

# 防災の豆知識

## 水・食料の備蓄について

以前は「3日分」でしたが、最近は「水や食料は7日分を用意しましょう」と言われています！

1人1日あたり必要となる水は調理用と飲料用を合わせてだいたい3リットルが目安です。一度に大量に飲んだり、喉が渇いた後に飲んででも体によくありません。コップ1杯程度の水を寝起き、朝食時、午前中、昼食時、午後、夕方、夕食時、入浴前後、寝る前等に分けて飲みます。

備蓄用の特殊な食品を購入しておかなくても「ローリングストック」という方法なら大丈夫です。普段食べなれた乾麺や乾物、缶詰、レトルト食品等保存期間の長い食材を多めに購入しておき、日常食として使いながら半分になったら補充を繰り返せば無駄が減ります。トイレトペーパーやナプキン、ラップ等の雑貨でも同じ方法で備蓄できます。

## よんでみてオススメ絵本

### 「あっちゃんあがつく」 たべものあいうえお



原案:みね よう 作:さいとう しのだ  
出版社:リーブル

「あ」から「ん」までと濁音、半濁音も含めて69音すべてが食べもので登場します。愛嬌たっぷりの食べものたちに思わず笑ってしまいます。他にも食べ物を探して、ことば遊びを楽しんでください。

## みんなで支えあい！

当事者会・親の会  
発達障がいについて考える会

カラフル

発達障がいや悩んでいる親の方、当事者の方を対象に、会合を開いています。カウンセラーなど、様々な専門家にもご参加いただいています。

- 日時…毎月第3土曜日 10時～12時
- 対象…発達障がいについて関心のある保護者、発達障がい当事者の方  
※手帳の有無は必要ありません。

一時保育あり ※事前予約が必要です

不登校・ひきこもり親の会

ほっとタイム

不登校やひきこもりで悩んでいる親の方が集まり、学び合い、支えあう親の会を開催しています。カウンセラー等の専門家や、不登校・ひきこもり経験者も支援者として参加いただいています。

- 日時…毎月第3土曜日 14時～16時
- 対象…不登校・ひきこもり状態にある子どもの保護者

いずれも

- 場所…城東区在宅サービスセンター ゆうゆう(城東区中央 2-11-16)  
月曜～土曜日 午前9時～午後7時 (土曜日は午後5時30分まで)  
※日曜・祝日・年末年始は休館
- 申込・問合せ…城東区社会福祉協議会(地域活動担当)まで ☎06-6936-1153
- ★随時専門家を招き、講演会なども企画しています。一緒に学び、支えあいましょう。
- ★参加費は無料です。

約束ごと

- ★会で話された内容は秘密厳守です。
- ★みなさんが気持ちよくお話できるよう、個人攻撃や他の方の悪口は厳禁です。
- ★また、一人でお話が長くなりすぎないように互いに心配りしましょう。
- ★政治・宗教の布教・勧誘などはNGです。
- ★聞くだけの参加でもOKです。



城東区マスコットキャラクター  
コスモちゃん

# 保育・子育てコンシェルジュが あなたの子育てを応援します!!

保育所・幼稚園・認定こども園などの施設や、困った時に子どもを預かってくれる所、親子で集える場所などを利用できるように、保育・子育てコンシェルジュ（利用者支援専門員）が情報提供や相談・援助を行い、子育て家庭を支援します。

