

# あそびに おいでよ あべあべ! あ〜べ!

月刊あ〜べ通信 2025年4月号

子育てランドあ〜べは、山形市七日町にある 妊娠期〜乳幼児 が安心して過ごせる居場所です。

月	火	水	木	金	土	日
3/31	4/1	2 ★お誕生会 10:30~	3 お休み	4 ぼけっとタイム 【発達に関する講話】 『食べて、寝て、遊ぶ』 10:30~11:00	5	6
7  なのかまちの七日の日。	8 リズムあそび 10:30~10:45	9 ★赤ちゃんと一緒に 1期① 13:00~15:00	10 お休み	11	12 ★発達相談の日 ①10:00~ ②11:00~	13
14 おしごと相談 10:00~12:00	15 ★発達相談の日 ①13:30~ ②14:30~	16 ★赤ちゃんと一緒に 1期② 13:00~15:00	17 お休み	18 ★マーチの会 10:00~11:00 【ひろは利用は11:00~】	19 母乳育児 なんでも相談 10:00~12:00	20 ★シンシンの会 【シングルママの会】 10:00~11:30
21 ワイワイトーク 「お引越しママ」 10:30~11:30	22 春が来た♪ 10:30~11:00	23 ★赤ちゃんと一緒に1期③ 13:00~15:00 助産師相談 13:30~14:30	24 お休み	25 ★おやこde ストレッチ 10:00~11:00	26	27
28 ★ハーフバースデー 10:30~	29  昭和の日  お休み (館内整理日)	30 ★赤ちゃんと一緒に 1期④ 13:00~15:00	5/1 お休み	2	3 憲法記念日	4 みどりの日

- 身長・体重がはかれます(10:00~16:00)
- 4月生まれ・令和6年10月生まれのお友だちのお祝い  
※お誕生会以外の日にも随時お祝いできます
- お子さんの発達を促す親子遊びの会(対象:0~1才)

★…要予約(マークが無いものは予約不要です)  
※状況により、予定が変更になる場合があります

次月の予定は決まり次第インスタにupします。  
こまめにチェックしてみてください!



4月の  
季節  
イベント

**春が来た♪**

4月22日(火)  
10:30~11:00

場所: おやこ広場

長くて寒い冬が終わり  
春がやってきました!  
春にちなんだ歌や手遊び  
絵本の読み聞かせで  
季節を感じてみませんか?  
気軽にご参加ください☆

## あそびの イベント

4/8 (火) 10:30 ~ 10:45

### リズムあそび

おやこ広場でキーボードにあわせて、音やリズムを感じながら、楽しく体を動かしてみませんか?  
おうちの方と一緒にふれあい遊びや、音のなるアイテムやスカーフを使ってみたり、季節の歌をうたったり…感覚を刺激しながら楽しむ時間です。  
さてさて、今回はどんな遊びをするのかな? お楽しみに♪気軽にご参加ください。

## あ〜べの 近くの あのお店

### ポンツリーカフェ

七日町 1-1-1 N-GATE1F  
営業時間 11:30 ~ 15:00  
定休日 木曜日・土日祝日

あ〜べのお隣・ポンツリーカフェは、身体に優しいメニューです。地元の旬の野菜を中心に、ほっとする味付けのごはんです。ランチは【おまかせカレー】と【日替わりランチ】に加えて、3月より【豆腐ハンバーグ】が仲間入りしました! ヘルシーなお味、ぜひお試しください。カレーは、お子さんともシェアできる本格スパイス使用でも辛みなし・通常の辛さのものを選べます。  
季節行事にちなんだメニューや、あ〜べイベントと連動したテイクアウトなども行っています。ポンツリーカフェで心もからだも元気になるませんか?

