

あそびに おいでよ あべあべ! あ〜べ!

月刊あ〜べ通信 2026年6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
6/1 おしごと相談 10:00~12:00	2	3 ★ベビープログラム 2期④ 13:00~15:00	4 お休み	5 ぼけっとタイム 【子どものサインを 読みとろう!】 10:30~11:00	6 パパも にこ★とき 10:30~ 14:30~ N-GATE駐車券2h分補助	7 なにかまちの七の日。 にこ★とき 10:30~ 14:30~
8 3か月ちゃん 足形ペったん 11:00~11:30	9 ★お誕生会 10:30~	10 ぶっくサロン 10:30~11:30	11 お休み	12 ★ママのからだケア 10:00~11:00	13 ★発達相談の日 ①10:00~ ②11:00~ N-GATE駐車券2h分補助	14
15 ワイワイトーク 「育児サークル って?」 10:30~11:30	16 ★発達相談の日 ①13:30~ ②14:30~	17 ★ベビープログラム 3期① 13:00~15:00	18 お休み	19 ★マーチの会 10:00~11:00 【ひろは利用は11:00~】	20 母乳育児 なんでも相談 10:30~12:00 N-GATE駐車券2h分補助	21 父の日 ★シンシンの会 AM・PM
22 ★ハーフパステー 10:30~	23	24 ★ベビープログラム 3期② 13:00~15:00 助産師相談 13:30~14:30	25 お休み	26	27 N-GATE駐車券2h分補助	28
29 栄養士相談 14:30~15:30	30 お休み (館内整理日)	7/1	2 お休み	3	4 N-GATE駐車券2h分補助	5

- 身長・体重がはかれます (10:00 ~ 16:00)
- 6月生まれ・令和7年12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!

6月の イベント

ぶっくサロン

6月10日(水)
10:30~11:30

季節の絵本の紹介や、読み聞かせなど…
どんなふうに読んだらいいの?どんな本を選ばいいの?
絵本に関する相談にものってくれますよ
絵本を手にとりながら、親子ですてきな時間をすごしませんか?
桜田くまさんの会・佐藤美芳さんが楽しいお話をしてくれます。

託児ルーム だより ボールスロープ

NEW!




託児ルームでは、4月に入り、0~1歳児のお子さんが多く利用しています。子どもたちに大人気なのがスタッフの手作り玩具の「ボールスロープ」です。コロコロ転がるボールを眺めるのもよし!自分の手で転がすのもよし!それぞれの遊び方で楽しんでくれています!

手作り玩具は日々託児で過ごす子どもの姿を見て、どんな遊びが好きかな…これだと楽しく遊べるかな…と考え、心を込めて製作しています。

5月の開催報告

母の日プチイベント




いつもがんばっているママへ、フォトフレーム & 写真をプレゼントしました!朝からイベントを目指してやってきてくれた親子でにぎわい、プレゼントを手にハイポーズ!みんなで毎日を労い「ありがとう」の輪が広がりました!

あ〜べでは季節に合わせた様々なイベントを開催しています。6月21日は父の日のプチプレゼントを準備して♡お待ちしております!

あ〜べ 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/

気がるに 相談

6/24 (火) 13:30~14:30

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。お子さんを遊ばせながら、気がるにお話してみませんか。予約は必要ありません。時間内にお越しください。お待ちしております!

気がるにはおはなししてみませんか?

相談の例

- 母乳・ミルクのこと
- 離乳食の進め方
- 卒乳ってどうするの?
- からだの発達のこと
- お昼寝・ねんねのこと
- ママのからだのこと

「食べて、寝て、遊ぶ」おしえて!

生活リズム

言語聴覚士・片桐弥生先生に聞きました

生活リズムとは、24時間をどう過ごすかということです。睡眠・日中の活動・食事・排泄など、生体リズムに沿って整えていくことで、本来人間が持っている力を使い、脳も心も体も活き活きと活動することができます。

まずは、毎朝同じ時間(6時前後)に、笑顔で起こすことから始めてみましょう。朝食を摂り、日中は体を使ってたくさん遊ぶ。お腹が空いて、ごはんをいっぱい食べ、疲れて眠るというメリハリのある生活を続けることで、習慣となっていきます。当面は、子どものリズムに大人が合わせてあげることが大事な役割です。特に以下の6点を心がけましょう。

- ①快起 (毎朝6時に自立起床し、脳の覚醒をよくする)
- ②快食 (1日3回の食事を誰かと一緒に、時間・量・質をほどよく)
- ③快便 (毎朝出かける前の習慣、食後はトイレに座る)
- ④快動 (手先、足、全身を楽しみながら充分動かす)
- ⑤快笑 (人との関わりの中で、声を出して笑う)
- ⑥快眠 (夜は暗く静かに早めに就寝)

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3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)

★ふたごちゃんの会

ふたご・みつご育児中のお家の方同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

おやこ広場で足形ペったんのほか「にこ☆とき」など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～EP (ベビープログラム)～

第一子の赤ちゃんとお母さんのための講座です。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)

ぼけっとタイム 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、ふれあいや遊びもしますよ。

★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ののってくれます。

★おやこ de ストレッチ

育児疲れをほぐしたり、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。スタッフまたはお電話にてお申込みください。

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ののってくれます。

おしごと相談

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。



＼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/

＼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