



マタニティ & ベビーフェス

入場
無料

うらも見てね！



2026.8.30 sun 10:00~15:00

場所

ヒロロ 3階 イベントスペース・多世代交流室・健康ホール
4階 弘前市民文化交流館ホール



3F

イベントプログラム
イベントプログラムはすべて無料でご参加いただけます

4F



詳しくはHPをご覧ください

健康ホール・イベントスペース

①10:30~(対象:2~3才) ②11:30~(対象:0~1才)
親子ふれあい英語 体験教室

英語の歌・絵本・ふれあい遊びを通して、英語に親しみながら親子の絆を深めます。今回は、海の生き物パネルシアターを行います！
幼少期から英語に触れて、「英語好き」の種まきをしませんか。

〔対象〕0才~3才のおこさまとその保護者

〔定員〕7組(要予約) 〔講師〕田中 新さん

13:00~13:50

ベビーマッサージ&肩こり解消ストレッチ

赤ちゃんもパパもママも、心身のリラクセスに。助産師にベビーマッサージや凝り固まった肩に効くストレッチを教わります。

〔講師〕あおもり母乳の会 〔定員〕10組(要予約)

14:00~14:50 出産サポート教室

落ち着いてお産に集中できるように、パパとママふたりで基本となる筋力と気持ちのコントロールの方法を身につけましょう。
希望の方にはお風呂の入れ方指導もできます。

〔講師〕あおもり母乳の会 〔定員〕10組(要予約)

12:00~ 試食提供「夏を乗り切ろう！

トマトとツナの豆乳ぶっかけうどん」

試食をイベントスペースにて無料提供いたします。(100食限定)

〔講師〕弘前市食生活改善推進員会

市民文化交流館ホール

●ハイハイ競争 ①10:00~10:20 ②10:30~10:50
③11:00~11:20

●ヨチヨチ競争 ①11:30~11:50

〔対象〕1歳6ヶ月まで

〔定員〕各25組(要予約)

13:00~13:30 こどものうたコンクール

ピアノ生演奏で歌えます。
フォームに記載の課題曲から1曲選び、お申込みください。

課題曲以外の曲を歌いたい場合は音源をご持参ください。

「家族と一緒に夏のコンサート」終了後、結果発表となります。

〔対象〕未就学児~大人

〔定員〕10組(事前申込み・先着順)

13:40~14:10

「家族と一緒に夏のコンサート！」

〔出演〕青森在住歌手 益田 彩乃さん

〔対象〕どなたでも 〔定員〕50組(事前電話申込み)



お申込フォーム

ほかにもたくさんのコーナーがあります♪

ハンドメイド・ワークショップ

フード・ママサークル・無料相談ブース etc...

お申込み・お問合せ 弘前市駅前こどもの広場 TEL:0172-35-0156(10:00~18:00)

主催 弘前市民文化交流館 指定管理者

協力 弘前市こども家庭センター・弘前市駅前こどもの広場・あおもり母乳の会・弘前市食生活改善推進員会

参 加 店 舗

ハ ン ド メ イ ド

- ・ petit atelier KDK (リボン雑貨)
- ・ chan (かぎ針編みファッション雑貨)
- ・ madeni (こぎん刺し小物)
- ・ ほくおうとこぎん Shiki (こぎん刺し小物)
- ・ ZICAZICA KUMAKUMA (ハンドメイドベビースタイ&テディベア)

ワ ー ク シ ョ ッ プ

- ・ mammy-mell (レトロ雑貨)
- ・ アイシングクッキーポムポム (アイシングクッキー)
- ・ イタチtoネコ (写真ブースでの写真撮影・キーホルダー)
- ・ はにゃ☆はにゃ (ファンシー小物)
- ・ 筆文字屋uta (名前詩注文受付)
- ・ crayonshop Fantasia (カスタムクレヨン)
- ・ MARQUE ICI (ハンドメイドキャンドル)
- ・ かおりのせんせい KANA (アロマテラピーワークショップ)
- ・ カイロハウスみかみ (カイロプラクティック健康施術会)
- ・ やすらぎのヘッドスパ ゆめのね (産前産後ママ向けドライヘッドスパ)
- ・ こさかのタイ古式やさん (タイ古式マッサージ 産後ケア、マタニティ・ベビーマッサージ)
- ・ 親子ふれあい英語 (英語絵本読み聞かせ・販売) ※13:00～

フ ー ド

- ・ 生活クラブ生活協同組合 (安心安全な食べ物の販売・試飲試食)
- ・ ユキパン (パン・焼菓子)
- ・ スターバックスコーヒーTSUTAYA BOOKSTORE弘前ヒ口口店 (デカフェ試飲) ※11:00～14:00
- ・ スコーンのお店 ひつじ (スコーン各種)
- ・ さわだ農園 (りんごジュース・編み物雑貨)

マ マ サ ー ク ル

- ・ しののベース (おさがり会)
- ・ 子育てサロン nijiiro coto (おさがり会)

無 料 相 談

- 【弘前市担当職員】
 - ・ 保育園・認定こども園の入園について (10:00～13:00)
 - ・ 産前産後の食事、離乳食の相談
- 【児童家庭支援センター太陽】
 - ・ 育児相談

- 【弘前乳児院】
 - ・ 里親制度の説明
 - ・ シール作り

- 【弘前市内支援センター】
 - ・ 手作りおもちゃのプレゼント ※先着300個

講 師 紹 介

益田 彩乃氏

東京音楽大学声楽演奏家コース卒業。元ヤマハ音楽教室、元リトミック講師。現在はフリーで活動。2023年9月「題名のない音楽会」出演。歌の動画やインスタライブ、出張コンサートを展開。



田中 新氏

元県立高校英語教員。育休中に親子英語講師の資格を取得し、ボランティアで「親子ふれあい英語」の活動を始める。来年弘前市内で0歳～小学生対象のこども英語教室を開講予定。



あおもり母乳の会

すべての親子の幸せを願い、1人でも多くの方が母乳育児を行えるように支援するため、2007年に設立されました。医療者だけでなく、教育者、保育者など100名ほどの会員がいます。出産サポートやベビーマッサージ、フィットネスに加え、学習会も開催して親子との交流を深めています。

弘前市食生活改善推進員会（食改さん）

「食改さん」と呼ばれ、減塩・野菜たっぷり・乳製品の利用などをテーマに地域で食を通じた健康づくりの活動をしている食のボランティア団体です。県内40市町村、全国では1,301市町村に組織をもって活動しています。生活習慣病の予防に向けておいしく・楽しく・健康に子どもから高齢者まで、食育と健康づくりを広げるために継続的に活動しています。ぜひ食育や健康づくりの活動と一緒に参加してみませんか。

プレパパ・プレママ・ベビーと
そのご家族だけでなく、
ご興味のある方はどなたでも
あそびにきてください♪

