

ささえねっと

令和8年 9月 第176号
発行 安城市子育て支援センター
(あんぱ〜く内)



安城市子育て支援センターの遊び広場紹介

★対象者：安城市在住の方 ※対象月齢とは、遊び広場開催日のお子さんの月齢です。
★申込：『あんぴよ』のみとなります。

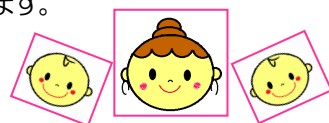


予約開始日の午前9時から
開催日前日の午後4時まで受付
予約制・先着順

★ふたご・みつごルーム★

ふたご、みつご等多胎児親子が気軽に集い、遊べるルームです。多胎妊婦さんも大歓迎です。遊びながらお話し、多胎児のママ同士共感したり、妊婦さんは出産前に知りたい情報を得ることができたと喜ばれたりしています。

★ふたご・みつご広場★



ピアサポーター（多胎児育児経験者）を交えて「多胎児ならではの」のおしゃべりをして、のんびりすごしませんか。お子さんと遊んでくれる託児ママボランティアもいて安心です。多胎妊婦さんもぜひご参加ください。

	ふたご・みつごルーム	ふたご・みつご広場	
	開催日	開催日	予約開始日
9月	29日 (火)	8日 (火)	8/12 (水)
10月	6日 (火)・20日 (火)		9/14 (月)
11月	26日 (木)	10日 (火)	10/13 (火)
12月	25日 (金)	★11日 (金) 多胎児育児講習会	11/13 (金)
1月	8日 (金)・19日 (火)		12/14 (月)
2月	2日 (火)・16日 (火)		1/5 (火)
3月	11日 (木)	2日 (火)	2/14 (木)

対 象：おおむね3歳未満の多胎児と保護者、
多胎妊婦、多胎児育児経験者

定 員：30人

場 所：安城市子育て支援センター
(あんぱ〜く) 多目的ホール

時 間：午前10時～11時30分

★12月11日 (金) 定 員：15組

内 容：「多胎児育児の心の持ち方について」

時 間：午前10時～11時15分

★赤ちゃん広場★

月齢の近いお子さんと保護者の方が一緒に遊びながら話をしたり、情報交換したりする場です。

赤ちゃんと一緒に出かけたいな、どこか遊べるところはあるかなと思ったら、ぜひこちらにご参加ください。

対象	①0か月～7か月の子	②8か月～1歳未満の子	
	開催日		予約開始日
9月	10日 (木)	30日 (水)	8/19 (水)
10月	14日 (水)	28日 (水)	9/24 (木)
11月	12日 (木)	25日 (水)	10/19 (月)
12月	17日 (木)	23日 (水)	11/27 (金)
1月	12日 (火)	27日 (水)	12/21 (月)
2月	5日 (金)	24日 (水)	1/18 (月)
3月	3日 (水)	10日 (水)	2/10 (水)

対 象：①0か月～7か月の子と保護者

②8か月～1歳未満の子と保護者

定 員：30人

場 所：安城市子育て支援センター
(あんぱ〜く) 多目的ホール

時 間：午前10時～11時30分



★プレママプレパパ広場★

～情報提供～

子育て支援センター職員が、安城市子育て支援総合拠点「あんぱ〜く」内の案内や子育て情報をお伝えします。出産前に、お子さんと遊びに行くことができる場所、月齢によって楽しめる広場や講習会などの情報を知り、子育てを楽しんでみませんか。

～助産師来所～

プレママプレパパ広場に助産師が来所します。出産や子育てについての不安や心配事、妊娠中から知っておきたいこと等、助産師を交えて話しながら情報を得たり、プレママプレパパ同士、子育ての仲間作りをしたりしませんか。プレママと一緒にプレパパの参加も大歓迎です。

おしゃべり会

2か月～5か月の第1子のお子さんを育児している先輩ママ・パパより、妊娠期から出産、現在に至るまでの話を聞いたり、アドバイスをもらったりします。かわいい赤ちゃんを見ながら、赤ちゃんとの生活をイメージしてみませんか。

	～情報提供～	～助産師来所～	～おしゃべり会～	
	開催日			予約開始日
9月	26日	—	12日	8/14 (金)
10月	10日	24日	—	9/11 (金)
11月	—	—	14日	10/16 (金)
12月	26日	12日	—	11/16 (月)
1月	9日	—	23日	12/18 (金)
2月	27日	13日	—	1/15 (金)
3月	27日	—	13日	2/12 (金)

対 象：妊娠中のママとパパ
(ママ、パパおひとりでの参加もお待ちしております。)

定 員：20人

場 所：安城市子育て支援センター
(あんぱ〜く)
多目的ホールまたは
ファミサポ用託児室

時 間：午前10時～11時30分

★親子遊び講習会★

場 所：あんぱ〜く 多目的ホール
時 間：午前10時～11時15分

予約開始日の午前9時から
開催日前日の午後4時まで受付
予約制・先着順

開催日	内 容	対 象	予約開始日
9/15 (火)	「大型絵本とコンサートを楽しもう」 ママさんバンド フルーツキッズ	おおむね3歳未満の子と 保護者 30組	8/17 (月)
10/5 (月)	「音楽に合わせて親子で遊ぼう」 あおみくらふ代表 青山 尚実氏	1歳～おおむね3歳未満の子 と保護者 30組	9/7 (月)
11/19 (木)	「赤ちゃんと一緒に骨盤体操」 助産師 古川 寛野氏	2か月～1歳未満の子と 保護者 30組	10/21 (水)
12/9 (水)	「リトミックを楽しもう」 い〜ないちごくらぶ 岡 奈弥氏	1歳～おおむね3歳未満の子 と保護者 30組	11/11 (水)
R9.1/14 (木)	「親子でベビーヨガを楽しもう」 ヨガインストラクター 須田 恵利華氏	2か月～1歳未満の子と 保護者 30組	12/16 (水)
R9.2/17 (水)	「TOY (トイ) コンサート」 Shamo (シャモ)	おおむね3歳未満の子と 保護者 30組	R9.1/20 (水)

