

園庭開放

に行ってみよう！



保育所や幼稚園では園庭開放が
開催されています。開催の有無等は、
各所・園のホームページをご覧ください。
詳しくは右の二次元コードから



子育て支援室より

お子さんの成長や発達の不安に
ついての相談をお受けしています。

問合せ：保健福祉課(子育て支援) 3階 31番窓口
TEL:06-6622-9980



社会福祉協議会より

子どもたちが安心して過ごせる居場所を
提供する団体・グループを応援しています。

問合せ：阿倍野区社会福祉協議会
TEL:06-6628-1212



ミラクルウィッシュ

非常時にホントに役立つ！

防災グッズを備えよう

0次の備え
いざという時に

- 小銭
- モバイルバッテリー
- 懐中電灯
- 携帯トイレ (携帯)
- 家族の写真・連絡先
- 衛生用品ナプキン
おむつのシート
- 消毒薬・
ウェットティッシュ
- 大判ハンカチ
(マスク、止歯用)
- 氷砂糖・飴

1次の備え
非常時に役立つ

- 飲料水
(300ml×10人分)
- オムツ・おしりふき
ポリ袋
- ミルク・離乳食
おやつ
- スプーン・箸・
箸コップはし
- ウェットティッシュ・
ティッシュペーパー
- 子ども用
歯ブラシ
- ライト
- 母子手帳
(アタマで持ち出し
防災グッズの持ち出し)
- 現金
- 前入れ・靴
- 常備薬
- その他・救急・
ばんごうびん

さらにあると便利！

- 子どもが好きなもの
(おもちゃなど)
- 新聞紙
(おむつを拭いたり
おむつを拭いたり)
- マスク
- 消毒薬
- 体温計 (携帯)

活動中

あべの親子防災部は
いざという時に備え
乳幼児を育てる家庭向けに
防災啓発活動を行っています。

あべの親子防災部

あべの親子防災部

あべの親子防災部

小児救急 支援アプリ



保健の掲示板



保健師さんより

栄養士さんより

麻しん・風しん混合(MR)ワクチンの 予防接種をうけましょう！

麻しん(はしか)と風しんは感染力が強く、特別
な治療法がありません。特に麻しんは免疫が不十分
な人が感染すると、ほぼ100%発症し、肺炎
や脳炎等の合併症を起こす可能性があります。また、
妊娠中の方が感染すると、流産等のリスク
が高まります。予防には2回の接種が有効です。

対象

[1期] 生後12~24か月(2歳の誕生日前日まで)
[2期] 小学校就学前1年間(年長児の4/1~3/31)

場所

委託医療機関

費用

無料(詳しくは大阪市HPから)



問合せ 阿倍野区保健福祉センター1階3番(保健活動)
Tel:06-6622-9968

持続可能な減塩生活をはじめよう

食塩摂取量の目標値(20歳以上)は男性7.5g未満、女
性6.5g未満ですが、現状は男女平均で約10g摂取してい
ます。生活習慣病予防のため減塩習慣を身につけましょう。

簡単な減塩のコツ

- ◎野菜や果物を積極的にとる…カリウムが体の塩分を排泄
- ◎減塩でも美味しく食べる工夫を…酸味や香りを活用！
- ◎食事は腹八分目に

◆離乳食レシピのご紹介◆

手づかみ食べ＜さつまいもスティック＞

材料:さつまいも お好きな量
作り方:さつまいもの皮をむきスティック状に切り、水に5分
程さらす。電子レンジで約5分加熱する。お好み
で、きな粉/青のり/すりごま等をまぶす。 申込
区役所で離乳食講習会を実施しています！

大阪市食育推進
キャラクター「たべやん」



問合せ 阿倍野区保健福祉センター1階4番(地域保健)
Tel:06-6622-9882

2026年1月1日(隔月1日発行)

発行:阿倍野区役所

URL: <http://city.osaka.jp/abeno/>

編集:子育てミニニュース編集委員会(阿倍野区子育て支援連絡会)