子ども・子育てに関する総合窓口として、誰もが利用できます。

相談無料です。お気軽にご相談ください。

【相談日時】 月～金曜日（木曜日を除く）10：00～17：00

【場 所】 区役所保健福祉課 2階 21番窓口

【お問合せ・相談予約】 城東区役所保健福祉課 2階 21番窓口

TEL 06-6930-9857

※電話でのご相談もお受けします。

※事前に予約をしていただけると、ゆっくりとご相談に対応できます。

予約がない場合もご相談していただけますが、予約の方を優先させていただきますので、ご了承ください。

保育所の送迎  
頼める人を  
探しているのだけど…

一時預り  
どこに申込みば  
いい？

保育所と認定こども園？…  
幼稚園、どこに入れたら  
いいのかなあ？



編集 奥田・平田・仲西・薮内・上野・細川・柳・大石・藤井・橋本 イラスト 桑原

# 子育て応援しちゃいます！ わくわく城東

発行・城東区役所 子育て支援室 06-6930-9857

編集・育児サークルシングルス team\_singlez@yahoo.co.jp

協力・城東区子育て支援連絡会

No. 25

平成27年6月

発行



大きく夢見るまち、大阪

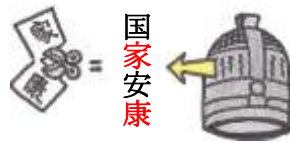
2014年・2015年にそれぞれ「大坂冬の陣・夏の陣」から400年を迎える大阪城において、大阪の魅力を国内外に発信するべく、「大坂の陣400年プロジェクト」を実施しています。とくに、2015年は大阪城まちづくり400年、道頓堀川開削400周年、天王寺動物園100周年など、都市建設の歴史における節目が重なっており、大阪の都市魅力創造のシンボルイヤーと位置付け、様々なイベントが実施されています。

大坂の陣400年天下一祭 公式サイト <http://www.osakanojin400.com/>

## すぐわかる！大坂の陣

慶長19年(1614) 方広寺鐘銘事件(右図)がきっかけで、豊臣が軍備を整えたことから大坂冬の陣が開戦されました。豊臣(豊臣秀頼・淀殿)VS徳川(徳川家康・秀忠) 戦国時代最後の合戦です。

方広寺鐘銘事件



豊臣家が再建を進めていた方広寺の鐘に刻まれていた「国家安康 君臣豊楽」の銘に徳川家を呪い豊臣家の繁栄を願う下心があるのでは？と家康が言いがかりをつけた出来事です。

詳しくは平成26年10月発行の「わくわく城東No.17」をごらんください。城東区のホームページからバックナンバーが読めます。  
<http://www.city.osaka.lg.jp/joto/page/0000221641.html>

豊臣軍は大坂城に籠城し、徳川軍を疲弊させる作戦を採用しています。

最初は補給路や連絡線の確保のため周辺に砦を築いていましたが、徳川軍にことごとく落とされ、慶長19年(1614)12月には豊臣軍の戦力は完全に大坂城内だけとなってしまいました。(右の布陣図上側)しかし、徳川方は天下一の堅城を前に普通に攻撃しても勝てる見込みもなく、冬の陣ということできつなく寒く、長期化しては兵の士気にかかわるため、家康は力攻めから神経戦に移行しました。かねてよりイギリスなどから輸入しておいた大砲を用意して昼夜を問わず撃ちまくりです。威力は凄まじく、本丸近くまで砲弾が炸裂し淀殿の侍女たちが死亡しました。

さらに、わざと豊臣軍に見えるように大坂城に向けた地下トンネル工事を開始しました。

さすがに淀殿の心も折れ、家康が提示した和睦の申し出を受け入れ、大坂冬の陣の戦闘が停止します。

徳川→豊臣の条件

- ・本丸を残して二の丸、三の丸を破壊し、外堀を埋めること
- ・淀殿を人質としない代わりに大野治長、織田有楽斎より人質を出すこと

豊臣→徳川の条件

- ・秀頼の身の安全の保障、豊臣に味方した者達へ責任を問わないこと
- などの条件で合意し、さっそく徳川方は三の丸の破壊と外堀の埋め立てを始め、二の丸まで徹底的な破壊を実行しました。(右の布陣図下側)

慶長20年(1615)3月、大坂に浪人の乱暴・狼藉、堀や塀の復旧などの不穏な動きがあるとして、徳川方は浪人の解雇と豊臣家の移封(いほう・他の領地へ移すこと)を要求しました。豊臣家の使者から移封は辞したいという申し出を受け、大坂夏の陣が開戦します。浪人の解雇や見切りをつけて豊臣から離れる兵がいたため戦力は減り、堀を埋め立てられ徳川軍を防ぐ術もなく、5月7日に大坂城は陥落しました。7日夜に城から脱出した千姫による助命嘆願も無視され、翌8日に秀頼と淀殿は自害しました。大坂の陣の終結、豊臣家の最後です。

現在、大阪城天守閣で所蔵されている福岡藩主黒田長政が絵師に描かせた屏風絵「大坂夏の陣図屏風」には戦の様子だけでなく、勝った徳川方の雑兵が偽首を取る様子や、略奪が行われ逃げ惑う民衆の姿が生々しく記録されています。

