大阪市地域子育て支援拠点事業　つどいの広場

フレンドリーせいいく

大阪市城東区成育 2-2-21
ﾅﾆﾜﾗﾝﾄﾞ 野江 1F
☎06-6935-6800

秋の深まりとともに、体を動かすのに気持ち良い季節になってきました。
秋の自然に触れお散歩や外遊びをたっぷり楽しみましょう。





＜利用される方へ＞

利用時間　１０：００～１５：００

開所している間、予約なしで自由にお越しください。
＊子育て講座やイベントなどは予約受付日より予約してください。
　人数は内容により変わります。
風邪等の症状が見られる場合は利用を控えてください。
１０組以上の混雑時は１時間程度で入れ替わりのご協力をお願いします。

＜子育て相談＞

日頃、子育てで気になっていること、悩みや不安はありませんか？来所できない場合は電話（１０：００～１５：００）での対応も行っていますので気軽に相談してください。

２０２６年　１１月		
１	日	
２	月	
３	火	文化の日
４	水	
５	木	
６	金	ブックスタート（10:30～13:00）
７	土	
８	日	
９	月	２歳あつまれ～♪（10:00～13:00）
１０	火	１歳あつまれ～♪（10:00～13:00）
１１	水	多胎児あつまれ～♪（10:00～13:00）
１２	木	０歳あつまれ～♪（終日）
１３	金	子育て講座（13:30～）「体すっきり健康講座」
１４	土	
１５	日	
１６	月	
１７	火	
１８	水	
１９	木	「ママさんストレッチ」10:15 マタニティストレッチ 11:15
２０	金	身体測定
２１	土	
２２	日	
２３	月	勤労感謝の日
２４	火	
２５	水	
２６	木	
２７	金	
２８	土	
２９	日	
３０	月	誕生会（10:30～13:00）

ブックスタート



６日（金）１０：３０～　　８組
１歳未満児対象です。電話にて予約してください。

子育て講座

「体すっきり健康講座」

１３日（金）１３：３０～　　５組
毎日の育児で腰や腕が痛いけどつい我慢してしまうという方、整骨院の講師による健康についてのお話と簡単に自分でできる矯正法を教えて頂きます。
予約は２日（月）から受け付けます。

子育て講座

「ママさんストレッチ」



１９日（木）１０：１５～　　５組
凝り固まった身体をほぐして心も体もリフレッシュ!!
予約は９日（月）から先着順です。水筒・タオルを忘れずに！

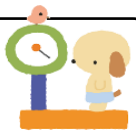
妊婦さんあつまれ～♪

マタニティストレッチ



１９日（木）１１：１５～　　５組
今年２回目のマタニティストレッチです。リラックスしてゆったりとしたストレッチ時間を楽しみましょう。
予約は９日（月）から先着順です。水筒・タオルを忘れずに！
※次回は３月に予定しています。

身体測定



２０日（金）１０：００～１４：３０は身体測定です。
１３：３０～１４：３０は看護師が来所します。

誕生会



３０日（月）１１月の誕生児の参加をお待ちしています。
みんなでお祝いしましょう。
２６日（木）までに予約をしてください。