## 気がるに 相談

4/19 (土) 10:00 ~ 12:00

### 母乳育児なんでも相談

「山形県母乳育児を応援する会」に所属している小児科・産婦人科のお医者さんと、山形県立中央病院と市立病院済生館の助産師さんが、月替わりでおやこ広場に来てくれます。ひろばで遊びながら、母乳育児のことはもちろん、それ以外のことも相談OKです! ミルクや離乳食のこと、お子さんの発達・成長について、ママの体調・産後の身体のこと等…気になることを相談することができます。  
当日は、身長体重が測れる「すくすくキリンの日」も同時開催です。

## おしえて! イヤイヤ期のこと

言語聴覚士・片桐弥生先生に聞きました

イヤイヤ期は、子どもの心も体も脳も成長が著しい時期。「大人の言うなりになるもんか!」「自分のことは自分で決める!」という気持ちが芽生えた『自立のための反抗期』です。これは安心できる・受け止めてくれる相手にしかしません。イヤイヤが出るのは子どもとの関係がしっかりできているということです。  
成長する上でみんなが通る道すじですが、言葉で伝える力、見通しを立てる力、状況を理解する力が育つと、だんだんと消えていきます。  
それでも対応に困ってしまう事、子どもに対してイライラしてしまうこともあるかと思えます。そんな時のヒントを3月のぼけっとタイム「こころを育てる」でお伝えしました。  
当日参加できなかった方には資料をお配りしていますので、おやこ広場に遊びに来たときに、手に取ってみてくださいね。

**子育てランドあ〜べ**

TEL 023-615-1930 休館日: 木曜日、毎月最終火曜日、年末年始  
開館時間 9:00~17:00 場 所: 山形市七日町1-1-1 N-GATE 1F  
託児ルーム 9:00~16:30(要予約) HP [https://ikuji-land.jp/a\\_be/](https://ikuji-land.jp/a_be/)

あ〜べのSNS

イベント情報や館内の様子をお届け!  
ぜひフォローしてくださいね♪

LINE公式

Instagram

# 行ってみよう！参加してみよう！

## イベント

### すくすくキリンの日 月2回

お子さんの身長体重をスタッフが計測します。(着衣での計測です)

### ワイワイトーク 月1回

月ごとのテーマに合わせて、専門職の方や先輩ママからお話を聞いたり、ママ同士で話あったり情報交換をします。

### ★お誕生会 月1回

その月生まれのお友だちのお祝いをします。

日程が合わない時は、個別にお祝いできます！来館時スタッフにお声がけください。

### ★ハーフバースデー 月1回

生後6か月のお友だちのお祝いをします。

### ★シンシンの会 月1回

シングルのママが安心(シン)して集える会です。(原則第3日曜日・午前開催)

### ★ふたごちゃんあつまれ！

ふたご・みつご育児中のお家の方向士で交流や情報交換をします。多胎プレママ・パパの参加もどうぞ！

### 七日町商店街連携イベント

七日町商店街振興組合と連携し、地域一体となって七日町を元気にするイベントを行います。

### ★手作りおもちゃの日

おやこ広場で人気！お子さんの五感を刺激する、手作りおもちゃを作ります。

### 季節行事

伝承文化や季節ならではの行事に親しみ、楽しむことで親子同士の交流をします。

### あそびのイベント

おやこ広場でのリズムあそび、手形べったんのほかに特別な企画が登場するかも！?お楽しみに！

### ぶっくサロン

「桜田くまさんの会」による楽しい絵本の時間。季節の絵本の紹介や手遊び歌、絵本の相談もできます。

## 講座

### ★赤ちゃんと一緒にBP(ベビープログラム)～

第一子の赤ちゃん和妈妈のための講座です。他のお母さんたちと赤ちゃんとの生活について話し合ったりして、子育て仲間を作ってみませんか？

### ★マーチの会 月1回

親子で一緒に体を動かしながら、発達を促す遊びを体験します。(対象：0才～1才)

