おいでよ♪ 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

4/22(水)13:00～15:00

プレママ(16週以降の安定期の妊婦)とママ(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。
保健師や助産師、保育士がいますので、気軽に相談してください。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。

ミニ講話　しあわせ授乳「助産師のおはなし」

赤ちゃん向けの手遊びや妊産婦向けの簡単なストレッチも行います。

時間　13:30～14:00
用意する物　母子健康手帳

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

らんらんのルームであそぼう

無料 当日直接

《詳細》子育て支援センターらんらん(常盤保育所内) ☎25-6002

ルーム	対　象	開放日時(4月)
0歳児ルーム	満1歳未満の赤ちゃんと保護者	月・火・木・金曜日 13:30～15:00
わくわくルーム	満1歳～就学前の子どもと保護者	月・火・水・金曜日 9:30～11:30

図書館に行こう!

赤ちゃんライブラリー ～絵本とともだちに～

無料

《会場・詳細》
図書館 ☎22-1658
月末図書整理による休館日…4月30日(木)

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　4月15日(水)　10:30～11:30
定員　先着3組程度
申込方法　4月1日から14日まで、電話で

4月のフッ素塗布

予約

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

対象　1歳3カ月～就学前の子ども

日時

3日(金)・8日(水)・14日(火)・16日(木)	12:15～13:15
23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

4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
1(水)	おはなし会 10:30　図書館本館	図書館
3(金)	3歳児健診(平成29年3月生まれ) 12:30　保健センター	健康推進
4(土)	おはなし会 10:30　図書館本輪西分室	図書館
8(水)	3歳児健診(平成29年3月生まれ) 12:30　保健センター	健康推進
	おりがみ教室「チューリップ」 (小学生以下の子どもと保護者、先着10組程度) 15:15　生涯学習センター「きらん」キッズパーク	きらんK
10(金)	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
11(土)	おはなし会 11:00　生涯学習センター「きらん」ブックパーク	きらんB
13(月)～15(水)	親子で簡単せいさく 9:30(満1歳～就学前の子どもと保護者) 13:30(満1歳未満の赤ちゃんと保護者) 子育て支援センターらんらん(常盤保育所内)	らんらん
14(火)	1歳6カ月児健診(平成30年8月生まれ) 12:30　保健センター	健康推進
14(火)～16(木)	おはなし会 11:30　図書館輪西分室	図書館
15(水)	4カ月児健診(個別通知) (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
	作ってあそぼ！「こいのぼり」 (小学生以下とその保護者、先着10組程度) 15:00　生涯学習センター「きらん」キッズパーク	きらんK
15(水)16(木)	4月生まれのおたんじょうかい 11:20　おたんじょうかい 14:30　ハーフバースデー(生後6カ月のお祝い) 子育て世代包括支援センター「ここらん」	ここらん
16(木)	1歳6カ月児健診(平成30年8月生まれ) 12:30　保健センター	健康推進
18(土)	おりがみ教室「チューリップ」 (小学生以下の子どもと保護者、先着10組程度) 15:15　生涯学習センター「きらん」キッズパーク	きらんK
19(日)	英語のおはなし会 11:15　図書館本館	図書館
21(火)	4月生まれのおたんじょうかい 9:30(満1歳～就学前の子どもと保護者) 13:30(満1歳未満の赤ちゃんと保護者) 子育て支援センターらんらん(常盤保育所内)	らんらん
22(水)～24(金)	親子で楽しむ簡単せいさく(各先着20組程度) 10:00　子育て世代包括支援センター「ここらん」	ここらん
25(土)	作ってあそぼ！「こいのぼり」 (小学生以下とその保護者、先着10組程度) 13:00　生涯学習センター「きらん」キッズパーク	きらんK

《詳細》
健康推進 健康推進課 ☎45-6610　図書館 図書館本館 ☎22-1658
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
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

こどもの読書週間の催し 無料

出会えたね。
とびっきりの一冊に。

《詳細》図書館 ☎22-1658

おはなし会 4/25(土)

対象 幼児～小学生
○**時間** 10:30～11:15
会場 図書館本館
(協力：鉄ン子文庫)
○**時間** 10:30～11:00
会場 えほん図書館
(白鳥台ショッピングセンターハック内)
(協力:たんぽぽ文庫)

うたってあそぼう ととけっこう 5/5(火)

わらべうた遊びや絵本の読み聞かせを行います。
対象 1歳半～3歳の子どもと保護者
時間 11:00～12:00
会場 図書館本館(協力:ととけっこう)
定員 先着10組
申込方法 4月1日から5月3日まで、電話で

こどもの日 海しク体験 5/5(火)

カヌーやヨットを体験し、動力船のクルージングで室蘭港を満喫します。
(年齢により体験できないプログラムがあります)

対象 市内、近隣市町の5歳～中学生
(小学6年生以下は保護者同伴)
時間 10:00～15:00(9:30から受け付け)
定員 先着20人
料金 1,000円、就学前の子どもは無料
申込方法 4月1日から28日まで、電話、または、B&G海洋センター備え付けの申込書で、ファクスか直接

《会場・詳細》
B&G海洋センター
☎26-2082 FAX26-2083

子育て講座 子育てについて学びませんか?

