

わくわく城東

今月号の子育て情報を紹介
**ピックアップ
インフォメーション**

保活、応援します。

保育所ってどうやって入れるの？働いていないと入れないの？
申込みの方法がよくわからない！保育施設の利用の基本的な
手続きをわかりやすくご説明しますので、ぜひお越しください。

**要申込
無料**
保活とは…？
子どもを保育施設など
に入れる為に保護者が
行う活動のこと。

日時 令和4年
5月31日(火)・6月14日(火)・28日(火)・
7月12日(火)・8月30日(火) 全日10時～

場所 城東区役所 312会議室
(城東区中央3-5-45) **申込はこちら!**

定員 各日 20名程度 **申込** 事前予約制
大阪市行政オンライン
システムよりご予約ください。

大阪市行政オンラインシステムの
利用者登録が未登録の方は、
まず「新規登録」を行ってください。
※利用者登録にはメールアドレスが必要です。



問い合わせ 保健福祉センター保健福祉課(子育て教育) 区役所3階 34番窓口 TEL.06-6930-9065

城東図書館 おすすめ

新刊よんでみて



あけてあけて 絵文: Accototo ふくだとしお+あきこ 出版社: みらいくブリッキング
2022年1月発行 22×16cm 24ページ
表紙の端をあけようとしているくまぐん。朝はおとうさんたちに「おめめをあけて」「窓をあけて」。ピクニックにでかけると「道をあけて」「バスケットをあけて」。おなかがいっぱい。いたと「お弁当あけて」。次々にやりたいこと、あけてほしいものが続きます。元気いっぱい、くまぐんと一緒に、楽しい1日をすごしましょう。あつというまに夜になりますよ。

子づれ DE どうぞ

お子様づれOKの
お店やイベントをご紹介します

家庭的な洋食が食べられるカワイイお店♪



アットホームで地元の老若男女から愛される「洋食marco」は、メイン料理からソース、スープ、ドレッシングまで手作り。「子連れもお年寄りも、どんな人にも食事を楽しんでほしいです」と店主。お子様メニューはないですが、料理を大盛りのできるのでシェアできます。赤ちゃんは離乳食の持ち込みもOK。ランチは完売するとお店を閉めるので、遅くなるときは行く前に電話してみてください。

洋食 marco (マルコ)
城東区関目5-16-2(京阪関目駅前徒歩2分) TEL.06-6934-8877
ランチ11:00～(ラストオーダー13:30)・ディナー17:00～(ラストオーダー20:00)
火曜日ディナー・水曜定休

発行 ■■■ 「子育てするなら城東区推進委員会」06-6930-9068
編集 ■■■ 城東区.com
Text/石井麻優子、ろこびん Design/maomao
協力 ■■■ 城東区子育て支援連絡会、酒井耳鼻咽喉科、洋食 marco

みなさまからの情報募集

城東区内の子連れで行きやすいお店、オススメスポット等の情報や、特集してほしい内容がございましたら、下記フォームからお送りください。
<https://ws.formzu.net/sfgen/S26861848/>

まちのお医者さん

【酒井耳鼻咽喉科】

耳が痛くなる「急性中耳炎」はよく知られていますが、痛くないタイプの「滲出性(しんしゅつ)中耳炎」という病気もあります。「滲出性中耳炎」は鼻すすりで起こりやすいです。テレビの音量を大きくするなど聞こえにくくしているなら、一度受診してください。また、鼻水が気になる時は、鼻吸いだけでも受診してくださいね」とゴルフが趣味の澤田先生が親身になって教えてくださいました。



城東区関目5-5-13 寺崎ビル1F
06-6933-1133 Osaka Metro「関目高殿」駅
2番出口より徒歩1分
Dr. 澤田 達 先生
■経歴 ■ 1988年 鳥取大学医学部 卒業
/1998年 市立堺病院 耳鼻科医長 /
2006年4月 酒井耳鼻咽喉科 院長

梅雨対策 部屋干しの 嫌な臭いを防ごう!

洗濯物を早く乾かすコツ

- 1 間隔をあけてアーチ型に干す**
角ハンガー(洗濯バサミが多くついている物干し)を使って、外側に長い衣類を、内側に短い衣類を干すと風通しが良くなります。
- 2 裏返して干す**
ズボンや上着類はポケットの内側や縫い目が乾きにくいので裏返して干す方が早く乾きます。脱ぐときに裏返す習慣をつけると便利です。
- 3 アイロンをかけてから干す**
アイロンをかける衣類は脱水が終わって干す前にかけて早く乾きます。一部が湿っている衣類を乾かす場合もアイロンが便利です。
換気扇のある浴室に干すという方法もあります。換気扇だけでは換気量が少ないので、窓も開けて下さい。浴室乾燥の機能が付いている場合は「温風機能」を使うとより早く乾きますよ。
- 4 扇風機や除湿器、サーキュレーターを使う**
空気がよく回らない場所で部屋干しをするときは、扇風機などを使うとよいです。洗濯物のすき間に風が通るように、洗濯物から少し離して首振り設定にしてくださいね。

梅雨のときも熱中症に注意しましょう

湿度が高いと、汗が蒸発しにくく、体に熱がこもりやすくなります。
温度28℃&湿度50~60%を目安に、気温だけでなく湿度も確認して、冷房や除湿などで室温を快適に調節してください。そして、こまめな水分補給を心がけてください。