さなだのぶしげ ゆきむら

「真田信繁(幸村)の最期」 ※「幸村」名は戦記物に登場する名で、本名は信繁です。

慶長20(1615)年5月7日、真田信繁軍は茶臼山に布陣していました。昼ごろ、天王寺方面で合戦が始まり、茶臼山から出陣した信繁は三度、徳川家康の本陣に討ち入りました。家康をあわやというところまで追いつめるも負傷し、ついに力尽き、安居神社付近で越前藩士西尾仁左衛門に討ち取られました。信繁の武勲は名高く、「真田日本一の兵、いにしえよりの物語にもこれ無き由」と『薩藩旧記雑録』(薩摩藩の記録)に記されています。

左写真は大阪市天王寺区心眼寺にある『真田信繁之墓』です。今年5月に没後400年の法要が行われました。

2016年1月からの大河ドラマは、脚本・三谷幸喜、主演(真田信繁役)・堺雅人で大坂の陣を舞台にした「真田丸」が決定しています。



※大坂冬の陣・夏の陣 布陣図 ウィキペディアより抜粋  
下図(正「元和元年」は7月からので誤りです。5月の時点では「慶長二十年」です。  
※監修・資料提供は「城東区の歴史を掘り起こす会」にご協力いただきました。

6月 イベントカレンダー

| 日  | 曜日 | 子ども・子育て<br>プラザ<br>Tel 6933-2880              | 城東つどいの広場<br>Tel 6931-4882         | つどいの広場<br>だんだん<br>Tel 6961-5505 | 今福保育園<br>地域子育て支援センター<br>ぽかぽか<br>Tel 4255-4922 | 城東子育て<br>支援センター<br>Tel 6965-7121 | つどいの広場<br>ラ・メール放出西<br>Tel 6969-0005 |
|----|----|----------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------|
| 1  | 月  |                                              |                                   |                                 |                                               | 保育所の庭であそぼう                       |                                     |
| 2  | 火  | 子育て情報講座<br>「乳幼児の歯の健康について」                    |                                   |                                 | お休みしています                                      | ◆ブックスタート<br>0歳ひろば(午前)            |                                     |
| 3  | 水  | ◆タッチセラピー                                     | ◆ブックスタート<br>だっこで絵本<br>10:30 整理券配布 |                                 | 園庭あそび                                         | 「絵本の会」<br>読み聞かせ                  |                                     |
| 4  | 木  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!<br>身長・体重測定        |                                   |                                 | ◆ブックスタート                                      | 閉館しています                          | ◆親子製作おもちゃ<br>をつくろう!<br>5/29 受付開始    |
| 5  | 金  | ◆親子たいそう                                      | 子育て相談                             | ◆ブックスタート<br>絵本読み聞かせ会            |                                               | 0歳ひろば(午後)                        |                                     |
| 6  | 土  |                                              |                                   |                                 | あそぼう会<br>ホールあそび                               | 平常通り開館<br>こすもすひろば                |                                     |
| 7  | 日  | おもちゃ病院                                       |                                   |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 8  | 月  |                                              |                                   |                                 | 身体測定                                          |                                  |                                     |
| 9  | 火  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                   |                                   |                                 | 身体測定<br>保健師来館                                 | 0歳ひろば(午前)<br>保健師来館(午後)           |                                     |
| 10 | 水  | ◆ママカフェ                                       |                                   |                                 | 中庭あそび(砂場)                                     | ◆0歳親子教室                          |                                     |
| 11 | 木  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                   | 親子あそび                             |                                 | 製作あそび                                         | 1歳ひろば(午前)                        |                                     |
| 12 | 金  | しんぶん紙であそぼう                                   |                                   |                                 |                                               | 0歳ひろば(午後)                        | ◆ブックスタート                            |
| 13 | 土  | プラバン工作                                       |                                   |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 14 | 日  |                                              |                                   |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 15 | 月  |                                              |                                   |                                 |                                               |                                  | ◆ベビーマッサージ<br>6/9 受付開始               |
| 16 | 火  | ワクワク3階 DAY!                                  |                                   |                                 | 避難訓練                                          | 0歳ひろば(午前)<br>離乳食講座               |                                     |
| 17 | 水  | ◆タッチセラピー<br>フォローアップ講座                        |                                   |                                 | 園庭あそび                                         | ◆0歳親子教室                          |                                     |
| 18 | 木  | びよびよ3階 DAY!<br>英語であそぼう!<br>おたんじょう記念手形スタンプ    | 親子体操                              | ボールプールで<br>遊ぼう                  | 新園庭あそび                                        | 1歳ひろば(午前)                        | ボールプールの日                            |
| 19 | 金  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!<br>おたんじょう記念手形スタンプ |                                   | ボールプールで<br>遊ぼう                  |                                               | 0歳ひろば(午後)                        | ボールプールの日                            |
| 20 | 土  |                                              |                                   |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 21 | 日  |                                              |                                   |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 22 | 月  |                                              |                                   |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 23 | 火  | びよびよ3階 DAY!                                  |                                   |                                 | ◆手作りおもちゃ                                      | 0歳ひろば(午前)                        |                                     |
| 24 | 水  | ◆ブックスタート<br>ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!       |                                   |                                 | 園庭あそび                                         | ◆0歳親子教室                          |                                     |
| 25 | 木  | 親子ピクス                                        | すくすくあかちゃん                         |                                 | ◆はじめての<br>お誕生会                                | 1歳ひろば(午前)                        |                                     |
| 26 | 金  | かんたんうちわづくり                                   |                                   | ★手がた・足がた<br>スタンプ(150円～)         |                                               | 0歳ひろば(午後)                        | ◆親子ヨガ<br>6/19 受付開始                  |
| 27 | 土  | ◆Let'sにが絵♪<br>おはなし会                          |                                   |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 28 | 日  |                                              | 森の教室                              |                                 |                                               |                                  |                                     |
| 29 | 月  |                                              |                                   | ◆★ベビーマッサージ<br>6/22 受付開始         | ホールあそび                                        |                                  |                                     |
| 30 | 火  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                   |                                   | ◆親子ヨガ<br>6/23 受付開始              |                                               | 0歳ひろば(午前)                        |                                     |

