

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

小児救急支援アプリ



column

ちびっと食堂

ちびっと食堂



〇子ども食堂  
育徳コミュニティセンターマゼルパで子ども食堂  
〇学習支援  
西田迎会館で学生ボランティアさんの協力による学習支援  
〇海あそびSUP体験会  
二色浜海水浴場でスタンドアップパドルボード(SUP)体験会

子育ては一人でできない  
ただいま、子ども食堂をされている方に出会って、その必要と楽しさを感じたボランティアたちで結成した団体です。子育ては、予測できないことが多く、親である大人の思い通りにはいかないことが多く。おまけにとにかく時間を取られ、自分の時間が持てない。いろんなことばかりする子どもにイラッとして、つい感情的になってしまったり、そんな自分に自己嫌悪になったり。私は子どもを4人育てたんですが、ご近所の方がよくしてくださり、支えられて4人を育てられたと感謝をしています。子どもが入院した時、下の子を出産する時、自分自身が病気の時などなど、「どうしよう」というときに支えて、助けてもらって、育てることができました。そんな体験から、子育てはひとりではできないし、ひとりで背負わなくていいと思うことができました。子ども食堂に来るお母さんから子育ての相談を受けることもよくあります。「反抗期で、いうこときかない」「寝かしつけが大変で」などなど…。気の利いたことなど言えなくて、ただただお聞きするだけなのですが、それでも話すことで少しは軽くなれたらいいかと思っています。子どもはいずれ社会の中に巣立っていきます。だから、そう思って、子育てを楽しんでほしいなと思っています。フードパントリーをしていますので、立ち寄るだけでもどうぞお越しください。(ちびっと食堂 代表伊藤)



連絡先 090-4283-9106 伊藤 bitan2551@gmail.com

Web版はこちら▼



あべの子育て

NEWS

2026 3・4月号

団体紹介

阿さひ保育園 地域子育て支援センター  
**ほっこり**

『ほっこり』ってどんなところ?  
地域子育て支援拠点事業として 月曜～金曜(祝日は休み) 10:00～12:30/13:00～15:30 開設しています。  
生後4カ月～就園前(保育園や幼稚園へ行く前)の子どもと保護者の方が対象です。

こんなことをしています  
★身体測定 ★誕生会 ★わくわくDay ★簡単な製作  
★足形スタンプ(月1回・1歳の誕生日まで)  
★ブックスタート ★講習会 ★おもちゃで遊ぼう  
★おひさまほっこり(公園であそぼう)等  
※詳しくは、ホームページをご覧ください。直接お電話ください。

【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  
電話:090-5675-3437(ほっこり直通)

Codomoto  
**ままちっ**

子育てひろば  
子育て中のママパパが当事者目線で地域の子育て情報を発信するフリーペーパー  
●阿倍野・東住吉エリア

子育て情報ポータルサイト  
あべの周辺の情報を発信!  
LINE

ままちっの最新情報  
Instagram

子育てひろば ままちっ - 昭和田 -  
阿倍野区阪南町 2-7-12  
☎080-4567-9050

子育てひろば - 西田 -  
阿倍野区昭和田 5-10-3  
☎06-7502-4059

こそだてらす  
あべのキューズモール 2階 キューズランドベビー

チャリティショップ  
あせがり  
ままちっ

ままちっ  
ままちっ  
ままちっ

生活ワンポイント



保健の掲示板



栄養士さんより

令和8年度 狂犬病予防注射のご案内

令和8年度の狂犬病予防注射が3月2日から受けられます。6月末までに最寄りの動物病院もしくは集合注射会場を受けてください。集合注射会場または大阪市委託動物病院で注射を受ける際には、区役所からお送りした案内通知書を忘れずにご持参ください。なお、本市が設置する集合注射会場での注射は令和8年度をもって終了します。詳しくは二次元コードをご覧ください。  
集合注射実施日程(阿倍野区内)  
実施時間:午後1時30分～午後4時  
(雨天決行:ただし午前11時時点で大阪管区気象台が大阪市内に「特別警報」暴風警報を発表している場合は中止させていただきます)



日付	場所	住所
4月17日(金)	阿倍王子神社	阿倍野元町9-4
4月19日(日)	阿倍野区役所	文の里1-1-40

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

“栄養バランス”を考えましょう

毎食「主食・主菜・副菜」をそろえ、毎日果物や牛乳・乳製品も食べるよう心がけましょう。  
できることから始めよう!  
・毎食が難しい場合は1日トータルで考えて食べましょう  
・朝食は必ず食べましょう  
・できるだけ決まった時間に食べましょう  
・外食は定食を選びましょう

大阪市食育推進キャラクター「たべやん」



◆離乳食レシピのご紹介◆

手づかみ食べ<ブロッコリーのおかか和え>  
材料:ブロッコリー30g、しょうゆ小さじ1/3、かつお節少々

作り方:ブロッコリーは食べやすい大きさに分け柔らかくゆで、ポウルで全ての材料を和える  
区役所で離乳食講習会を実施しています!