新規受付窓口:阿倍野区子ども・子育てプラザ

子育て支援
連絡会
ホームページ



Web版は
こちら▼



あべの 子育て NEWS

2026
1・2月号

団体紹介

ちびっと食堂

学生ボランティア大募集

JR鶴ヶ丘駅近くで子どもといっしょに勉強し
てくれる学生さんを募集しています

毎週土曜日18:00-20:00
子ども一人ひとりにわからない
ところをいっしょに考えて子ど
もたちとともに学びましょう

ちびっと食堂
子ども食堂、学習支援、海あそびな
どの活動をしている団体です。

CHIBITTOTTO

親子ニコニコ広場

みんなで子育て！
産前産後の両親学級マルシェ

天王寺・あべの
マタニティ
&
親子フェスタ

@天王寺ミオ 本館12階 ミオホール

3月3日[火]
11:00—15:30

妊娠中から子育て中の家族が楽しめる
販売・ワークショップ・フォトブース
ハイハイレース同時開催！

Instagramにて
イベント情報発信中
@oyaconiconico

育児の専門家による
無料
育児セミナー

助産師による
育児相談
体重計測ブース

阿倍野区福祉推進課 助産事業
企画・運営:親子ニコニコ広場

ときわ学童

◎学童って？

保護者の就労などにより、日中保護者のご家庭に
居ない子どもたちの『継続的な生活の場所』です。
放課後児童支援員の有資格者が保育をおこなって
おります。ときわ小学校区にはそれぞれの保護者会が
運営を行っている3つ学童があり、一緒に様々な
イベントを行っています。

Instagramやってます！

☆松崎クラブ



@TOKIWA_MATSUZAKI

☆三明クラブ



@TOKIWA_SANMEI

☆文の里クラブ



@FUMINOSATOTOKIWA

あべの 外遊びを考える会

「よちよちプレパ」って？
「よちよち世代」の親子のための「プレパーク(遊び場)」です。
阿倍野区内の公園で月1回外遊びをしています。
何をしてるの？
自由な遊びの中で「遊ぶ力」を引き出せるような場を提供して
います。また、親同士のつながりをつくるための活動をしています。
例えば…草花あそび、どろんこあそび、どんぐりひろい、
おさんぽ、たこあそび、など
誰がやってるの？
子育て中のお母さんとお父さんがボランティアでやっています。
子ども達より私たちスタッフの方が楽しんでいる事もしばしばです。
一緒に遊んでくれる方募集中♪



予定はInstagramにて





イベントの
詳細・問合せ
申込みはこちら



イベントカレンダー

- 1

阿倍野区子ども・子育てプラザ

住所: 阪南町 2-23-21
TEL: 06-6623-1775


- 2

阿さひ保育園地域子育て支援センターほっこり

住所: 旭町 3-1-6
TEL: 090-5675-3437


- 3

こもものひろば王子町

住所: 王子町 4-1-73
TEL: 06-6628-7411


- 4

こもものひろば阿倍野筋

住所: 阿倍野筋 5-1-17
TEL: 06-6657-6966


- 5

ふらっとひろば ままちっち

住所: 阪南町 2-7-12
TEL: 080-4567-9050


- 6

ままちっちひろば 西田辺

住所: 昭和町 5-10-3
TEL: 06-7502-4059




- 7

親子のつどい
(阿倍野区民生委員児童委員協議会)

TEL: 06-6622-9875
(阿倍野区保健福祉センター)

地域で乳幼児と保護者が気軽に遊び交流ができる場です。
マタニティママ・パパ也大歓迎♪

高松(高松会館) 10:00~11:30
常盤(常盤文化会館) 10:00~11:50
金塚 13:00~15:00
(金塚ふれあい会館)
文の里(文の里会館) 10:00~11:30
※7,12,2月には阿倍野保育園)
王子(王子福祉会館) 10:00~11:45
丸山 10:00~11:30
(丸山小学校ミーティングルーム)
長池(長池連合会館) 14:00~15:30
阿倍野(阿倍野連合会館) 10:00~11:30
清明丘(清明丘会館) 13:00~14:30
阪南(阪南連合会館) 13:30~15:30