はお休みです。 ◆は申し込みが必要です。 ★は有料です。 ・詳細については各施設にお問い合わせください。

城東区子育て情報メルマガ会員登録中です  
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。  
※登録の為、amobile@mmag.city.osaka.lg.jpから返信が来ます。  
メルマガはmobilesoushin@mmag.city.osaka.lg.jpからメールが届きます。どちらも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



はお休みです。 ◆は申し込みが必要です。 ★は有料です。

| 日  | 曜日 | 城東図書館<br>Tel 6963-5680            | 城東区民ホール<br>Tel 6932-2000                    | クレオ大阪東<br>Tel 6965-1200                                                                                              |
|----|----|-----------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 月  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 2  | 火  | おやこでたのしむ<br>えほんのひろば<br>(2日のみ11時～) |                                             | 女性のための<br>悩み相談<br>電話相談<br>06-6770-7700<br>総合相談受付<br>(問合せ・面談予約)<br>06-6770-7730<br>火～土 10:00-20:30<br>日・祝 10:00-16:00 |
| 3  | 水  | 水曜おたのしみ会                          |                                             |                                                                                                                      |
| 4  | 木  |                                   | ◆★リズム体操                                     |                                                                                                                      |
| 5  | 金  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 6  | 土  |                                   | ◆★世界に一つだけ<br>のエコバッグ作り                       |                                                                                                                      |
| 7  | 日  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 8  | 月  |                                   | ◆★ピラティス講習会<br>◆★ラフターヨガ                      |                                                                                                                      |
| 9  | 火  | おやこでたのしむ<br>えほんのひろば               |                                             |                                                                                                                      |
| 10 | 水  | 水曜おたのしみ会                          | ◆★木蘭花架拳と<br>中国の健康医療体操<br>◆★癒しのリラックスヨガ       |                                                                                                                      |
| 11 | 木  | 読書会 プーの会                          | ◆★リズム体操                                     | ◆女性のための<br>お仕事相談(キャリア)                                                                                               |
| 12 | 金  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 13 | 土  | えほんのひろば                           |                                             |                                                                                                                      |
| 14 | 日  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 15 | 月  |                                   | ◆★誰でも簡単!<br>スマートフォン教室<br>◆★骨盤調整<br>リフレッシュヨガ |                                                                                                                      |
| 16 | 火  | おやこでたのしむ<br>えほんのひろば               |                                             |                                                                                                                      |
| 17 | 水  | 水曜おたのしみ会                          | ◆★木蘭花架拳と<br>中国の健康医療体操                       |                                                                                                                      |
| 18 | 木  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 19 | 金  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 20 | 土  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 21 | 日  |                                   | 音楽の祭日2015 城東区<br>OH! BANZAI 倶楽部<br>スペシャルライブ |                                                                                                                      |
| 22 | 月  |                                   | ◆★ラフターヨガ                                    |                                                                                                                      |
| 23 | 火  | おやこでたのしむ<br>えほんのひろば               |                                             |                                                                                                                      |
| 24 | 水  | 水曜おたのしみ会                          | ◆★癒しのリラックスヨガ                                |                                                                                                                      |
| 25 | 木  |                                   |                                             | ◆本を読む日<br>一時保育締切 6/17                                                                                                |
| 26 | 金  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 27 | 土  | 郷土史講演会                            |                                             | ◆女性のための<br>お仕事相談(起業)                                                                                                 |
| 28 | 日  |                                   | 区民ホール寄席                                     |                                                                                                                      |
| 29 | 月  |                                   |                                             |                                                                                                                      |
| 30 | 火  | おやこでたのしむ<br>えほんのひろば               |                                             |                                                                                                                      |

