

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

キッズ♪ミュージカル 体験講座

要申込
有料

子どもたちが歌って踊って少しのセリフを言ってみるなど、初めてのミュージカル体験をしてもらう企画です。

日時
12月25日(水)18:00~20:00
12月26日(木)・1月4日(土)・6日(月)10:00~12:00
1月13日(祝月)18:00~20:00
※最終日(1月13日)は、レッスン風景の参観と保護者向けにスチ発表会を行う予定です。

講師 山村 麻依
(大阪国際コンクールオペラ部門エスポール賞受賞他)

対象 小学生の方

募集数 新規募集15名 ※先着順
費用 5,000円 (全5回分・保険料含む)
申込期間 12月5日(木)~15日(日) 10:00~20:00

申込方法 城東区民センター窓口、または電話後FAXにて申込み。
問合せ 城東区民センター(城東区中央3-5-45) TEL.06-6932-2000 FAX.06-6932-2030

こころほぐしヨガ& 親子カフェ

子育てに頑張っている身体をリフレッシュしませんか? ヨガの後は、お茶を飲みながら子育てについてみんなでおしゃべりしましょう♪ **お子さんのあそびのスペース**もあります!

無料・要申込

日時 12月9日(月)10:00~11:30

場所 城東区在宅サービスセンターゆうゆう(城東区中央2丁目11-16)

定員・申込 10名
電話または来館にてお申し込みください。
申込受付:11月19日(火)~12月6日(金)
◆時保育あり(6か月以上の乳児から)

問合せ 城東区社会福祉協議会(城東区在宅サービスセンターゆうゆう) 城東区中央2-11-16 ☎06-6936-1153

＼さむ～い冬!／

子どもの服の 選び方ポイント



寒い季節がやってきました。自分が寒いとつい子どもにも厚着をさせてしまいがちに。子どもは大人よりも体温が高いため、大人ほど寒く感じていないときがあります。しかし、だからといって過度な薄着は風邪をひく原因になってしまうことも。子どもの服装を選ぶときのポイントを紹介するので、参考にしてみてください。

選び方ポイント① 抱っこ状態 or ベビーカーで使い分けよう

抱っこひもなどで密着しているときは、体温の相乗効果で温かくなります。防寒着を着せるよりは、**抱っこひも用防寒ケープ**などを使用すると親子とも温かくなります。

また、ベビーカーで移動するときは、地面に近いほど気温が下がることがや風が吹くと体感温度が下がることを考えて、**大人よりも一枚多めの服を着せたり、ベビーカー用の**

フットカバーを利用しましょう。**脱ぎ着しやすい防寒ケープ**などを持っておくと、**どちらの場合にも対応**できて便利です。



選び方ポイント② 動きやすいようにアウターを重ねよう

寒いからとインナーを重ね着すると、動きにくくなる場合があります。特に自分で自由に動けるようになると、インナーの重ね着よりも**アウターを重ね着した方が動きやすく、汗をかいた時に脱がせやすい**です。



また動きすぎてインナーが出てしまうことがあります。おなかが冷えるのが気になるようなら、**裾が長めの下着や、おなかにリブが付いているパンツやスカート**がおすすめです。

選び方ポイント③ 子どもの様子をよく見て、こまめに着替えを

子どもは冬でも汗をたくさんかきます。汗で濡れたままの服を着ていると風邪をひきやすいので、**こまめに着替え**をしてください。逆に「唇の色が悪い」「背中まで冷たい」というときは、**寒さのサイン**です。お部屋の温度を上げたり、上着を着せたりして温めてあげてください。



新刊よんでみて



お正月がやってくる 作・絵: 秋山 とも子 出版社: ポプラ社 2018年12月発行 24.2x27cm 32ページ

もうすぐ年末。家族で工務店を営むおこさんは、お正月飾りを作って商店街で売ります。それが終わると、大掃除におせち作り、そして年越しそば。年が明けたら、し

舞が街をわり歩きます。東京に実在する一家の年末年始を通して、慌ただしい中にも新年を迎える喜びが伝わる行事絵本。緻密に描きこまれた街の様子も楽しめます。

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

待っている間も退屈しない☆子どもが楽しめる美容室



キッズスペースにはおもちゃだけでなく、子ども用のタブレットもあり、遊んだりアニメなどを見たりと子どもが退屈しないような工夫がたくさん。また小窓から子どもの様子を見ることができるので安心です。

授乳中のママのために、ノンカフェインのドリンクやハーブティーもあり、ゆったり過ごすことができます。営業時間外の受付も相談できるので、日中は忙しくて行けないと諦めている人は相談してみてください。



Shuno Haar (シュノハール)
城東区今福東3-12-19 1F
TEL.06-6923-8803
10:00~17:00 月曜定休
イベント案内はインスタグラムで告知
<Instagram> shunohaar_tsubouchi
https://shunohaar.com/



小窓で安心!

まちのお医者さん

【まるやま歯科クリニック】 月～金 9:00~12:30、14:00~19:00
土 9:00~14:00

「むし歯菌は親から侵入することが多いので、子どものむし歯予防のためにはまず親のむし歯ケアが大切です。また、3歳ごろの歯が生えそろうまでの時期は、むし歯菌の工サとなる砂糖の摂取に気をつけてください」と丸山先生。むし歯についてとても分かりやすく教えてくれました。先生は本が好きで、自宅には1万冊ものマンガがあるそうです。



Doctor 丸山 太郎 先生
● 経歴 ● 1995年 朝日大学歯学部 卒業
/2006年 まるやま歯科クリニック 開院

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、まるやま歯科クリニック、Shuno Haar

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/



城東区 絵本で子育て!みんなで子育て! ~絵本とわらべうたで子育てを楽しく~

参加無料

いろいろな絵本や赤ちゃんから楽しむことができるわらべうた遊びを通して、親子で心地良いひとときを過ごしませんか? ぜひ、お立ち寄りください♪

日時 12月17日(火)
10:45~11:30 (受付10:30~)

場所 城東区民センター 4階大会議室

定員 20組 (当日先着順) **対象** 乳幼児とその保護者 **講師** 元大阪市図書館司書 齊藤美子さん

問合せ 城東区保健福祉センター 保健福祉課(子育て教育) TEL.06-6930-9068 FAX.06-6932-1295

「子育てするなら城東区」推進事業 『親子でわくわく絵本フェスタ』を開催しました!

当日は、絵本作家の谷口智則さんによる「おはなし&ライブペインティング」が行われ、たくさんのご家族の方が参加されました。また、谷口先生が子どもたちからのリクエストを聞いて仕上げた作品は、写真のとおりとても素晴らしいものとなりました!

展示期間: 12月16日(月)~27日(金) ところ: 役所1階 ロビー



城東区では **子どもの成長・発達・しつけ・不登校・児童虐待** などに関する **相談(面談:予約制)**をお受けしています。

とき 月曜~金曜 (祝日、年末年始を除く) 9時~17時30分

ところ 城東区保健福祉センター 保健福祉課(子育て支援室) 城東区役所1階 17番窓口

問合せ TEL.06-6930-9068