親子講座 1歳児いちごクラブ 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。保健師への質問コーナーもあります。※再参加はできません。
対象 平成30年6月～平成30年12月に生まれた子どもと親
日時 5月15日・22日・29日(金曜日、全3回)
10:00～11:30
定員 先着20組
申込方法 4月14日から、電話または直接

《会場・詳細》
子育て世代包括支援センター「ここらん」☎45-2022

泳げなくても大丈夫 ジュニアヨット教室

ヨットの体験と水辺で安全に活動できるよう、救助法を学びます。
対象 ヨットが初心者の小中学生
日時 5月10日(日)～8月(全12回) 9:00～11:30
定員 先着15人
料金 6,000円(別途、保険は任意で申し込み)
※毎回、ヨット使用料70円が必要。回数券も有ります。
申込方法 4月1日から29日まで、電話、または、B&G海洋センターに備え付けの申込書をファクスで

《会場・詳細》B&G海洋センター☎26-2082 FAX26-2083

りにゅう食教室 無料

これから赤ちゃんに離乳食を始める人や、すでに初期・中期食を始めている人が対象です。簡単なメニューと作り方を紹介します。栄養士・保健師による子育て相談も受け付けています。
日時 4月17日(金) 13:30～15:00
会場 保健センター 3階
申込方法 4月16日まで、電話で

《詳細》健康推進課 ☎45-6610

リフレッシュ講座

おうち性教育＆ベビーマッサージ ～わが子が幸せになるための赤ちゃんからできる性の伝え方～

対象 1歳未満の赤ちゃんと保護者
日時 5月8日(金) 10:00～11:00
定員 先着20組 **料金** 500円(オイル代)
申込方法 4月9日9時から、電話または直接

《会場・詳細》
子育て世代包括支援センター「ここらん」☎45-2022

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 4月22日(水) 18:30～19:15
定員 先着15人 **料金** 500円
申込方法 4月1日から21日まで、電話で

《会場・詳細》サンライフ室蘭 ☎55-3040

「むろらん子育てガイドブック」を発行します

妊娠期から子育て期にわたる情報をまとめた、「むろらん子育てガイドブック」を発行しました。

たくさんの予防接種や健診は子育てカレンダーで分かりやすく、外でも屋内でもたくさん遊べるお出かけスポットは動画(AR)でイメージしやすく、見て楽しい、使って便利なガイドブックです。

※4月中旬から市ホームページでも公開する予定です。

HPhttp://www.city.muroran.lg.jp/main/org4510/kosodateguid.html

備付場所
- 子育て支援課(市役所本庁舎)
- 戸籍住民課(広域センタービル)
- 健康推進課
- 子育て世代包括支援センター「ここらん」
- 子育て支援センターらんらん(常盤保育所内)
- 子ども発達支援センターあいくる

子育て情報はこちらから

《詳細》子育て支援課 ☎50-5101

スマホアプリでイベント情報をGET!!

子育て世帯向けのイベントスケジュールや学校行事の予定をスマートフォンなどの端末から、確認できるようになりました。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

カレンダーアプリ「ジョルテカレンダー」

アプリをダウンロードし、イベントスケジュールや表示したい学校の行事予定を2次元バーコードから読み取り、追加します。

子育て情報サイト・アプリ「いこーよ」

アプリをダウンロードし、位置情報の利用を許可、または、サイトにアクセスし、室蘭市のイベントを検索します。

子育て応援団のお知らせ

舞台鑑賞例会 劇団CAN(キャンセイゲイ)青芸『君がいるから』

3匹の犬が繰り広げる友情を描いた舞台です。

対象 小学5年生～高校生と保護者
日時 4月10日(金) 19:00～20:05(18:40開場)
会場 生涯学習センター「きらん」

会員募集 舞台鑑賞を楽しもう

親子で会員になり、舞台鑑賞や遊びを楽しむ子育ての会です。

対象 子どもと保護者
料金 入会時に1人2,600円(入会金200円、会費 月額1,200円×2カ月分)
3歳以下は無料
詳細 室蘭子ども劇場 ☎43-3790

おんがくのおくりものコンサート 無料

小さなお子さん向けに行う、1時間程度のコンサートです。歌や音楽あそびもあり、家族みんなで楽しめます。

対象 子どもと保護者
日時 4月12日(日) 10:30(10:15開場)
会場 エルム楽器室蘭支店4階 エルムミュージックサロン
申込方法 4月11日まで、電話で
詳細 同店 ☎0120-385-386

ベビーヨガ

親子で一緒に体を動かしたり、ママ同士で交流しませんか。

対象 2カ月～2歳の子どもと親(帝王切開の場合は3カ月以上)
日時 4月10日・24日(金) 11:00～12:00
会場 ぷらっと。てついち
料金 各1,300円(蒸しパン2個付き)
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

おもちゃの修理(部品により有料)

日 時	会 場
4月12日(日) 11:00～15:00	ふれあいサロン ほっとな～る(中島町)
4月26日(日) 11:00～15:00	青少年科学館

詳細 おもちゃの病院「中島」・水木 ☎46-7550

おはなし会においでよ! 無料

おはなし『桃太郎』やパネルシアター『神様からの贈り物』、人形劇『赤ちゃん赤ちゃん なぜ泣くの』を行います。

日時 4月19日(日) 9:30～10:00
会場 日本キリスト教会室蘭教会(幸町5-16)
詳細 同教会 ☎22-6086

子育て応援団に入りました

(2月29日現在)

- てんまる堂
- ほっかいどう野原色プロジェクト
- マークの英会話教室

《詳細》子育て支援課 ☎50-5101