

わくわく城東

平成30年
5月発行

今月注目の子育て情報を紹介
**ピックアップ
インフォメーション**

城東区内の幼稚園説明・相談会

～4歳児・5歳児の幼児教育を無償化～

幼稚園の預かり保育や、子どもの可能性を伸ばす各幼稚園の充実した教育内容を紹介します。保育コンシェルジュによる相談コーナーもあります。入退場は自由です。

申込不要
入場無料

開催日時 平成30年 5月16日(水)・6月20日(水)

14時～16時

開催場所 城東KADO-YA
がもよんホール
(区民センター2階)

5月17日(木)～6月20日(水)(最終日は12:00まで)は、区役所1階ロビーで各幼稚園を紹介するパネル展示やパンフレット等の配布を行います。



問い合わせ 城東区役所 保健福祉課(子育て教育) TEL.06-6930-9857 FAX.06-6932-1295

城東図書館
おすすめ

新刊よんでみて



じてんしゃのれるかな 作: 平田利之 出版社: あかね書房
2018年1月発行 27×19cm 36ページ

自転車に乗れない男の子が練習をはじめると、「へいき へいきとだれかの声。象がこっぴりパランス パランス。鳥はうたいながら「リズム リズム。ふしぎなアドバイスをきくうちに...「あ!のれてる!」シンプルな絵と文で、はじめて自転車に乗った時の感覚と喜びを伝えます。青空の下、サイクリングにでかけよう!

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

お子様とのカフェデビューに最適☆
「ギャン泣きフレンドリータイム」

ベビーカーでも入りやすく、たくさんの絵本やカフェインレスコーヒーなど、もともとお子様連れで入りやすいカフェだった「cocoaru(ココアル)」が、新たに「ギャン泣きフレンドリータイム」を導入しました。平日(水曜日は定休)の10:30～12:00はお子様連れ優先ですので、「子どもが泣いて周りに迷惑をかけたらどうしよう」と思わずに、安心してカフェを利用できます。



book and cafe cocoaru (ココアル)
城東区成育1-1-13 大阪ウスイビル101
TEL.06-6932-2700
10:30～18:30 ※土曜は17:00まで
(LO. 平日18:00、土曜16:45)
水・日・祝日定休 <http://cocoaru.npo-assort.com/>



発行 ■■■ 「子育てするなら城東区推進委員会」 06-6930-9857
編集 ■■■ 城東区.com
Text/石井麻優子 Design/maomao
協力 ■■■ 城東区子育て支援連絡会、野口医院、book and cafe cocoaru



取材協力店募集

「わくわく城東」では、紙面に子育て情報を提供して下さるお店、病院を募集しています。詳しくは下記、問合せフォームまでご連絡ください。
<https://ws.formzu.net/sfgen/S25077359/>



紫外線から子どもを守る テクニックを身につけよう!

外遊びが気持ちの良い季節になりましたが、やはり気になるのは「紫外線」。適度に紫外線を浴びることは良いことなのですが、紫外線の浴び過ぎはやはり禁物です。今回は子どもの紫外線対策を特集します。



子どもが受ける/ 紫外線の影響

- 日焼けによる腫れや水ぶくれ
- 免疫機能の低下
- 紫外線角膜炎(雪目)など



日焼け止めは生後3ヶ月ごろから、20分以上の外出のときに使ってあげましょう。3か月未満の子にはなるべく使用を避けてください。

チェックして! 紫外線対策

服装	・帽子はつばがあるものを。首の後ろもガードできるとベスト。 ・日差しが強い場所では薄手の上着を。 ・屋外プールや海では、ラッシュガードを着る。
行動	・日差しが強い10～14時の外出は避ける。 ・木陰の多い公園などで遊ばせる。
アフターケア	・クールダウン。水分補給も忘れずに。 ・メラニンの沈着を防ぐために、ビタミンCをたっぷり取る。

子供の日焼け止め選びのポイント

ポイント1

SPFやPAが低いものをおすすめ。子どもの肌やデリケートなため、これらの数値は低いものや適切なものを選びましょう。
※それでも肌トラブルが起こる場合もあります。使用前に必ずパッチテストをしましょう。

ポイント2

石けんで落とせる「ノンケミカル(紫外線吸収剤不使用)」タイプのものを選びましょう。

ポイント3

「石油系合成界面活性剤」「香料、着色料」「エタノール」といった成分はお肌に負担をかける場合があります。なるべくこれらが含まれていないものか、配合量が少ないものを選んであげてください。



過度な日焼け防止にはご注意を!

日光浴には、殺菌消毒や血行・新陳代謝の促進などといった嬉しい効果があります。日光に当たる時間が減ると体内のビタミンDが不足し、骨格異常が起こる「くる病」のリスクが高まることも。しかし、

- 日焼け止めを塗らない1日10～15分の日光浴
 - バランスの良い食事
- といった日常的な対策でビタミンDは充分補うことができます。

まちのお医者さん

[野口医院] 内科 消化器科 小児科 外科

「小さなお子さんを診察するとき、とにかく丁寧に診ることを心がけています。地域の力になりたいと思っているので、何でも相談してください」と語る野口先生。「熱帯魚の飼育」「ソフトボール」「マラソン」「キーボードやギター演奏」と多趣味で、話題が豊富。関目生まれの関目育ちで、地域愛にあふれた先生です。



城東区関目3丁目13-1【駐車場完備】
TEL.06-6931-7821
<http://noguchi-hospital.jp/index.html>

Doc. 野口 蒼生 先生
■ 経歴 ■ 大阪医科大学卒/大阪医科大学第二内科教室入室/阪本会養生病院内科/済生会茨木病院内科/大阪医科大学第二内科/平成16年に野口医院開業