

# 6月 行事予定



今月お誕生日を迎えるお子さんはお声掛けください。スタッフがお誕生日をお祝いします。



日	月	火	水	木	金	土
1 休所日	2 6月学習会等 予約開始日	3 カラダチェック DAY 10:00~12:00 【電話予約】	4 子育てお悩み相談 9:00~12:00 【電話予約】	5 おっぱい相談 9:00~12:00 【電話予約】	6	7 ★わいわいルーム
6 休所日	9 あいうのつどい 10:30~11:30	10	11	12 おっぱい相談 9:00~12:00 【電話予約】	13 0歳のつどい 10:30~11:10	14 ★わいわいルーム おもちゃの病院 10:00~15:00 (受付は14時まで)
15 休所日	16	17 あいうほっくす 10:00~11:00	18 子育てお悩み相談 9:00~12:00 【電話予約】 食育の日	19 おっぱい相談 13:00~14:30 【電話予約】 助産師さんとの お話し会(卒乳)予	20 子育て学習会予 10:00~11:30	21 お父さんと一緒に 遊ぼう予 10:30~11:30
22 休所日	23 あいうのつどい 10:30~11:00	24	25	26	27 0歳のつどい 10:30~11:10	28 ★わいわいルーム
29 休所日	30	*以下のつどいは、名称を短縮して表記しています。 ・カラダチェック DAY…産後ママのためのカラダチェック DAY ・0歳のつどい…0歳(第一子)の親子のつどい *予…母子手帳アプリ「母子モ」で予約が必要な事業です。				



6月号  
2025  
ありがとう! 20周年

あいうは、日々遊び場を開放し、親子の交流の場、遊びの場の提供を行っています。  
6月の事業内容を紹介します。

**あいうのつどい**  
「わくわくコンサート♪~消防音楽隊~」  
○日時 令和7年6月9日(月) 10時30分~11時30分 ☆場所:2階 健康ホール1 ☆定員:なし

**0歳(第一子)の親子のつどい**  
「親子でちょこっとエクササイズ&おしゃべり会」  
○日時 令和7年6月13日(金) 10時30分~11時10分 ☆場所:2階 健康ホール1 ☆定員:なし  
令和7年6月27日(金) 10時30分~11時10分  
どちらか1回の参加となります

**あいうほっくす**  
足型アート(七夕飾り)を楽しもう♪presented by ahaha! & おしゃべり会  
○日時 令和7年6月17日(火) 10時00分~11時00分 ☆場所:2階 健康ホール1 ☆定員:30組

**助産師さんのお話し会 (予:6/2(月)~)**  
「卒乳について」  
○日時 令和7年6月19日(木) 14時30分~16時00分 ☆場所:あいうい ☆定員:10組

**子育て学習会 (予:6/2(月)~)**  
「こどもの歯のケア~むし歯予防どうする?~」  
○日時 令和7年6月20日(金) 10時00分~11時30分 ☆場所:2階 健康ホール1 ☆定員:30組  
○講師 歯科衛生士 桐田綾香氏

**お父さんと一緒に遊ぼう(予:6/2(月)~)**  
○日時 令和7年6月21日(土) 10時30分~11時30分 ☆場所:2階 健康ホール1 ☆定員:15組  
○対象 ハイハイできるお子さんから4歳未満のお子さん

**あいうのつどい**  
「新聞紙で遊ぼう~ビリビリぐちゃぐちゃ楽しもう~」  
○日時 令和7年6月23日(月) 10時30分~11時00分 ☆場所:あいうい ☆定員:なし

**<あいういルームについて>**  
○開所時間:9時~17時  
○土・祝日も予約なしで利用できます。  
○事業のある日も自由に遊ぶことができます。  
○食事は1階ロビーをご利用ください。  
詳しくはこちら▼

予約が必要な事業は母子手帳アプリ「母子モ」から▼  
事業の変更やイベント情報は「松江市子育て支援X」から▼

**<★わいわいルームについて>**  
○開所時間:9時~12時、13時~16時  
○場所:2階健康ホール1  
○対象:未就学児(主に3~5歳児) 保護者同伴でお願いします。  
詳しくはこちら▼

松江市の子育て情報がカテゴリごとに掲載されています。「まつえしこもこそだてサイト」▼  
24時間365日 子育ての困りごとにAIが回答します!「まつえの子育てAIコンシェルジュ」▼

	松江市子育て支援センター あいうい	まつえファミリーサポートセンター
TEL	TEL 0852-60-8143	TEL 0852-32-0850
FAX	TEL 0852-60-8140(相談電話)	FAX 0852-32-0850
Eメール	FAX 0852-60-8160	famisapo@web-sanin.co.jp
開所時間	kosodate@city.matsue.lg.jp	
休所日	9時~17時	9時~17時
所在地	日曜・年末年始	土曜・日曜・祝日・年末年始
	〒690-0045 松江市乃白町 32 番地 2 松江市保健福祉総合センター1階 (市立病院隣)	

\*予…母子手帳アプリ「母子モ」で予約が必要な事業です。今月の事業は、6月2日(月)9時に予約開始します。



# お父さんと一緒に遊ぼう！

## 開催のお知らせ

土曜日開催

毎年すぐに予約がいっぱいになってしまう大人気のこの企画！今年度は5回開催します。親子ふれあい遊びや、身体を動かす遊びなど 親子で一緒に楽しみましょう！そして、家事や育児の分担について考えてみましょう。