阿倍野区子育て


1月

イベント名の前の数字は団体番号です。
★は事前予約が必要なイベントです。

例: ⑥イベント名★
団体番号 要予約



お正月




1	木	
2	金	
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	①おはなしポン!さん読み聞かせ★⑤お正月あそび ⑥ブックスタート★(要 TEL)
7	水	⑤ブックスタート★(要 TEL)
8	木	⑧こちょこちょおたのしみ会 ⑩助産師による母乳育児相談★
9	金	①身体測定 ⑤子ども食堂 ⑨離乳食講習会★
10	土	⑦常盤 ⑧おたのしみ会 ⑪⑫お餅つき大会★ ⑪みんなで遊ぼう ⑫親のホッ とひろばおしゃべり会 ⑮学習支援
11	日	
12	月	
13	火	③ミニミニお話会 ⑧ぴよぴよおたのしみ会
14	水	③ベビーリトミック★ ③おいでよ多胎児ちゃん ④ミニミニお話会 ⑥0歳のじかん ⑫居場所開催
15	木	①ベビードダンス★(初回優先) ⑤英語で遊ぼう★ ⑦文の里
16	金	①ブックスタート★(要 TEL) ④ベビーリトミック★ ⑥ハイハイレース★ ⑦清明丘/子育てプラザのお楽しみ会 ⑫居場所開催 ⑬ハローベビー教室★
17	土	④土曜も遊ぼうデー⑤もものこぶんこさんのおはなし会 ⑧おたのしみ会
18	日	①おやこでねんど★
19	月	②ブックスタート★(要 TEL) ⑦金塚
20	火	⑤ママヨガ講座★ ⑩エプロンシアターと親子ふれあい遊び、絵本の読み聞かせ★
21	水	④ブックスタート★(要 TEL)⑤ママ café★ ⑥1歳のじかん ⑦高松 子育てプラザのお楽しみ会 ⑫ミートパイを作ろう★
22	木	③ブックスタート★(要 TEL) ⑥ねんねの赤ちゃん集まれ♪
23	金	①親子でたのしいヨガ★(初回優先) ⑤幼稚園に行く子あつまれ ⑦丸山 ふえりーちえさんのお楽しみ会 ⑦阿倍野 ⑧ぴよぴよ絵本のひろば ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂 ⑬ハローベビー教室★ ⑬あべぴよらんど★ ⑬ぷちあべぴよらんど★
24	土	⑪大型遊具あるよ! ⑧おたのしみ会 ⑮学習支援
25	日	①おもちゃ病院★
26	月	③お口のお話★④お口のお話★ ⑦阪南 ⑦長池 ②エフ・エーさろんのおはな し会
27	火	①ハッピーバースデーウィーク(1月) ③ミニミニお話会 ④おいでよ多胎児ち ゃん ⑥トイレトレーニング講座★ ⑧本の森 おやこでいっしょに♪
28	水	①1月ミニミニ誕生会★ ①ハッピーバースデーウィーク(1月) ⑤12月1月2月のお誕生会★ ⑫居場所開催
29	木	①ハッピーバースデーウィーク(1月) ④ミニミニお話会 ⑦節分/働き方のシェア会★
30	金	①ハッピーバースデーウィーク(1月) ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂
31	土	①キッズマネー教室★ ⑧おたのしみ会 ⑮学習支援



