵本や食器をプレゼントします。大きめのバックなどを持参してください） 12:30　保健センター	健康推進
10㊎	3歳児健診 12:30　保健センター	健康推進
13㊊ 14㊋	親子で簡単製作 9:30（満1歳～就学前の子どもと保護者） 13:30（満1歳未満の子どもと保護者） 子育て支援センターらんらん（常盤保育所内）	らんらん
14㊋ 15㊌ 16㊍	おはなし会 11:40　図書館輪西分室	図書館
16㊍	ここまま相談広場 10:00（1歳～就学前の子ども） 13:15（1歳未満の赤ちゃん、妊婦） 保健センター	健康推進
17㊎	親子で簡単製作 9:30（満1歳～就学前の子どもと保護者） 13:30（満1歳未満の子どもと保護者） 子育て支援センターらんらん（常盤保育所内）	らんらん
19㊐	英語のおはなし会 11:15　図書館本館	図書館
20㊊ 21㊋	5月生まれのおたんじょうかい 11:20　子育て世代包括支援センター「ここらん」	ここらん
21㊋	5月生まれのお誕生会 9:30（満1歳～就学前の子どもと保護者） 13:30（満1歳未満の子どもと保護者） 子育て支援センターらんらん（常盤保育所内）	らんらん
21㊋ 23㊍	1歳6カ月児健診（平成29年9月生まれの子ども） 12:30　保健センター	健康推進
28㊋	親子で楽しむ簡単せいさく 10:00　子育て世代包括支援センター「ここらん」	ここらん
29㊌	4カ月児健診（絵本や食器をプレゼントします。大きめのバックなどを持参してください） 12:30　保健センター	健康推進
29㊌ 30㊍	親子で楽しむ簡単せいさく 10:00　子育て世代包括支援センター「ここらん」	ここらん

《詳細》
- 健康推進　健康推進課 ☎45-6610
- 図書館　図書館本館 ☎22-1658
- きらんK　生涯学習センター「きらん」キッズパーク ☎83-7752
- きらんB　生涯学習センター「きらん」ブックパーク ☎83-7753
- ここらん　子育て世代包括支援センター「ここらん」☎45-2022
- らんらん　子育て支援センターらんらん（常盤保育所内）☎25-6002

市ホームページにも「子育ておでかけ情報」を掲載しています。

5/5(日) 10:00～14:00 民俗資料館フェスティバル

自然に囲まれた民俗資料館で、昔遊びや体験を楽しもう。
※雨天時は内容を一部変更します。
- べこ餅作り（有料、要申込）

申込方法　事前に、電話または直接
- よろいの着付け体験
- 弓道体験
- 居合道演武見学会
- 昔遊び体験
- せんべい焼き（有料）

《詳細》民俗資料館 ☎59-4922

5/11(土) 11:00～ ととけっこうのおはなし会

乳幼児向け　無料

対象　3歳までの子ども
会場　生涯学習センター「きらん」ブックパーク
定員　先着10人
申込方法　事前に、電話または直接

《詳細》生涯学習センター「きらん」ブックパーク ☎83-7753

5/3(金)～5(日) 10:00～17:00 ゴールデンウイーク 科学館祭

《詳細》青少年科学館 ☎22-1058
入館料　大人400円、65歳以上250円、高校生200円、中学生以下無料

	3日（金）	4日（土）	5日（日）	定員 先着
わくわく工作・体験教室 ①10:30 ②11:15 ③13:30 ④14:30	ペットボトル空気砲			各６人
	スライム			各10人
	紙トンボ	紙コプター	ダンボールコマ	各６人
実験教室 ①11:10 ②14:10 ③15:10	踊るボトル 空き缶つぶし実験	色変わり噴水 アンモニアを使った実験	空気で遊ぼう 風船やカップを浮かせよう	各20人
ロボットワールド 10:15～16:00	夢工房ロボットサッカー、手回しロボットで遊ぼう　など			なし
食べ物教室 ①11:45～12:45 ②14:30～15:30	ポップコーン		わたあめ	なし
プラネタリウム ①11:00 ②13:30 ③15:00	春の星座 入場料　大人200円、65歳以上130円、高校生100円、中学生以下40円			各98人

5/3(金)～6(月) 9:30～17:00 水族館子どもまつり

期間中は、毎日小学生以下の先着100人に記念品をプレゼントします。

縁日（1回100円）
射的、スマートボール、ヨーヨー釣り、輪投げなど（荒天中止）

浜焼き
4日・5日 10:30
新鮮な魚介類の炭火焼き販売（荒天中止）

バルーンアート
10:00
小学生以下の子どもに風船家ノリさんのバルーンアートをプレゼント

入館料　年間パスポート1,000円、大人400円、高校生200円、中学生以下無料

《詳細》水族館 ☎27-1638

5/25(土) ロボットアリーナ体験教室

無料

●ロボブロックで遊ぼう！
プログラミングの基礎を学び、ロボットを動かす体験教室です。
対象　小学2・3年生　**時間**　10:30～12:00
定員　10人（定員超過は抽選）