子育てサロンは、皆で遊んだり・おしゃべりしたり・学び合う仲間作りの場です。  
子育て中の親子はもちろん、いろんな人と関わりながら育ちあう場もあります。  
身近な地域で友だちをつくり、支え合い、育ちあう、地域ぐるみの子育てをしませんか？  
ご自宅の近くでなくても大丈夫、どこの地区のサロンへの参加も複数か所への参加も可能です。  
基本的に参加費無料です。  
子育てサロンについては城東区役所子育て支援室（☎ 06-6930-9857）にお問合せください。

子育てサロン

- 〈諏訪地区〉  
ブッチクラブ  
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
- 〈鳴野地区〉  
元気クラブ  
第2・4木曜  
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
- 〈餘江地区〉  
このゆびとまれ  
毎週木曜  
10:30～11:30
- 〈餘江東地区〉  
鯉江東キッズクラブ  
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

おやこでたのしむ えほんのひろば

図書館でお子さんに本を読んであげたい時に…

日 時 毎週火曜日 10:00～12:00  
場 所 城東図書館おはなしのこべや

図書館で絵本を選びながら、お子さんに読み聞かせできるように、おはなしのこべやを開放します。  
時間内は自由にご利用いただけます。  
こべやにいている絵本はお借りいただけます。

★利用時間は変更する場合があります。  
※詳しくは図書館カウンターにおたずねください。

問合せ 城東図書館  
城東区新喜多東1-1-7  
TEL 06-6963-5680

城東区生涯学習ルーム第18回作品展

日 時 6月14日(日) 10:00～15:00  
場 所 城東区民ホール(城東区中央 1-3-6)  
申 込 なし  
入場料 無料  
内 容 ○各ルーム活動成果発表  
○手作りコーナー  
(一部教材費が必要です)  
○体験学習(舞台上)  
午前・民謡 午後・フラダンス  
○パネル展示 識字日本語交流教室  
○人権啓発コーナー

問合せ 城東区役所総務課(総合企画)  
TEL 06-6930-9094  
FAX 06-6931-9999  
主催 生涯学習推進員城東区連絡会  
城東区生涯学習推進会議  
城東区役所

ママカフェ  
笑って話してリラックス♪  
おしゃべりしてリフレッシュしましょう

日 時 6月10日(水)10:30～11:45  
対 象 就学前の乳幼児の保護者(女性のみ)  
定 員 12名(申込み多数の場合は抽選になります)  
申 込 5/20(水)～6/5(金)まで  
お電話又は直接来館にてお申込みください。  
講 師 コミュニケーション心理アドバイザー  
光森智香さん

※お子様の一時保育もできます。  
(0歳児の預かりは、6名まで対応します)  
※6/5(金)17:00に抽選し、当選された方のみ  
6日(土)に電話連絡いたします。

問合せ 城東区子ども・子育てプラザ  
TEL/FAX 06-6933-2880

親子でふれあうベビママヨガ

7月8日～7月29日毎週水曜日(全4回)  
①10:00～10:45(主に3か月～6か月の赤ちゃんと母親)  
②11:00～11:45(主に7か月～11か月の赤ちゃんと母親)  
受講料①②とも5,000円  
事前申込受付中です。詳しくはお問合せください。

問合せ クレオ大阪東  
TEL 06-6965-1200