### 6/21 『こぶたコーチと遊ぼう！親子ふれあい遊び part1』

対象：ハイハイできるお子さん～4歳未満のお子さん 講師：株式会社コドミラ 小川 優 氏(こぶたコーチ)

8/30

### 『親子で楽しくパワーチャージ』

対象：4か月の赤ちゃん～4歳未満のお子さん  
講師：バランスボールインストラクター 奥奈々恵氏

10/18

### 『親子で姿勢改善！ピラティス&トレーニング』

対象：4か月の赤ちゃん～4歳未満のお子さん  
講師：アスレティックトレーナー 林隼平氏

2/28

### 12/20 『こぶたコーチと遊ぼう！親子ふれあい遊び part2』

対象：ハイハイできるお子さん～4歳未満のお子さん  
講師：株式会社コドミラ 小川優氏(こぶたコーチ)

### 『お父さんとチャレンジ☆親子ふれあい遊び』

対象：ハイハイできるお子さん～4歳未満のお子さん

会場 松江市保健福祉総合センター2階 健康ホール1 (乃白町32-2)

時間 10:30～11:30

対象・定員 子育て中のパパと子ども(ママと一緒に参加もOK!)・各回15組

申込 母子手帳アプリ「母子モ」からお申し込みください。

※男女共同参画センターとの共催事業です  
松江市は、男女共同参画を推進します。

ご参加お待ちしております♪



## わいわいルーム

3～5歳児のお子さんとその保護者を対象に、親子で身体を動かして遊ぶことができる「わいわいルーム」を土曜、祝日に開設しています。こちらでもパパが大活躍♪令和6年度の「わいわいルーム」のお父さんの利用率は30%!!一緒に遊んだり、食事の準備をしたり、寝かしつけをしたり...そんな日常の中で、親子の絆がどんどん深まっていくのですね。これからも、お父さんたちが育児の楽しさを感じながら、大切な時間を過ごしていただけますように♡



1 太鼓橋やすべり台、一本橋、跳び箱などその日によって運動遊具はさまざま。お子さんの「やってみよう!」「見てね」の気持ちを大切に、見守り励ましてあげてくださいね!

2

ストラックアウトや輪投げ、魚釣りなど簡単なルールのある遊びも提供しています。順番を守ることや点数を競うなど、親子で一緒に楽しみましょう♪



3



子どもにとってお父さんの身体はとっても大きくて、まさに遊び道具の一つ!「親子ふれあいチャレンジカード」が用意しており、クリアするとシールを貼れるようになっています。全てクリアできるかな!?

開所日カレンダーはこちら▼



しじみ家 Report

## 『ふたごちゃん♪みつごちゃんのつどい』に

参加したよ♡

5月14日のふたごのつどいにドキドキの初参加!でも“ふたごあるある”ですぐにみんなと意気投合♡  
離乳食のすすめ方や抱っこときの工夫、二人が同時に泣いたときの対処法など...話題が尽きない(-;-;  
「うちもそうだった〜!」「わかるわかる」「みんな一緒だね〜」と大変なことも笑って話せる仲間がいるって心強いなあ〜。  
1時間があったという間に感じたのは私だけ...!?

今回は、3か月～2歳4か月までのふたごちゃんがいよいよ「こんな小さい時もあったな〜」「大きくなったらふたご同士仲よく遊ぶようになるんだな〜」と、お互いに子どもの成長を喜び合ったり想像したり...  
保護者同士の情報交換のほかに、ふれあい遊びや手作りおもちゃと一緒に遊ぶ時間も楽しかった〜♪ あいあいのスタッフや主任児童委員さんが子どもの見守りもしてくれましたので、安心して参加できました〜!!



おともだち いっぱいできたよ

先輩の経験談はとっても貴重★  
明日からもがんばれそう!



相談料 無料

## 子育てに関する不安や悩み 相談してみませんか?



松江市 HP 内  
「子育て支援センター」での相談

### 子育てお悩み相談

\*臨床心理士による個別の専門相談(約50分) \*月2回(水曜)

お母さんが心にゆとりを持ち、笑顔で過ごすことは、子どもとのよりよい関係作りのために大きな力になるといわれています。とはいえ、落ち込んだりイライラしたり...実際にはうまくいかないことが当たり前。子育てのいろいろな悩みを一人で抱え込まないで相談してみませんか?

### おっぱい相談

\*助産師による個別の専門相談(約30分) \*月3回(木曜)

ミルクや母乳の飲ませ方、しこりがある、赤ちゃんの体重の増え、卒乳についてなど、授乳に関する相談をすることができます。経験豊富な助産師に相談してみませんか?

### 産後ママのための カラダチェック DAY

\*アスレティックトレーナーによる少人数の専門相談(約30分) \*月1回(火曜)

産後のカラダ、ちゃんとケアしていますか?出産を終えたママのカラダは、大きな変化を経験しています。「骨盤のゆがみが気になる...」「抱っこばかりで腰が痛い...」そんなお悩みありませんか?アスレティックトレーナーがカラダの状態をチェックし、適切なケア方法をご提案します。

いずれも事前に電話(☎60-8141)で予約が必要です