

# わくわく城東

令和5年  
12月発行

## ピックアップ インフォメーション

### 絵本作家 さいとうしのぶ先生の 「うたって楽しむ私のえほん」& 「自分の名前で絵本をつくろう」

絵本を通じて、親子のふれあいや参加者どうしのコミュニケーションを楽しんでみませんか？  
絵本「あっちゃんあがつく」の作家 さいとうしのぶ先生ご自身による絵本の読み聞かせやワークショップを体験できます！

日時 令和6年1月20日(土) 10:30~12:00 (開場10時)

会場 区民センター2階 城東スギタクレストホール (城東区中央3-4-45)

第1部 絵本ライブ「うたって楽しむ私のえほん」

第2部 ワークショップ「自分の名前で絵本をつくろう」

★第2部参加者の持ち物  
はさみ、スティックのり、筆記用具(下書き用)  
着色するもの(色鉛筆、水性ペンなど ※クレヨン・パステル不可)

申込  
期間

参加には申込が必要です  
令和5年  
12月5日(火)~25日(月)

対象 城東区在住の未就学の子どもと  
その保護者

定員 70組 (先着順)

主催: 城東区役所 保健福祉課 子育て支援室 問合せ: TEL.06-6930-9068 FAX.050-3535-8688

## 絵本で子育て! みんなで子育て! 応援スタンプラリー2023

子育てサロン、子育て支援施設に出かけよう! 対象の施設で、  
子育て応援アスリ「わくわく」からスタンプを6個集めると、絵本または  
ミニエコバックがもらえます。詳しくはアスリでご確認ください。

スタンプ期間 11月1日(水)~令和6年1月31日(水)

景品引換期間 令和6年 1月17日(水)~31日(水) 対象 城東区在住の子どもと  
お渡し場所 区役所3階34番窓口 その保護者

※景品の絵本は  
1世帯に  
1冊です。  
ダウンロードは  
こちらから



問合せ 保健福祉課(子育て支援室)  
TEL.06-6930-9068 FAX.050-3535-8688

## 緊急 診てもらえる 病院はどこ?

★救急安心センターおおさか (24時間・365日対応)  
#7119 または ☎06-6582-7119

突然の病気やケガで困ったときに電話して下さい。救急医療相談  
を、看護師が医師の支援体制のもと、24時間・365日対応します。  
相談の結果、緊急性がある場合は、直ちに救急車が出場します。

子どもの誤飲事故が  
起こってしまったら ●公益財団法人  
日本中毒情報センター中毒110番  
☎072-727-2499 (24時間・365日対応)

休日・夜間の  
急病は? ●都島休日急病診療所(休日)  
都島区都島南通1-24-23 ☎06-6928-3333  
●今里休日急病診療所(休日)  
東成区大今里西3-6-6 ☎06-6972-0767  
●中央急病診療所(夜間)  
西区新町4-10-13 ☎06-6534-0321

★小児救急支援アプリ (対象年齢15歳未満)  
お子さまの病気やケガの緊急度をスマート  
フォンのアプリで簡単に判別できます。診察時  
間中の小児科系医療機関(大阪府内計1349件)  
がリアルタイムに地図に表示されます! 小児救急支援 検索

## 城東図書館 おすすめ 新刊よんでみて



どんぐりどんぐり (0.1, 2. えほん) 作: 降矢 なな 出版社: 福音館書店  
2023年10月発行 21x20cm 20ページ

色づき始めた森の中をおかあさんりす  
が出かけます。かごをしょって、どんぐりり  
しい。かれ葉の中、石の間とどんぐりを見つ  
けます。おっ! 根っこにつまづいて、全部  
落ちてしまいました。数えながらかごに戻  
し、ついでもう一つ見つけて、子どもたち  
の待つ家に帰ります。深い色合いの背景の  
中生き生きと動くリスの姿が鮮やかです。

## \*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/

## 過ごすのに快適な 室温・湿度の目安は?

体温を調節する機能がまだ未  
だ未熟な子どもは、気温や湿度  
に合わせて体温が変化しやすい  
といわれています。子どもが不快  
に感じたり、体調をくずしたりし  
ないように、季節に合わせて適切  
な状態を保ってあげたいですね。

冬の快適な  
室温・湿度の目安

室温 20~25℃  
湿度 40~60%

晴れる日が多く空気が  
乾燥しやすい冬は、湿度を  
キープすることにも注意!

## ★効率よく部屋を暖めよう



暖めたい部屋を決め、ドアや  
ふすまをしっかりと閉める。

扇風機やサーキュレーターを  
使って、空気をかくはんさせる。

## ★加湿器以外で湿度を上げる方法



清潔な大判のタオルを  
ぬるま湯にくぐらせ、  
絞って干す。

ヤカンやお鍋にお湯を沸かし、  
ふたを開けて安全な場所に置く。

観葉植物を置く。

## 赤ちゃんが室内で着る服

大人よりも平熱の高い赤ちゃんは、  
着せすぎると必要以上に体温が上がり、  
汗をかいてしまいます。「いつもより顔  
色が赤くなっている」「手のひらや背中が  
熱く、汗ばんでいる」ときは  
着せすぎのサインかも。赤  
ちゃんが着る服は重ね着で、  
室温に応じて調節しましょう。