



よんでみてオススメ絵本  
「むにゃむにゃ きゃつきやつ」

こぐま社  
柳原良平 作

赤ちゃんは擬音語や擬態語が大好きです。  
「ひらひら」「がしゃーん」「ぼたーん」声に出して読むと、ますます楽しくなり、ママも赤ちゃんも思わず笑顔になります。きれいな色彩の切り絵がどこかユーモラスで、言葉の響きとリズムによって想像力が刺激される絵本です。

春のおはなし会

4月19日(土)  
【第1部】午後2時～午後2時30分  
【第2部】午後2時40分～3時40分  
場所 城東図書館おはなしのこべや  
出演 城東おはなしの会のみなさん  
定員 50名(当日先着順)  
おはなし(ストーリーテリング)を聞いて楽しんでいただきます。子どもたちのための第1部と大人の方も楽しめる少し長めのおはなしの第2部の2部構成で行います。(両方の参加もOK)

こっちも楽しんでね  
城東図書館イベント  
城東区新喜多東1-1-7  
06-6963-5680

しぎのばる 第2回

1,000円相当のお店自慢のサービスが、ばるチケット1枚で楽しむことのできるお得で嬉しい『街ばる』イベントです。地域を元気づけるフリーマーケット『それいけ！フリマ』も同時開催です。

4月19日(土)開催

しぎのばる参加店舗でチケットを購入して参加してください。  
前売り券 チケット5枚綴り 3,000円  
当日券 チケット5枚綴り 3,500円  
ガイドマップで参加店舗をチェックして、開催日当日に参加店舗で特別メニューと引き換えにチケットを使用します。  
残ったチケットは「あとばる期間(4/20～4/26)」中に参加店舗で金券として使えます。  
※一部店舗を除く。※各店舗1回のお会計につき1枚まで。

【公式サイト】<http://www.jotonamachi.jp>  
【Facebook サイト】<https://facebook.com/Jotonamachi>  
【TEL】070-5269-3455  
【MAIL】[info.jotonamachi@gmail.com](mailto:info.jotonamachi@gmail.com)  
【Twitter】@Jotonamachi



活動予定  
4/19 しぎのばる出店  
4/1～5/2  
今里筋線地下鉄構内キヤリ-展示  
6/16～6/27  
城東区役所1階区民キヤリ-展示  
お問合せ ねこまや(奥田)  
電話 090-8532-5414  
メール [nekoma\\_ya@yahoo.co.jp](mailto:nekoma_ya@yahoo.co.jp)  
サイト <http://www.nekomaya.net>

しぎのばるにも出店する「ねこまや」(ママさんたちの創作チーム)が城東商店街で手仕事のイベントを開催します。趣味の手作り品を発表・販売したい方、作家活動の場を広げたい方、ネイルやエステの有資格者等を募集しています。これから何か手作りを始めてみたい方という方も大歓迎です。(各種講習あります)子どもが小さいからとか兄弟が多いからとあきらめないで、育児の情報交換をしながら、趣味でつながるママ友の輪を広げましょう。

祝日 なんの日?  
4月29日 昭和の日  
激動の日々を経て、復興を遂げた昭和の時代を顧み、国の将来に思いをいたす日です。  
もともとは、昭和の時代の「天皇誕生日」という祝日でしたが、昭和64年

1月7日に昭和天皇が崩御されたことを受けて、平成元年から「みどりの日」に改められました。  
「国民の祝日に関する法律」の一部を改正する法律(平成17年法律第43号)が平成19年から施行され、「国民の祝日」として新たに「昭和の日」が加わり、「みどりの日」は5月4日に移動しました。  
また、この時「国民の祝日」が日曜日に当たるときは、その日後においてその日に最も近い「国民の祝日」でない日を休日とすることになりました。

子どものおやつには、お腹を満たすだけでなく3度の食事では摂りきれないエネルギーや栄養素、水分を補給する「補食」の役割があります。

大好きおやつ!