★助産師による個別相談★

相談時間は、おひとり15分で、母子同室です。

母乳、卒乳、離乳食、お母さんの体の事の中から相談内容を1つ決めてからお越しください。

※予約時間を過ぎても見えない場合は、キャンセルになることもありますので、予約時間の5分前にはお越しください。

対 象 : 1歳未満の子と保護者(安城市在住の方) 場 所 : 安城市子育て支援センター(あんぱ〜く) 多目的ホール
持 ち 物 : 母子手帳 申 込 : 『あんぴよ』のみとなります。

8カ月〜1歳未満の赤ちゃん広場と一緒に参加できます。赤ちゃん広場と助産師相談それぞれに申し込みをしてください。

相談日	予約開始日
9月30日(水)	9月 1日(火)
10月28日(水)	10月 2日(金)
11月25日(水)	11月 2日(月)
12月23日(水)	11月30日(月)
1月27日(水)	1月13日(水)
2月24日(水)	1月26日(火)
3月10日(水)	2月22日(月)

【 時 間 】

- ① 午前10時〜10時15分
- ② 午前10時20分〜10時35分
- ③ 午前10時40分〜10時55分
- ④ 午前11時〜11時15分
- ⑤ 午前11時20分〜11時35分

★臨床心理士・公認心理士による個別相談★

☆お子さんの成長や発達に関すること ☆子育てに関すること ☆ご自身の悩みや心配事に関すること

何でも気になることがあればご相談ください。★3歳未満のお子さんについては同室で遊ばせながらゆっくり相談できます。



相談日	予約開始日
9月17日(木)	9月 1日(火)
10月19日(月)	10月 2日(金)
11月17日(火)	11月 2日(月)
12月14日(月)	11月30日(月)
1月28日(木)	1月13日(水)
2月10日(水)	1月26日(火)
3月 8日(月)	2月22日(月)

対 象 : 0歳〜18歳未満の子と保護者(安城市在住の方)
定 員 : 2枠(①②)・11月のみ4枠(①②③④)
時 間 : ①午前9時30分〜10時30分
②午前10時40分〜11時40分
③午後2時20分〜3時20分
④午後3時30分〜4時30分
場 所 : 安城市子育て支援センター(あんぱ〜く) ファミサボ用託児室
申 込 : 『あんぴよ』のみとなります。

①安城市子育て支援センター (あんぱ〜く内)	②二本木子育て支援センター (二本木保育園内)	③あけぼの子育て支援センター (あけぼの保育園内)	④さくら子育て支援センター (さくら保育園内)	⑤和泉子育て支援センター (和泉保育園内)
〒446-0065 安城市大東町8-2 TEL/0566-72-2317 FAX/0566-74-7457	〒446-0055 安城市緑町1-29 TEL/0566-77-2774 FAX/0566-77-2791	〒446-0008 安城市今本町8-9-8 TEL・FAX 0566-97-2276	〒444-1154 安城市桜井町桜西1-2-6 TEL・FAX 0566-99-2100	〒444-1221 安城市和泉町北本郷237 TEL/0566-92-8100 FAX/0566-92-0090
施設利用時間				
① 月〜土曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時〜正午、午後1時〜3時30分				
②〜⑤ 月〜金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時〜正午、午後1時〜3時30分				
子育て相談(電話、来所)				
① 月〜土曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時〜正午、午後1時〜4時				
②〜⑤ 月〜金曜日(祝日、年末年始を除く) 午前9時〜正午、午後1時〜3時30分				



手づかみ食べのススメ♪

自分で食べるための第一歩です。お子さんに積極的に食べ物にさわらせ、離乳食後期以降手づかみ食べ、かじりとり練習を進めていきましょう。

こんな効果があります！

- ★「自分で食べる」機能の発達を促します。
食べ物を目で確かめて、手でつかんで口まで運び、口に入れるという一連の動作を学びます。
- ★ 自分で食べる楽しさや意欲を育てます。



ひと口サイズの食べ物ばかり与えていませんか？

前歯を使って食材をかじりとり、自分に合ったひと口量を覚えよう！



かじりとりを経験することで、ひと口量を学び、よく噛むことに繋がります。
まずは、大人の介助による「かじりとり」から始めます。
かじり取る部分を残して、親指と他の指で食材を挟んで持ちましょう。

～かじり取り、手づかみ食べにおすすめの食材～



★食材は、ひと口で入りきらない口幅より大きいものを用意しましょう。



茹でだいこん

水分が多いため、かじりとりやすい食材です。
にんじん、さつまいも、かぼちゃなどもおすすめです。



フレンチトースト

卵、牛乳の水分でしっとりするため噛み切りやすいです。
少し弾力があるため、口の中でまとめる練習になります。



コロッケ

複数の食材で、異なる食感を体験しましょう。
消化機能が育つ1歳ごろから少しずつ揚げ物を食べられます。



*保護者も一緒に食べお手本を見せましょう。
食べ終わったあとは、お子さんのお口の中に何も残っていないことを確認しましょう。

「自分でやりたい」という気持ちを大切に、楽しい食事時間にしましょう♪

＜問い合わせ先 安城市保健センター ☎0566-76-1133＞

