

令和6年度 白石市地域子育て支援センター育児講座・活動案内

# 白石市地域子育て支援センター

## 親子でワン・ツー・ステップ！

～新しい場所でいろいろな人と出会い、ふれあいながら  
いっぽ、いっぽ大きくなっていきましょう～



みんな  
あそびにきてね！

白石市地域子育て支援センター  
キャラクター あいあい



白石市地域子育て支援センター  
るーむと育児講座申し込み

### 白石市地域子育て支援センター（あいあい）

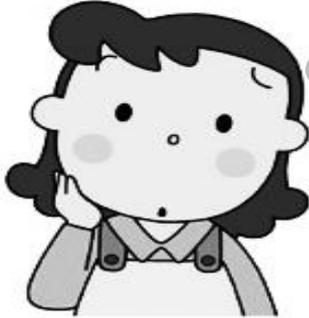
住所：〒989-0275 白石市字本町27

TEL：0224-22-6025（ふれあいプラザ内） FAX 0224-22-6027

e-meil：kosodate@city.shiroishi.miyagi.jp

開館日時：月曜日～金曜日（祝祭日・年末年始を除く） 8：30～17：15

## 子育て支援センターは楽しい子育てを応援します！



☆子育て情報がほしいなあ...  
☆近所に同じくらいの子どもが  
いない...  
☆転勤してきて知り合いがいない...  
☆子どもと毎日二人きり...

### ☆そんな時は！子育て支援センターをご活用ください☆

○子どもを遊ばせながらいろいろなお話をしてみませんか？  
ちょっと外に出て話をすると気分転換になりますよ。子育て支援センターでは、親子で楽しめるいろいろな育児講座や活動を行っています。お気軽に子育て支援センターに遊びに来てください！

## 子育て支援センターは育児サークルも応援します！

○ママ友ができたらみんなで集まって、育児の情報交換をしたり、子どもを遊ばせながら子育てトークをしたりできるサークルを作りませんか？

○あそび場の提供や遊具の貸し出し、絵本や紙芝居の読み聞かせ、ふれあい遊びなどの保育の提供など要望に応じて様々な支援をします。  
お気軽にご相談ください。

楽しいサークル  
作ろうよ！





# 子育て支援センター 育児講座・活動



活動名	活動内容	場所
ベビーあいあい	産後2カ月～7カ月のママと赤ちゃん対象 ベビーマッサージや産後のママの体をメンテナンスをします	ふれあいプラザ 和室
りとるあいあい	8カ月～1歳11カ月のお子さんと保護者対象 音楽に合わせての親子体操やママダンスがあります	ふれあいプラザ 和室
あかちゃん3B体操	3カ月～11カ月の赤ちゃんと保護者対象 音楽に合わせての赤ちゃん体操やママ体操があります	ふれあいプラザ 和室
りとるキッズ3B体操	1歳3カ月～就園前のお子さんと保護者対象 3つの道具を使いながら親子で楽しく体を動かします	ふれあいプラザ 和室
わらべうたあそび	2カ月～就園前のお子さんと保護者対象 昔から伝わるわらべうたあそびを親子で楽しみます	ふれあいプラザ 和室
ママヨガ教室	8カ月～就園前のお子さんと保護者対象 親子のふれあい遊びやママのヨガ等があります	ふれあいプラザ 和室
絵画造形教室	2歳～就園前のお子さんと保護者対象 いろいろな素材を使い描いたり作ったりを楽しみます	ふれあいプラザ 和室
保育園・幼稚園のお話会	翌年度保育園・幼稚園への入園を検討している保護者対象 保育園・幼稚園の先生を招いて入園に向けての話を聞きます	ふれあいプラザ 研修室
保育園・幼稚園で遊ぼう会	北保育園・白川保育園・大鷹沢保育園・第二幼稚園に遊びに行きます 施設見学や園児との交流もできます（各園1回開催）	各園
あいあい夏まつり	2カ月～就園前のお子さんと保護者対象 支援センターの夏まつりです 夏まつりごっこをみんなで楽しみます	ふれあいプラザ 2F
絵本の読み聞かせ会	2カ月～就園前のお子さんと保護者対象 いろいろな年齢に合わせた絵本を紹介します	ふれあいプラザ 和室 図書館
子育て“るーむ”	お子さんの年齢・月齢に合わせて4つの“るーむ”を開催しています 親子でのふれあい遊びなど楽しい遊びを計画しています	ふれあいプラザ 和室
あいあいデー	2カ月～就園前のお子さんと保護者対象 月齢や年齢に合わせたおもちゃや運動遊びのコーナーで遊びます	ふれあいプラザ 2F
ふれあいプラザクリスマス会	2カ月～就園前のお子さんと保護者対象 *ふれあいプラザ・ファミリーサポートセンター・地域子育て支援センター共同開催 ふれあいプラザに集うみんなのクリスマス会です	ふれあいプラザ 2F