### ほけっとタイム 月1回

お子さんの発達に関する講話です。おやこ広場で遊びながら参加することができます。

### ★パソコン講座

子育て中のママの復職・再就職にむけてのスキルアップをめざします。マザーズジョブサポート山形のパソコン講座との連携もしています。

### ★ベビーマッサージ

ねんね期の赤ちゃん対象の講座です。おうちでできる、ふれあい遊びもしますよ。

### ★ママのからだケア～助産師のひとみさんと話そう～

「助産師のひとみさん」が仕事復帰に向けてのおっぱいケアの話をしたり、ストレッチやママたちの相談にのってくれます。

### ★おやこ de ストレッチ

育児疲れをほくしたり、骨盤底筋を中心に鍛える体操をします。お子さんと一緒に参加できます。

### ★手作り講座

クラフト・手芸など、集中してものづくりをする時間です。お子さんは託児ルームで6か月からお預かりします。

## 相談



### ★発達相談の日 月2回

言語聴覚士による個別相談です。申し込みたい方はスタッフにお声がけください。

### ★おしごと相談 月1回 ※変更になる場合があります

マザーズジョブサポート山形のコンシェルジュによるおしごとについての相談がおやこ広場でできます。(就職の斡旋ではありません)

### ★母乳育児なんでも相談 月1回

母乳育児を応援する会メンバーの小児科・産婦人科の先生、助産師さんがおやこ広場にきます。母乳に関すること以外も相談できます。

### 助産師相談

子育てで、ちょっと困った時、心配になった時、おやこ広場で助産師さんが優しく丁寧に相談にのってくれます。




＼親子の笑顔と未来のために／

認定特定非営利活動法人

## やまがた育児サークルランド

他にも様々な事業で子育て中の親子を応援しています (HPはこちら)



### 子育てランドあ～べ

山形市七日町にある子育て支援施設です。おやこ広場・託児ルームを設置しています。

TEL 023-615-1930

### ポンツリーカフェ

地域の方や子育て中の方、様々な世代の方が気軽に訪れ、ほっとできるコミュニティカフェです。

TEL 023-615-1930(子育てランドあ～べ)

### べにっこひろば

天候に左右されず、のびのび子どもたちがからだをいっぱい動かして遊べる山形市の児童遊戯施設。子育て支援センターも併設しています。

TEL 023-674-0220

### マザーズジョブサポート山形

山形テルサ・ハローワークプラザ内にある、子育てしながら働きたいママの総合相談窓口です。一人ひとりのニーズに応じたサポートをします。

TEL 023-665-5915

### ファミリー・サポート・センター

保育施設等の送迎・冠婚葬祭・上の子の学校・園行事の時のなど、子どもを預けたい時、ご相談ください。※要会員登録 (山形市 / 山辺町・中山町)

TEL 023-687-1720

### ホームスタート・やまがた

子育て中、誰かに手を貸してほしいとき、話を聞いてほしいとき、先輩ママのボランティアが、あなたのお宅を訪問します。

TEL 023-687-1720

### ママサポーター (山形市産後ケア事業)

体調や育児などに不安がある方、支援が必要な方の自宅にママサポーターが訪問し、家事や育児をお手伝いします。(対象：妊娠中～産後1年未満の方)

TEL 023-687-1720

### 育児サークル支援

育児サークルへのお問い合わせ・見学希望の方をご案内しています。遊具の貸し出しや、サークル同士の交流会・研修会の開催、情報提供なども行っています。

TEL 023-674-0220(べにっこひろば)

### 蔵王みはらしの丘はらっぱ館

「はらっぱ館」での子育て支援をお手伝いしています。キッズルームの整備、育児サークル支援、イベント・講座の企画、子育てに役立つ情報提供をしています。

TEL 023-674-0510



## 子育てランドあ～べ

TEL 023-615-1930 休館日:木曜日、毎月最終火曜日、年末年始  
 開館時間 9:00～17:00 場所:山形市七日町1-1-1 N-GATE 1F  
 託児ルーム 9:00～16:30(要予約) HP [https://ikuji-land.jp/a\\_be/](https://ikuji-land.jp/a_be/)

＼あ～べのSNS／

イベント情報や館内の様子をお届け！ぜひフォローしてくださいね♪



LINE公式



Instagram