●3Dプリンターでハンドスピナーを作ろう！
パソコンでハンドスピナーのデータを作成し、3Dプリンターで出力して組み立てる体験教室です。完成した作品は、持ち帰れます。
対象　小学4～6年生　**時間**　14:00～16:00
定員　6人（定員超過は抽選）

申込方法　5月9日まで、住所・氏名・学校名・学年・電話番号・希望する教室名を記入し、ファクス、ホームページ、郵送または直接

《詳細》室蘭工業大学ロボットアリーナ ☎・FAX 46-5337
HP http://www.muroran-it.ac.jp/robot-arena/
〒050-8585 水元町27-1

麻しん・風しんの予防接種を受けましょう　無料

麻しんや風しんは、たびたび流行しています。感染力が強く、また重症になりやすい病気で、妊婦が風しんに感染すると赤ちゃんが心臓などの病気になることがあります。

免疫力を高めるために、期間内に2回予防接種を受けましょう。

対象　1期…生後12カ月～23カ月
2期…就学前の1年間（平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの子どもは、令和2年3月31日までに接種）

実施場所　室蘭・登別の予防接種実施医療機関

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

ACE室蘭チームの陸上選手と走ろう！ 楽しくランニング　当日直接

運動会の徒競走に備えて、スタート練習やラダートレーニングで正しい走り方を学びます。

対象　小学生
日時　5月27日(月) 16:30～18:00
（16:00から受け付け、雨天中止）
会場　入江運動公園陸上競技場
料金　500円（入場料、保険料を含む）

《詳細》体育協会 ☎44-7521

子育て講座

講座や教室に参加して、子育てについて勉強してみませんか

親子講座　2歳児のちびっこクラブ　無料

同じくらいの月齢や年齢の子どもが一緒に遊んだり、お母さん同士で交流しながら、子育ての悩みも相談できます。家庭児童相談員による講話日もあります。※再参加はできません。

対象　平成28年8月～平成29年3月に生まれた子どもと親
日時　6月19日・26日、7月3日(水曜日、全3回) 10:00～11:30
定員　先着20組
申込方法　5月15日9時から、電話または直接

リフレッシュ講座

ディンプルアートでミニアルバムを作ろう!!

子育て応援団が講師の講座です

不思議な絵の具でキラキラ塗り絵を体験します。

対象　子育て中の親
日時　6月6日(木) 10:00～11:20
定員　先着15人　**料金**　500円（材料費）
申込方法　5月16日9時から29日まで、電話で。
託児は申し込みが必要

《会場・詳細》子育て世代包括支援センター「ここらん」☎45-2022

親子で楽しむ折り紙教室　当日直接

日時　5月11日・25日(土)
10:30～11:00

作ってあそぼっ！　当日直接

日時　5月15日・29日(水)
14:30～15:00

対象　小学生までの子どもと保護者
定員　各先着10組程度
料金　子ども200円（キッズパーク入場料）

《会場・詳細》生涯学習センター「きらん」キッズパーク ☎83-7752

マタニティ講座　無料

平日の夜に夫婦で楽しく参加できる講座です。赤ちゃん人形でもく浴の練習や、パパの妊婦体験や子どもの事故予防のお話もあり、ママのみパパのみの参加もできます。

対象　市内に居住する人（16週以降の安定期の妊婦）
日時　5月28日(火) 18:30～20:30（18:20までに受け付け）
会場　保健センター 3階　**定員**　先着30人
申込方法　5月7日から、事前に電話で

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

赤ちゃんとママのための ベビーマッサージ講座

育児を楽しくする ベビーマッサージ♪

対象　生後2カ月以上の赤ちゃんとママ
日時　5月21日(火) 13:00～14:00
定員　先着10組　**料金**　2,000円
申込方法　5月1日から20日まで、電話で

赤ちゃんとママのための ファーストサイン教室

ファーストサインで バスえんそく♪

対象　生後6カ月～2歳ころの子どもとママ
日時　5月24日(金) 13:00～14:00
定員　先着6組　**料金**　2,000円
申込方法　5月1日から23日まで、電話で

キッズ・ジュニアのヒップホップジャズダンス

フロアストレッチからリズム取り、簡単なダンスを体験します。

対象　4歳～小学生
日時　5月30日(木) 18:30～19:15
定員　先着15人　**料金**　500円
申込方法　5月1日から29日まで、電話で

《会場・詳細》サンライフ室蘭 ☎55-3040

子育て応援団からのお知らせ

＊おもちゃの修理

壊れたおもちゃを無料で修理します。部品代がかかることがあります。

日時 5月12日(日) 11:00～16:00
会場 ふれあいサロンほっとな～る（中島町）

日時 5月26日(日) 10:00～16:00
会場 青少年科学館

詳細 おもちゃの病院「中島」・水木 ☎46-7550

＊親子はぐくみ教室 あしまる

運動と発達をフォローする幼児体操です。参加者同士の交流や情報交換の場もあります。

対象 1～3歳の子どもと保護者
日時 5月10日・24日(金) 10:00～11:30
会場 道営住宅「であえーる」集会所
料金 1,000円

＊足育運動遊びクラス あしまる Kids

運動が苦手な子どもも楽しめるゲームで遊びながら、身体作りをします。靴の交換時期のアドバイスも行います。

対象 4～8歳の子ども
日時 5月10日・24日(金) 15:45～17:30
会場 保健センター体育館
料金 1,500円（初参加の子どもは無料）

申込方法 各前日まで、ファクスまたはメールで
詳細 リラクゼーション＆足育サロン・米丸 ☎080-5436-0230
FAX 0142-23-4900
✉ iyashino-otete@mbr.nifty.com