※詳しい日程・時間などは次ページをご覧ください。

☆全講座・活動は事前に申し込みが必要となっております。（育児講座は定員があります）

☆感染症対策や気候状況等により、事業が延期または中止になることがあります。ご了承下さい。

☆開催、受付開始日などは、支援センター通信「あいあいだより」や広報しろいし、市のホームページなどをご覧ください。申し込みは、白石市地域子育て支援センターに電話か来館で申し込みください。

TEL：0224-22-6025（ふれあいプラザ内）



白石市地域子育て支援センター  
るーむと育児講座申し込み

# 令和6年度 地域子育て支援センター育児講座

☆地域子育て支援センターでは、親子でいろいろな体験ができる楽しい講座を開催します。  
ぜひご参加ください。

## ベビーあいあい

○産後のママの体は、出産や、慣れない育児でお疲れですよ。セルフコンディショニングでご自身の体を癒しませんか？セルフコンディショニングの時間はスタッフが赤ちゃんを見守っています。また、ベビーマッサージも行います。

対象： 産後2カ月～7カ月のママと赤ちゃん（8組）  
講師： コンディショニングインストラクター 八巻奈美子先生  
持ち物： バスタオル1枚 フェイスタオル1枚 飲み物



★全4回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

5/27（月）	9/9（月）	10/21（月）	12/16（月）
---------	--------	----------	----------

## りとるあいあい

○音楽に合わせてながら親子のスキンシップを楽しみましょう。軽快な音楽に合わせてのママダンスもあります。体を動かしリフレッシュしませんか？ママダンスの時間はスタッフがお子さんを見守っています。

対象： 8カ月～1歳11カ月のお子さんと保護者（8組）  
講師： コンディショニングインストラクター 八巻奈美子先生  
持ち物： 飲み物



★全4回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

6/3（月）	8/2（金）	11/25（月）	1/27（月）
--------	--------	----------	---------

## あかちゃん3B体操

○3つの道具を使って、音楽に合わせてやさしく体を動かす赤ちゃんとのママの体操講座です。ママの体操やストレッチもあり、リフレッシュになりますよ。ママの体操の時間はスタッフが赤ちゃんを見守っています。

対象： 生後3カ月～11カ月の赤ちゃんとの保護者（8組）  
講師： 日本3B体操協会 中島弘子先生  
持ち物： バスタオル1枚 飲み物



★全4回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

6/7（金）	8/30（金）	11/22（金）	3/7（金）
--------	---------	----------	--------

## りとるキッズ3B体操

○3つの道具を使って、親子で音楽に合わせて体をのびのび動かしたり、道具を使って運動遊びをしたりします。ママの体操もあります。ママの体操の時間はスタッフがお子さんを見守っています。

対象： 1歳3カ月～就園前のお子さんと保護者（8組）  
講師： 日本3B体操協会 中島弘子先生  
持ち物： 飲み物



★全2回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

5/17（金）	10/18（金）
---------	----------

## わらべうたあそび

○昔から伝わるわらべうた遊びを親子で楽しめます。わらべうたの心地よい旋律を聴いていると、楽しく豊かな気持ちになります。お子さんとのスキンシップも楽しくなります。また、わらべうたに込められた子育ての思いも学べます。

対象： 2カ月～就園前のお子さんと保護者（8組）  
講師： 半田美佳先生  
持ち物： 飲み物



★全2回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

7/9（火）	2カ月～1歳までのお子さんと保護者
1/20（月）	歩行のできる1歳～就園前のお子さんと保護者

## ママヨガ教室

○お子さんと一緒に体を動かして楽しく遊びます。後半の時間は、日々の育児の疲れが癒せるよう、ママヨガの時間があります。ヨガの時間はスタッフがお子さんを見守っています。