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

こもものひろば



子どもを遊ばせながらホッとできる居場所を提供しています  
親子で気軽に遊びに来てね

開放日:月曜日～金曜日(祝日はお休み)  
時間:9:30～12:00、13:00～15:30  
対象年齢:0～おむつを脱ぎ3歳の親子とプレ親  
利用料:無料  
予約:不要(一部予約が必要なものもあります)



王子町:王子町4-1-73  
TEL:06-6628-7411



阿倍野筋:阿倍野筋5-1-17  
TEL:06-6657-6966



おはなしとんとは阿倍野区で活動する絵本の読み聞かせグループです。来られた人たちが皆さんが絵本と出会い、絵本の世界の扉を開けることのお手伝いが出来たらいいなとこの名前になりました。そしていつか「あんな絵本があったよね」と思わせるようなものであったら…と思いながら活動しています。

活動紹介 ●ぴよぴよおたのしみ会 乳幼児対象

- 毎月第2火曜日(11:00～11:30) 阿倍野図書館多目的室にて
- エフ・エーさろん 乳幼児対象 毎月第4月曜日(11:00～11:30) 王子商店街 エフ・エーさろんにて
- こそだてらす 乳幼児対象
- 学童やいさいき 小学生対象
- つながりフェスタ 乳幼児対象

お問い合わせは 阿倍野図書館 06-6656-1009



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・パパも大歓迎♪

- 高松(高松会館) 10:00~11:30
- 常盤(常盤文化会館) 10:00~11:50
- 金塚 (金塚ふれあい会館) 13:00~15:00
- 文の里(文の里会館) 10:00~11:30  
※7,12,2月は阿倍野保育園)
- 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

**3 月** イベント名の前の数字は団体番号です。 例: ⑥イベント名★  
★は事前予約が必要なイベントです。 団体番号 要予約

1 日	⑧Felice(ふえりーちえ)おやこあそびのひろば
2 月	
3 火	⑥ブックスタート★(要 TEL) ⑩絵本の読み聞かせと親子ふれあい遊び★ ⑪天王寺・あべの マタニティ&親子フェスタ
4 水	①えいご de リトミック★(初回優先) ⑤ブックスタート★(要電話予約) ⑫居場所開催
5 木	⑥おはなしポン!さんおはなし会 ⑬助産師による母乳育児相談★
6 金	①身体測定 ⑤赤ちゃん交流会 ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂★ ⑱ハローベビー教室★ ⑲離乳食講習会★
7 土	⑤土曜開館ひなまつり ⑧おたのしみ会
8 日	⑮学習支援 ⑯みんなで AAAin 阿倍野区役所
9 月	⑥0歳のじかん
10 火	⑤プレママのための刺しゅう講座★ ⑥1歳からのリトミック★ ⑧びよびよおたのしみ会
11 水	③おいでよ多胎児ちゃん ⑥0歳のじかん ⑫居場所開催
12 木	①ベビーダンス★(初回優先) ③ミニミニお話会 ⑧こちょこちょおたのしみ会 ⑪ひな祭り/時間管理セミナー★
13 金	④ミニミニお話会 ⑤2・3・4月の誕生会★ ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂★ ⑱ハローベビー教室★ ⑲あべびよらんど★ ⑳がちあべびよらんど★
14 土	⑦常盤 ⑧おたのしみ会 ⑪体を動かして遊ぼう 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) ④とりわけ幼児食★ ⑦金塚
17 火	①おはなしポン!さん読み聞かせ★ ⑤ママCafé★ ⑥カラー診断講座★
18 水	③とりわけ幼児食★ ④ブックスタート★(要 TEL) ⑥1歳のじかん ⑦高松 ⑫中華おこわを作ろう★
19 木	⑦王子 ⑦文の里
20 金	
21 土	①親子コンサート★(初回優先) ④土曜も遊ぼうデー ⑤もものこば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★ ⑮学習支援
23 月	③ミニミニお話会 ⑦長池 ⑦阪南 ⑳エフ・エーさろんのおはなし会
24 火	①ハッピーバースデーウィーク(3月) ④おいでよ多胎児ちゃん ⑥ハイハイレース★ ⑧本の森 おやこでいっしょに♪
25 水	①3月ミニミニ誕生会★ ①ハッピーバースデーウィーク(3月)
26 木	①ハッピーバースデーウィーク(3月) ③ブックスタート★(要 TEL) ⑤手ぶらでランチ会★ ⑥ねんねの赤ちゃん集まれ♪
27 金	①ブックスタート★(要TEL) ①ハッピーバースデーウィーク(3月) ④ミニミニお話会 ⑤英語であそぼう★ ⑦清明丘 ⑦阿倍野 ⑧びよびよ絵本のひろば ⑮子ども食堂★ ⑱ハローベビー教室★
28 土	⑧おたのしみ会 ⑪ミニカーをすべらせて遊ぼう ⑮学習支援
29 日	
30 月	
31 火	