イベントカレンダー

2月

1	日	
2	月	
3	火	⑥ブックスタート★(要 TEL) ⑤節分あそび
4	水	①ベビーマッサージ★(初回優先) ⑤ブックスタート★(要 TEL) ⑫居場所開催
5	木	①栄養士さんのお話★ ⑥体遊び講座★ ⑩助産師による母乳育児相談★
6	金	⑤赤ちゃん交流会 ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂 ⑧ハローベビー教室★ ⑨離乳食講習会★
7	土	⑧おたのしみ会 ⑮学習支援
8	日	
9	月	③ミニミニお話会
10	火	①おはなしポン!さん読み聞かせ★ ⑤保育園にいく子あつまれ ⑧ぴよぴよおたのしみ会 ⑪みんなで遊ぼう
11	水	
12	木	①みんなでリサイクル ④ミニミニお話会 ⑥0歳のじかん ⑧こちょこちょおたのしみ会
13	金	①身体測定 ③わらべうたベビーマッサージ★ ⑤はじめてさんの日 ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂 ⑬ハローベビー教室★ ⑬あべぴよらんど★ ⑬ぷちあべぴよらんど★
14	土	⑦常盤 ⑪木の電車で遊ぼう! ⑧おたのしみ会 ⑫親のホッとひろばおしゃべ り会 ⑮学習支援
15	日	
16	月	②ブックスタート★(要 TEL) ③子どもが片付けやすいお部屋作り★ ⑦金塚
17	火	④子どもが片付けやすいお部屋作り★ ⑥0歳のリトミック★ ⑩絵本のお話と読み聞かせ、親子ふれあい遊び
18	水	①季節の工作(おひなさまを作ろう)★ ③おいでよ多胎児ちゃん ④ブックスタート★(要 TEL) ⑤ママ Café★ ⑥1歳のじかん ⑦高松 ⑫キーホルダーを作ろう★
19	木	⑦王子 ⑦文の里 阿倍野保育園にて開催
20	金	①ブックスタート★(要 TEL) ⑥はじめのえいご★ ⑦清明丘 ⑫居場所開催
21	土	④土曜も遊ぼうデー ④わらべうたベビーマッサージ★ ⑤もものこぶんこさん のおはなし会 ⑧おたのしみ会
22	日	①おもちゃ病院★
23	月	⑦長池
24	火	①ハッピーバースデーウィーク(2月) ④おいでよ多胎児ちゃん
25	水	①2月ミニミニ誕生会★ ①ハッピーバースデーウィーク(2月) ③ミニミニお話会 ⑤お灸セルフケア講座★ ⑫居場所開催
26	木	①ハッピーバースデーウィーク(2月) ③ブックスタート★(要 TEL) ④ミニミ ニお話会 ⑤7カ月~1歳ごろの子あつまれ ⑥ねんねの赤ちゃん集まれ♪
27	金	①ハッピーバースデーウィーク(2月) ⑦丸山 ⑦阿倍野 ⑧ぴよぴよ絵本のひ ろば ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂
28	土	⑧おたのしみ会 ⑪折り紙・お絵描き・その他いろいろ ⑮学習支援 ⑳おやこクッキング★



- 8

阿倍野図書館

住所: 阿倍野筋 4-19-118
TEL: 06-6656-1009


- 9

もものこぶんこ

住所: 阪南町 1-30-52


- 10

こひつじルーム

住所: 丸山通 1-3-61
TEL: 06-6652-2091


- 11

おもちゃ図書館てくてく

ハンディを持つ子どもたちの「遊び場」
住所: 帝塚山 1-3-8
TEL: 06-6628-3434


- 12

スペースゆう

不登校児等の居場所
親の会
住所: 阪南町 5-15-28


- 13

あゆみらいず

発達障がい児と
その保護者の支援


- 14

あべの
外遊びを考える会

月1回公園で外遊びを開催


- 15

ちびっと食堂

こども食堂と学習支援など


- 16

ミラクルウィッシュ
(あべの親子防災部)


- 17

親子
ニコニコ広場


- 18

保健活動(保健師・助産師)


- 19

地域保健(栄養士)


- 20

大地の会
(大阪市在住地域
活動栄養士の会)


- 21

おはなしとんとん

絵本の読み聞かせ(こども向け)