コーンフレークのおこし



材料1人分  
コーンフレーク 15g  
(砂糖をまぶしていないもの)  
マシュマロ 9g  
マーガリン 8g

- ① バットや盆などにクッキングシートを敷いておく
- ② コーンフレークを袋の中で荒くつぶしておく
- ③ なべにマーガリンを入れて火にかけ、溶けたらマシュマロを入れて焦がさないように火加減に注意しながらよく混ぜるマシュマロが溶けたら火を止める
- ④ ③にコーンフレークを加えて全体によくからませる
- ⑤ ①のバットや盆に手早く入れて平らにととのえ、上にもクッキングシートをのせて、同じサイズのバットや盆で上から押さえつける
- ⑥ 常温で固まるので適当な大きさに切り分ける

簡単に作れて  
離乳食完了期から  
食べられる  
おやつです

マカロニあべかわ



材料1人分  
マカロニ 10g  
きな粉 5g  
砂糖 3g  
塩 少々

- ① マカロニはゆでてさっと水に取り、ざるにあげて水気をきっておく
- ② きな粉と砂糖と塩を合わせておく
- ③ ①のマカロニに②をまぶす

マカロニのチーズ焼き



材料1人分  
マカロニ 10g  
油 2g  
塩 少々  
④ トマトピューレ 3g  
パン粉 3g  
粉チーズ 5g

- ① マカロニはゆでてさっと水に取り、ざるにあげて水気をきっておく
- ② ボールに①と④を入れてあえる
- ③ 200度に温めたオーブンで焼き色がつくまで焼く

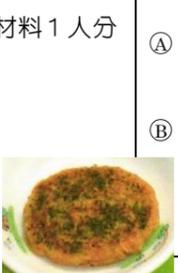
お麩のラスク



材料1人分  
麩 5g  
マーガリン 8g  
砂糖 5g

- ① クッキングシートを敷いたオープン皿に麩を重ねないように並べておく
- ② マーガリンを溶かす
- ③ ②と砂糖を混ぜ合わせたものを麩にかけて、オーブンで焼き色がつくまで焼く

れんこんおとし焼き



材料1人分  
① れんこん 30g  
じゃがいも 20g  
にんじん 5g  
② 桜えび 1g  
片栗粉 9g  
しょうゆ 0.5g  
油 少々  
青のり 少々

- ① ①をすりおろす
- ② ①と②を混ぜ合わせる
- ③ フライパンに油をひいて②を焼く
- ④ 器に盛り、青のりをふる

トースト2種類

きな粉パン  
食パン(8枚切) 1/2枚  
④ きな粉 3g  
砂糖 3g  
マーガリン 5g



材料1人分  
じゃこのトースト  
食パン(6枚切) 1/2枚  
ちりめんじゃこ 4g  
マヨネーズ 5g  
青のり 0.1g  
白ごま 0.5g

- ① ④を混ぜ合わせておく
- ② 食パンの片面に①をぬり、焼き色がつくまで焼く
- ③ 適当な大きさに切って盛り付ける
- ① 湯通ししたじゃことマヨネーズを合わせる
- ② 食パンの片面に①をぬり、焼き色がつくまで焼く
- ③ 青のりとごまをふり、適当な大きさに切って、盛り付ける

