



# 子育てコーナー



健診のお知らせやイベントなど、子育て情報を発信！子育てについて調べたいことがあるときは、「東住吉区子育て応援ナビ」をチェック！



## 集まれ★ なっぴーキッズ

問合せ 総務課(広報)5階53番  
TEL 06-4399-9683  
※年齢は撮影当時のものです。



いっぱい食べて大きくなって  
いっぱい遊ぼうね！  
大好き！

いちご大好き。  
いつも幸せを  
ありがとう。

福田 すずちゃん  
(北田辺 2か月)

笑顔あふれる  
毎日しようね！

中道 陽空、碧乃ちゃん  
(住道矢田 1歳11か月、  
9か月)

西尾 亮吾ちゃん  
(北田辺 8か月)

たくさん笑って、  
すくすく元気に  
育ってね。

竹中 結音、想乃ちゃん  
(西今川 3歳7か月、  
3か月)

森本 翔陽ちゃん  
(駒川 2歳2か月)

### 健診担当からのお知らせ

問合せ 保健福祉課(健診) 1階13番  
TEL 06-4399-9882 FAX 06-6629-1265



### 乳幼児健康診査

受付時間は、検診日の2週間ほど前に対象の方に送付する案内文書に記載します。

#### ● 3か月児健康診査

7月5日(水)令和5年2月15日～令和5年3月3日生まれ  
7月26日(水)令和5年3月4日～令和5年3月31日生まれ  
8月2日(水)令和5年4月1日～令和5年4月18日生まれ

#### ● 1歳6か月児健康診査

7月12日(水)令和3年12月5日～令和3年12月30日生まれ

#### ● 3歳児健康診査

7月19日(水)令和元年12月28日～令和2年1月17日生まれ  
※対象生年月日は変更となる場合があります。

### 東住吉区子ども・子育てプラザからのお知らせ(東田辺2-11-28)

問合せ TEL 06-6699-3600  
FAX 06-6699-3600



### お昼ごはんを一緒に作ろう!!(区内在住の小学生対象)

栄養士の先生とお昼ごはんを作ります。【無料】  
※食物アレルギーの対応はしていません。【申込要】  
※保護者の方は送迎のみをお願いします。

日程 8月4日(金) 時間 10:00～12:30 定員 12名

場所 東住吉区役所 1階 栄養指導室

持ち物 エプロン、三角巾(バンダナ可)、マスク

申込 電話受付 7月11日(火)9:30～20日(木)17:30  
7月21日(金)抽選(当選者のみ電話連絡)

### ワクワク体験講座「科学工作」(区内在住の小学生対象)

親子で科学の不思議・楽しさを体験しよう! 【無料】

日程 7月31日(月) 時間 10:30～11:30 【申込要】

定員 小学生と保護者20組(40名)

場所 子ども・子育てプラザ1階 軽運動室

申込 電話受付 7月8日(土)9:30～14日(金)17:30  
7月15日(土)抽選(当選者のみ電話連絡)

### 東住吉図書館からのお知らせ(東田辺2-11-28)

問合せ TEL 06-6699-7000  
FAX 06-6699-3222



### おはなし会 【無料】(申込不要)

絵本のよみきかせや手あそびなどをします。

日程 7月8日・15日・22日・8月5日(土)、  
7月13日(木)

時間 (土)14:00～14:30 第2(木)11:00～11:30

場所 東住吉図書館 えほんコーナー

出演 第1(土)赤ずきん&ドロップス  
第2・3(土)おはなしたまたまばこ  
第4(土)なにわ語り部の会  
第2(木)ラ・パンダ

### だっこのじかん 【無料】(申込不要)

赤ちゃん向けの絵本のよみきかせや、赤ちゃん  
と楽しめるふれあい遊びなどをします。

日程 7月27日第4(木) 時間 15:30～15:45

場所 東住吉会館和室(図書館と同じ建物の2階)

対象 乳幼児と保護者

定員 7組(当日先着順)

## !!えほんを一緒にたのしもう!!

### 『くつついた』

三浦太郎/作・絵 こぐま社

「くつついた」という言葉で、金魚と金魚が、あたまを  
ちょんとくつつけます。アヒルたちはくちばしを、ゾ  
ウたちは鼻を、お母さんと赤ちゃんはほっぺをくつつ  
けます。言葉の繰り返しが楽しい絵本です。温かな色  
使いの丸みのある絵もかわいらしく、ふれあう喜びが  
素直に伝わってきます。



## いっしょにかんたん! 7月 おやこレシピ



### シャキシャキ!ハンバーグ

区食生活改善推進員協議会  
担当:東田辺校区  
栄養価(1人分)  
エネルギー215kcal  
食塩相当量1.5g

- 材料(4人分)
- 鶏ひき肉.....320g
  - れんこん.....50g
  - にんじん.....30g
  - ピーマン.....20g
  - 芽ひじき(乾).....4g
  - 酒.....大さじ1/2
  - 塩.....小さじ1/4
  - 片栗粉.....大さじ1
  - みりん.....大さじ1・1/2
  - しょうゆ.....大さじ1・1/2
  - 砂糖.....大さじ1/2
  - 水.....大さじ2
  - サラダ油.....大さじ1/2
  - パプリカ(赤・黄).....各1/2個
  - サラダ油.....小さじ1
  - レタス.....2枚



### 作り方

- れんこん、にんじん、ピーマンは3mm角に切り、芽ひじきは水でもどして水気を切る。
- ボウルに鶏ひき肉とAを入れてよく練り、ねばりがでたら①を加え混ぜて8等分にして小判形にまとめる。
- フライパンに油を熱し、②を入れて焼き色が付いたら裏返し、フタをして弱火で6分焼く。
- ③に混ぜ合わせたBを加え、照りが出るまでからめる。
- ④を器に盛り、せん切りにして油で炒めたパプリカとちぎったレタスを添える。

れんこんを入れるとシャキシャキするよ!ほかにコーンやねぎなど中に入れる野菜を工夫してみてね!

レシピはHPでも公開中

問合せ 保健福祉課(健診) 1階13番  
TEL 06-4399-9882



以下は広告スペースです。広告に関する一切の責任は広告主に帰属します。