対象： 8カ月～就園前のお子さんと保護者（8組）  
講師： Shukuru(シュクル) 代表 村上真紀（マキ）先生  
持ち物： 飲み物



★全6回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

4/26（金）	5/24（金）	7/26（金）	9/13（金）
11/8（金）	2/28（金）		

## 絵画造形教室

○身近な素材や、普段あまり触れない珍しい教材などを使って、描いたり、作ったりの造形遊びをします。子どもたちの創造力も刺激され、楽しい作品が出来上がります。

対象： 2歳～就園前のお子さんと保護者（8組）  
講師： カワイ造形教室 柰師英子先生 他  
持ち物： 手拭き用ぬれタオル 汚れてもよい服



★全4回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

9/25（水）	10/23（水）	12/18（水）	3/5（水）
---------	----------	----------	--------

## 保育園・幼稚園のお話会

○初めての入園には、不安や疑問がいっぱいありますよね。入園に関することや生活遊び、給食やお弁当、送迎など様々な疑問に現場の先生がお答えします。

対象： 保育園・幼稚園への入園を検討されている保護者の方（25名）  
持ち物： 飲み物 筆記用具

★全1回 ふれあいプラザ研修室1・2（申し込み必要）

9/27（金）	※お子さん連れの参加も可能です
---------	-----------------



## 保育園・幼稚園で遊ぼう会

○市内の保育園や幼稚園に遊びに行きます。園児と交流したり、園内で遊ばせてもらったりしながら、集団生活の様子や施設環境を見学できます。将来就園する時の参考にもなります。

対象： 保育園は0歳児から 幼稚園は2歳以上のお子さん  
現地集合・解散できる方（各園8組）



★各園1回（申し込み必要）

白川保育園	北保育園	第二幼稚園	大鷹沢保育園
10/1（火）	10/3（木）	10/8（火）	10/11（金）

## あいあい夏まつり

○支援センターの夏まつりです。楽しいコーナー遊びを準備します。みんなで夏まつりごっこを楽しみましょう。

対象： 2カ月から就園前のお子さんと保護者（25組）

持ち物： 飲み物 タオル 着替え サンダル 帽子（おうちの方も）

★全1回 ふれあいプラザ（申し込み必要）

7/11（木）



## 絵本の読み聞かせ会

○いろいろな年齢に合わせた楽しい絵本を紹介します。絵本選びの参考にしてみてください。手遊びや文学あそびも交えて行います。

対象： 2カ月から就園前のお子さんと保護者（10組）

★全3回 ふれあいプラザ和室（申し込み必要）

6/28（金）	8/6（火）	12/17（火）
場所：ふれあいプラザ和室	場所：ふれあいプラザ和室	場所：図書館アテネ



## ふれあいプラザクリスマス会

○ふれあいプラザのクリスマス会です。クリスマスの曲を聴いたり、職員の出し物を見たりして、みんなでクリスマスを楽しみましょう。

\*ふれあいプラザ・ファミリーサポートセンター・地域子育て支援センター共同開催

対象： 2カ月から就園前のお子さんと保護者（25組）

★全1回 ふれあいプラザ（申し込み必要）

12/12（木）



☆全講座・活動は事前に申し込みが必要となっております。（育児講座は定員があります）

☆感染症対策や気候状況等により、事業が延期または中止になることがあります。ご了承ください。

☆開催、受付開始日などは、支援センター通信「あいあいだより」や広報しろいし、市のホームページなどをご覧ください。申し込みは、白石市地域子育て支援センターに電話か来館、ネットで申し込みください。

TEL：0224-22-6025（ふれあいプラザ内）



白石市地域子育て支援センター  
一むと育児講座申し込み

# 令和6年度 子育て支援センター “るーむ” 年間予定

- ☆ “るーむ” は事前申し込み制です。“るーむ” 開催2日前までに支援センターに電話か、直接の来館、ネットにてお申込みください。受付は（平日）8：30～17：15です。
- ☆ “るーむ” は、お子さんの月齢、年齢、発達に合った “るーむ” にお越しください。
- ☆ “るーむ” 受付時間は9時45分～10時15分となっています。
- ☆ らんらんるーむとさんさんるーむは合同で行います。
- ★ 感染症対策や気候状況等により、“るーむ” の日程が変更や中止になることがあります。