4月 イベントカレンダー

Youbi	曜日	子ども・子育て プラザ Tel 6933-2880	城東つどいの 広場 Tel 6931-4882	つどいの広場 だんだん Tel 6961-5505	今福保育園 地域子育て支援センター ぼかぼか Tel 4255-4922	城東子育て 支援センター Tel 6965-7121
1	火					◆ブックスタート
2	水		◆ブックスタート だっこで絵本 10:30 整理券配布		園庭あそび	「絵本の会」 読み聞かせ
3	木			◆親子ヨガ 3/28 受付開始		
4	金	◆親子たいそう	子育て相談	◆ブックスタート 絵本読み聞かせ会	お休み (保育園休園のため)	
5	土	小麦粉ねんど				
6	日	おもちゃ病院				
7	月					
8	火	びよびよ3階 DAY				保健師来館 (今年度より火曜)
9	水	びよびよ3階 DAY ワクワク3階 DAY			園庭あそび	親子教室 プチクラフト
10	木	◆Let's ながお絵			◆ブックスタート	ミニお楽しみ会
11	金	シアターいろいろ				
12	土	ブラバン工作				
13	日					
14	月				身体測定	
15	火	びよびよ3階 DAY ワクワク3階 DAY			身体測定 保健師来館	
16	水	ワクワク3階 DAY びよびよ3階 DAY			園庭あそび	親子教室
17	木	びよびよ3階 DAY ワクワク3階 DAY お誕生記念手形スタンプ お誕生記念手形スタンプ	親子あそび		ホールあそび	
18	金				◆ベビーマッサージ 4/10 受付開始	
19	土		親子体操			
20	日					
21	月					
22	火	びよびよ3階 DAY ◆英語であそぼう			◆手作りおもちゃ	
23	水	びよびよ3階 DAY ワクワク3階 DAY ◆ブックスタート			園庭あそび	親子教室
24	木	◆親子ピクス			ボールプールで 遊ぼう	誕生会
25	金	こいのぼりを作ろう			ボールプールで 遊ぼう	
26	土	おはなし会			◆あそぼう会 (離乳食講座・ アレルギー父母の会)	
27	日					
28	月					
29	火					
30	水	ワクワク3階 DAY びよびよ3階 DAY		手がた・足がた スタンプ(150円～)	園庭あそび	

はお休みです！  
◆は申し込みが必要です  
★ 詳細については各施設にお問い合わせください  
★ 子育てサロンについては子育てMAP※をご参照ください  
※子育てMAPは区役所2階21番窓口でお申し出ください

子育てサロン

- 〈諏訪地区〉  
プチクラブ  
第2.4水曜 10:30～12:00
- 〈中浜地区〉  
中浜にこにこクラブ  
毎週木曜 10:30～12:00
- 〈森之宮地区〉  
トロキッズ  
第1.3木曜 10:00～11:30
- 〈東中浜地区〉  
すくすく  
第1.2水曜 10:30～12:00
- 〈城東地区〉  
スキップ  
第2.4火曜 10:30～12:00
- 〈嶋野地区〉  
元気クラブ  
毎週水曜 10:30～12:00
- 〈聖賢地区〉  
聖賢キッズ  
第1.3火曜 10:30～12:00
- 〈今福地区〉  
わくわく  
第1.3金曜 10:30～11:30
- 〈放出地区〉  
すまいる KID'S  
第1.2.4金曜 10:00～12:00
- 〈鯉江地区〉  
このゆびとまれ  
毎週木曜 10:30～11:30
- 〈鯉江東地区〉  
鯉江東ジャンボクラブ  
第2.4金曜 10:30～11:30
- 〈関目地区〉  
わんぱく356  
第2.4金曜 10:30～11:30
- 〈関目東地区〉  
わんぱく124  
第2.4木曜 10:30～11:30
- 〈董地区〉  
すみれクラブ  
第1.3木曜 10:30～12:00
- 〈榎並地区〉  
榎並ぼっば会  
第1.2.3.4火曜 10:30～12:00
- 〈成育地区〉  
成育チルドレン  
第2.4金曜 10:30～12:00

大阪市立城東スポーツセンター

管理運営 株式会社オーグスポーツ

〒536-0014

大阪市城東区嶋野西 2-1-21 (クレオ大阪東と併設)

Tel 06-6965-1391 FAX 06-6965-1392

http://www.ogsports.co.jp/corp/accept/facility/jyota.html

開館時間 9:00～21:00

休館日 月曜日(その日が休日の場合は翌平日)



ベビコミュ&ヨガ

まだ、お話しできない赤ちゃんと  
ジェスチャーを使って  
コミュニケーションを取りましょう。  
ジェスチャーで楽しく「おしゃべり」するだけで  
赤ちゃんの能力を伸ばし、サインを使って意思疎通  
する事でママも赤ちゃんもストレスが軽減します。  
また、一緒に行うヨガは赤ちゃんの全身運動になり、  
スキンシップも生まれます。