# イベントカレンダー

**4 月**

1 水	⑤ブックスタート★(要電話予約)
2 木	⑬助産師による母乳育児相談★
3 金	⑱ハローベビー教室★ ⑮子ども食堂 ⑲離乳食講習会★
4 土	⑧おたのしみ会 ⑮学習支援
5 日	
6 月	⑤手ぶらでランチ会★
7 火	①おはなしポン!さん読み聞かせ★ ⑥ブックスタート★(要 TEL)
8 水	③おいでよ多胎児ちゃん ⑥0歳のじかん ⑫居場所開催
9 木	⑥2.3歳のじかん ⑧こちょこちょおたのしみ会
10 金	③ミニミニお話会 ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂 ⑱あべびよらんど★ ⑲がちあべびよらんど★
11 土	⑦常盤 ⑧おたのしみ会 ⑪コロコロガタン音が楽しいね ⑫親のホッとひろばおしゃべり会 ⑮学習支援
12 日	
13 月	④ミニミニお話会
14 火	①みんなであそぼう!こいのぼり ⑤英語であそぼう★ ⑧びよびよおたのしみ会
15 水	①みんなであそぼう!こいのぼり ④ブックスタート★(要 TEL) ⑤ママCafé(2.3歳児)★ ⑥1歳のじかん ⑦高松 ⑫おはぎを作ろう★
16 木	①みんなであそぼう!こいのぼり ⑥0歳のリトミック★ ⑦王子 ⑦文の里
17 金	①みんなであそぼう!こいのぼり ①ブックスタート★(要 TEL) ⑤赤ちゃん交流会 ⑦清明丘 ⑫居場所開催
18 土	①似顔絵★ ④土曜も遊ぼうデー ⑤もものこばんこさんのおはなし会 ⑧おたのしみ会
19 日	
20 月	②ブックスタート★(要 TEL) ⑦金塚
21 火	①ハッピーバースデーウィーク(4月) ③わらべうたベビーダンス★ ⑥ヴァイオリンとチェロの演奏会★ ⑩絵本の読み聞かせと親子ふれあい遊び
22 水	①ハッピーバースデーウィーク(4月) ①4月のミニミニ誕生会★ ④わらべうたベビーダンス★ ⑫居場所開催
23 木	①ハッピーバースデーウィーク(4月) ③ブックスタート★(要 TEL) 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♪
24 金	①ハッピーバースデーウィーク(4月) ③ミニミニお話会 ⑤はじめてさんの日 ⑦丸山 ⑦阿倍野 ⑧びよびよ絵本のひろば ⑫居場所開催 ⑮子ども食堂
25 土	⑧おたのしみ会 ⑪線路をつなげてみよう ⑮学習支援
26 日	①おもちゃ病院★
27 月	④ミニミニお話会 ⑦長池 ⑦阪南 ⑳エフ・エーさろんおはなし会
28 火	④おいでよ多胎児ちゃん ⑤ベビーマッサージ講座★ ⑥おうちえいご★
29 水	⑤祝日開館 ⑧春のおたのしみ会
30 木	①身体測定



**8 阿倍野図書館**  
住所: 阿倍野筋 4-19-118  
TEL: 06-6656-1009



**9 もものこばんこ**  
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 おもちゃ図書館でてく**  
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 あべの外遊びの会**  
月1回公園で外遊びを開催



**15 ちびっと食堂**  
子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 おはなしとんとん**  
絵本の読み聞かせ(こども向け)