白石市地域子育て支援センター  
るーむと育児講座  
申し込み

るーむ名	開催日			
<b>にこにこるーむ</b> 対象：生後2カ月～7カ月の赤ちゃんと保護者 場所：ふれあいプラザ 和室 持ち物：バスタオル・飲み物 ☆赤ちゃんとのふれあい遊びやわらべうたを中心に遊びます。また、ママ同士の交流もでき、子育てに関する情報交換などもできます。お子さんに合わせたペースで安心して過ごしていただけます。ベビースケールで体重のチェックもできます。	4/23 (火)	5/23 (木)	6/18 (火)	7/16 (火)
	8/27 (火)	9/17 (火)	10/15 (火)	11/12 (火)
	12/4 (水)	1/24 (金)	2/10 (月)	3/3 (月)

<b>わくわくるーむ</b> 対象：8カ月～1歳4カ月の赤ちゃんと保護者 場所：ふれあいプラザ 和室 持ち物：飲み物 ☆動き回るのが楽しくなってくる時期。自由に動ける環境を作りながら、楽しいふれあい遊びやわらべうたあそびを中心に遊んでいきます。手遊びや絵本も紹介します。	4/16 (火)	5/16 (木)	6/25 (火)	7/18 (木)
	8/22 (木)	9/3 (火)	10/7 (月)	11/11 (月)
	12/2 (月)	1/22 (水)	2/17 (月)	3/10 (月)

<b>らんらんるーむ</b> 対象：1歳5カ月～2歳0カ月のお子さんと保護者 場所：ふれあいプラザ 和室 持ち物：飲み物 ☆まねっこが楽しくなってくる時期です。手遊びや体操、ふれあい遊びで体を動かしたり、親子で手作りおもちゃを作ったりしながら楽しく遊びましょう！	4/18 (木)	5/15 (水)	6/20 (木)	7/2 (火)
	8/29 (木)	9/19 (木)	10/17 (木)	11/6 (水)
	12/3 (火)	1/23 (木)	2/12 (水)	3/12 (水)

<b>さんさんるーむ</b> 対象：2歳1カ月～就園前のお子さんと保護者 場所：ふれあいプラザ 和室 持ち物：飲み物 ☆言葉がたくさん出てきて会話が楽しくなってくる時期です。みんなで歌ったり体操したり、簡単な制作遊びをしたりして楽しく遊びましょう。絵本や紙芝居などのお話の時間もありません。	4/18 (木)	5/15 (水)	6/20 (木)	7/2 (火)
	8/29 (木)	9/19 (木)	10/17 (木)	11/6 (水)
	12/3 (火)	1/23 (木)	2/12 (水)	3/12 (水)

<b>あいあいデー</b> 対象：生後2カ月～就園前のお子さんと保護者 場所：ふれあいプラザ 持ち物：飲み物 ☆月齢や年齢に合わせたおもちゃや運動遊びのコーナーがあります。自由に遊びながらお子さん同士、ママ同士が交流できる場となっています。簡単な玩具を作ってお子さんと楽しむコーナーもあります。	4/11 (木)	5/9 (木)	6/13 (木)	7/11 (木) あいあい夏まつり
	8/8 (木)	9/12 (木)	10/10 (木)	11/14 (木)
	1/16 (木)	2/13 (木)	3/13 (木)	

# フレイルームやんちゃっこ

(ふれあいプラザ2F)

ふれあいプラザ2階にあり、お子さん連れで遊べるお部屋です。室内用の大型遊具やままごとキッチン、赤ちゃんがハイハイで登り降りを楽しめるすべり台、電車レール、ミニカー、ブロックなど楽しい遊具がそろっています。

○利用時間…月～金 午前 9:00～11:30  
午後 13:00～16:00  
土・日・祝日 10:00～16:00

○休館日 年末年始(12月29日～1月3日)



☆1階事務室にて、利用者名簿に氏名の記入をお願いします。

☆未就学のお子さんが対象のあそび場になっております。付き添いの方の責任の元でご利用願います。お子さんだけのご利用はご遠慮ください。

☆やんちゃっこ内は飲食禁止(飲食に配慮の必要なお子さんも遊びに来ているため)となっています。飲食する場合はふれあいプラザ内交流広場をお願いします。

※水分補給のための水やお茶などはやんちゃっこ内で飲んでいただいてかまいません。

☆平日は使った玩具をカウンター上のかごに入れてください。  
大きな遊具は元の位置にお戻しください。

☆絵本の貸し出しも行っています。手続きは1階事務所で行います。  
借りたい絵本を事務所までお持ちください。





支援センターキャラクター  
“あいあい”