対象 4か月～1歳2か月  
日時 第2・4水曜日  
10:30～11:30  
会費 4,080円(2か月4回)  
※無料体験できます。



他に、クラシックバレエ、Jr 競技エアロビクス、リズム体操、  
子どもテニス、バスケットボール、チアダンス等就学前から始められることもクラスが充実です。詳しくは直接お問い合わせ下さい。



●JR京橋駅 南口から南へ600m ●京阪 京橋駅 中央口から南へ900m  
●地下鉄長堀鶴見緑地線 大阪ビジネスパーク駅④番出口から東へ750m  
※駐車台数に限りがありますので公共交通機関をご利用ください。



ちびっ子体操

お子さまの自立心、向上心をのばす教室です。  
音楽に合わせてダンスをしたり、  
遊具で遊んだり、  
鉄棒や平均台でバランス感覚を養います。



対象 1歳6か月～就園前  
日時 木曜日  
10:00～11:10  
会費 5,120円(2か月8回)  
※保護者の安全管理のもとご見学いただけます。



広い体育館でのびのび動きます。

クレオ大阪東の子育てに関する一時保育付き講座

ノーバディーズパーフェクト～完璧な親なんていない～

5月28日～7月16日(全8回)

毎週水曜日 10:00～12:00

0歳から5歳までの子どもを持つ親のための、カナダ生まれの一時保育付き親支援  
プログラムです。はじめから一人前の親などいけません。みんな周りからの助けを  
得ながら親になっていきます。子育て真っ最中の仲間とおしゃべりしながら、「子  
どものしつけについて」「生活習慣について」「イライラすること」など日ごろ気にな  
っていることや困っていることをテーマと一緒に考えます。お茶を飲みながら、自  
分に合った子育ての仕方を探してみましょう。

本を読む日(一時保育付読書タイム)

5月22日(木)、23日(金)

10:00～12:00/13:00～15:00

クレオ大阪東の情報・図書コーナーで普段ゆっくり読めない本や雑誌、映画を  
楽しめる「本を読む日」を、毎月2～4回開催しています。  
同じフロアに保育室がありますので、一時保育が初めての方も安心して  
一時保育デビューが出来ますよ。※館外へ外出はできません。



ママ♡コミュ

地域や近隣付き合いの希薄化により育児等の悩みを共有できる場が減少傾向にある  
ため、気軽に立ち寄れる場を設け、同じような状況下にある親同士の交流を深め、  
今後の子育てに役立てられるよう月1回テーマを決め、講座を開催しています。

※3講座とも事前申し込みが必要です。詳細はお問い合わせください。  
クレオ大阪東 TEL: 06-6965-1200 FAX: 06-6965-1500

城東区 子ども・子育てプラザ

こいのぼりを作ろう

カワイイこいのぼりを作りますよ。

日時 4月25日(金) 11:00～12:00

対象 乳幼児とその保護者

定員 70組(先着順)

事前申込なし

お問合せ 子ども・子育てプラザ TEL/FAX 06-6933-2880

城東図書館

平成26年度子ども読書の日記念事業  
城東図書館 春のこども会

日時 4月27日(日) 14:00～15:00

場所 城東図書館 おはなしのこべや

定員 50名(当日先着順)

※くつ袋を持ってきて下さい。

城東絵本の会のみなさんによる人形げきや大型絵  
本の読み聞かせなどのお楽しみがいっぱいです。

お問合せ 城東図書館 TEL: 06-6963-5680 FAX: 06-6963-5688

城東区子育て情報メルマガ会員募集中です

amobile@mmag.city.osaka.lg.jp 宛に空メールを送信して登録すると毎月27日に配信されます。

※ mobilesoushin@mmag.city.osaka.lg.jp からメールが届きます。受信できるように設定してください。

お問い合わせ 登録に関すること: 城東区役所総務課 ☎06-6930-9091 Fax06-6931-9999

内容に関すること: 城東区保健福祉センター保健福祉課 ☎06-6930-9857 Fax06-6932-1295



バーコードリーダー機能付き携帯電話をお持ちの方は  
上記QRコードを読み込んで空メールを送信できます。