＊みくにっ子文庫おはなし会 無料

日時 5月5日(日) 9:30～10:00
会場 日本キリスト教会室蘭教会
詳細 同教会 ☎22-6086

＊劇団さんぽ『かあちゃん取扱説明書』

当日会員になり、鑑賞ができます。

対象 小学1年生以上の子どもと親
日時 5月17日(金) 19:00～20:05
会場 室ガス文化センター
料金 1人2,200円（入会金200円、会費月額1,000円×2カ月分）
詳細 室蘭子ども劇場 ☎43-3790

＊ベビーヨガ

対象 2カ月～2歳の子どもと親
日時 5月10日・17日・31日(金) 11:00～12:00
料金 各1,000円（蒸しパン付き）

＊キッズヨガ

対象 3歳～小学生の子どもと親
日時 5月12日・26日(日) 10:30～11:30
料金 各500円

会場 ワニワニクラブ（ぷらっと。てついち内）
申込方法 各前日まで、メールで
詳細 CoCo（ココ） LuNa（ルナ）・高子 ☎090-6994-2081
✉ cocoluna.murorann@gmail.com

＊子育てサロン

民生・児童委員が中心となり、親子の交流の場として開設しています。

● ときわ子育てサロン（親子遊び） 無料
対象 市内の就学前の子どもと親
日時 5月13日・20日(月) 10:00～12:00（20日は〝ととけっこう〟が来ます）
会場 常盤町会館（中央町2-8-23）
詳細 同サロン・出村 ☎22-1899

● 八丁平子育てサロン（親子遊びと昼食）
対象 市内の就学前の子どもと親
日時 5月14日(火) 10:00～12:00
会場 八丁平第一町会会館（八丁平3-33-1）
料金 1家族100円（昼食代）
詳細 同サロン・中川 ☎46-2213

● 寿町子育てサロン（親子遊び） 無料
対象 原則、日の出町・寿町・東町の就学前の子どもと親（対象外の地域からの参加は要相談）
日時 5月14日・28日(火) 10:00～11:45
会場 寿町会館（寿町1-18-6）
詳細 同サロン・斉藤 ☎46-2134

＊子育てのわ ～輪と和～

「イラッとした時の言葉選び」をテーマに、話し合います。

日時 5月28日(火) 10:00～11:30
会場 生涯学習センター「きらん」
料金 500円
申込方法 5月27日まで、電話またはメールで
詳細 The birds and bees 思春期活動推進会・髙村 ☎090-1302-5116
✉ bird.bees2010@gmail.com

＊たんぽぽ文庫（本の貸し出し） 無料

日時 5月16日・23日・30日(木) 14:30～16:00
会場 自宅（白鳥台2-40-12）
詳細 同文庫・安藤 ☎090-9517-6955

＊おはなしやさん 絵本の読み聞かせ 無料

日時 5月9日・23日(木) 10:30～11:00
会場 イオン室蘭店
詳細 おはなしやさん・吉田 ☎43-5912

＊ベビーマッサージ SMILEサロン

対象 生後1カ月以上の赤ちゃんとママ
日時 5月14日(火) 10:00～11:30
定員 先着7組
料金 2,000円
申込方法 5月13日まで、申込フォームで（https://resast.jp/events/334702）

＊お茶会♡SMILEサロン

子育てや夫婦などのテーマを決めて話しながら交流できます。手作りパンもあります。

対象 妊婦、子育て中のママ
日時 5月21日(火) 10:00～11:30
定員 先着10人
料金 1,000円
申込方法 5月20日まで、申込フォームで（https://resast.jp/events/334703）

会場 道営住宅「であえーる」集会所
詳細 産後ケア教室SMILEサロン・澤田 ☎080-6069-4254

＊ベビーマッサージ教室

対象 生後3カ月以上の子どもと保護者
日時 5月21日(火) 10:30～12:30
会場 胆振地方男女平等参画センター（ミンクール）
料金 2,000円
申込方法 5月20日まで、メールで
詳細 Present・齋藤 ☎090-5981-5049
✉ babymassage.present@gmail.com

子育て応援団に入りました

（3月31日現在）

- かわいいおうちLABO（DIY、小物作り）
- 彩栄塗装
- うまれる上映プロジェクトin室蘭
- ㈱ファイナンシャルプランナーズ花園

《詳細》子育て支援課 ☎50-5101