

平成 27 年 7 月 1 日（水）から
児童相談所全国共通ダイヤルが 3 桁の番号になります。

近所の子が虐待を受けているようだ…
つい子どもに辛くあたってしまう…
子育てに悩んでいる人がいる…など

児童相談所
全国共通ダイヤル ☎

※一部の IP 電話からはつながりません。 ※通話料がかかります。 ※連絡は匿名で行うことも可能です。 ※連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

189 番のご利用時間は平日 9 時～17 時 30 分です。
それ以外の時間は児童虐待ホットライン 0 1 2 0 - 0 1 - 7 2 8 5（24 時間対応・無料・年中無休）をご利用ください。

よんでみてオススメ絵本

「まま みてて」

作:まどか ななみ
絵:宮西 達也
出版社:ポプラ社



「まま ぼく ひとりでできるんだよ」
そうってしんちゃんは…。

作者の「もっと子どもをみてあげてほしい」という想いから生まれた絵本です。
お母さんは少しの間手を止めて、しっかり見てあげて、いっぱい褒めてあげてください。

見落としがちな子どものしぐさの瞬一瞬がほのぼのした絵で表現されています。
思わず「あるある(笑)」と共感してしまう一冊です。

いち はや く
1 8 9

防災の豆知識

防災頭巾について

学用品で馴染みのある防災頭巾ですが、用途によって使い分けるとより安全です。

頭部を守るものという、防災頭巾やヘルメットが手軽に入手できますが、これにも種類があるので、用途に合わせて準備するといと思います。

普段は座布団等として身近に置き、災害時には右下のイラストのようにかぶるもので、裏面に耐火布（銀色が多い）が張られているものが「防災頭巾」です。耐火布が使われていないものや手作り等「防災頭巾」以外の簡易なものは「簡易頭巾」と言います。

いずれも、火災の時に頭部を守り、髪の毛が烧けないように使用するものです。落下物等の衝撃から頭部を保護するには少々頼りないのでヘルメットが必要になります。

多くは避難所へ行くまでの道中にかぶるものだと思います。想定される危険に合わせて選びましょう。



ランドセルで頭を守る方法

おしりと足の裏を地面にしっかりつけて、背中を丸めて座ります。

ランドセルのカバーを頭に被せ、留め具部分を片手で持ちます。もう片方の手は地面につき、体が倒れないよう支えます。



机の下に入って頭を守る方法

おしりと足の裏を地面にしっかりつけて座ります。対角線上の机の足を握ります。

机が倒れないようにできるだけ机の足の上の方を握ります。



ランドセルで頭を守る方法は、防災アドバイザー 吉田亮一氏考案写真提供 YY 防災ネット

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. 26

平成 27 年 7 月

発行

どうすればいい？水難事故

おぼれている人がいたら
飛び込んで助けるべき？



慌てて飛び込んではいけません。
おぼれている人はパニックになることが多いです。
しがみつかれて引きずり込まれる恐れがあるため、どんなに泳ぎに自信がある人も陸から救助する方法を考えましょう。

おぼれている人は水しぶきを
上げているのですぐ分かる？



おぼれている人は必ずしもバシャバシャと水面で暴れているわけではありません。ほとんど音も立てずに沈んでしまうこともあります。

おぼれている人がいたらどうすればいい？

- 落ち着いて、周囲に協力を求めましょう。
- 119 番に連絡します。(海の事故は 118 番)
- 浮くもの、長いものを探します。

ペットボトル、ビニール袋、クーラーボックス、ビーチボール等
ペットボトルやビニール袋は少し水を入れて重くすると投げやすいです。

- おぼれている人に声をかけ、落ち着かせましょう。
おぼれた時は泳ごうとはせず、仰向けに浮かんで呼吸を確保し救助をじっと待ちます。

そもそも水難事故が起こらないようにすることが大切です。
水辺では普段以上に子どもから目を離さないように意識してください。
万一事故が起きたとしても被害が最小限になるよう準備し、危険な場所に近づかない、無理をしない、自然現象に注意するようにしましょう。

水が肺に入ること肺浮腫が生じ、救助された人が数時間後に重篤な状態になったり、亡くなったりする「二次溺死」の可能性があるので、その場で身体に異常がなくても必ず医療機関で診察を受けるようにしましょう。

強い日差しが当たり続ける夏！
海水浴場の砂浜が熱くて裸足で歩けない！
なんてことよくありますよね。
直射日光で熱くなるのは砂だけではなく、
うっかり触ってしまうとやけどの危険があるので注意してください。



公園のタイヤの遊具
金属素材ではないので油断しがちですが、触ると高温になっています。



すべり台

滑る斜面や、滑る時に掴まる手すり部分が高温になっています。

砂場の砂、鉄製の柵など。



駐車場や道路の鉄板部分 鉄の側溝の溝蓋 道路のアスファルト

小さい子どもは転んでもすぐには起き上がれず、両手をついてから体を起こそうとするのでやけどがひどくなる場合があります。



直射日光ではありませんがバイクのマフラーも高温で子どもが手をつく高さです。気を付けましょう。

かとりぐさ
蚊取草

植えてみました



※科学的実証データは見つけれませんでした。あくまでも口コミ情報としてお楽しみください。
※ハーブの一種ですが、まれにかぶれやアレルギー症状が出る可能性があります。

今福保育園では、子どもが口に入れたりかぶれたりしないように、市販の虫よけシールやスプレー、リング等を極力使わないため、口コミで蚊除けに効くと言われているハーブゼラニウム（ニオイゼラニウム、センテッドゼラニウム）を栽培中です。

虫が嫌いな成分を含んでいるため、「蚊取草・かとりぐさ」「蚊連草・かれんそう」等の俗称で販売されていることがあります。

今年の夏は虫刺されのかゆみから解放されるでしょうか。とても楽しみです。



栽培方法

土の表面が乾いてからたっぷり水を与えます。やや乾燥の状態を好むので水のやり過ぎに注意してください。繁殖力が強いので、挿し木で増えます。切って土に埋めておけば根が出ます。さらに成功させるには、切り口を少し乾燥させた状態で川砂にしておくと良いそうです。

編集 奥田・平田・仲西・薮内・上野・細川・大石・藤井・中村・若槻 イラスト 桑原

7月 イベントカレンダー

日	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 ぽかぽか Tel 4255-4922	城東子育て 支援センター Tel 6965-7121	つどいの広場 ラ・メール放出西 Tel 6969-0005
1	水	ワクワク3階 DAY！ びよびよ3階 DAY！	◆ブックスタート だっこで絵本 10:30 整理券配布		◆手作りおもちゃ	「絵本の会」 読み聞かせ	
2	木	ワクワク3階 DAY！ びよびよ3階 DAY！ 身長・体重測定			◆ブックスタート	1歳ひろば(午前)	ボールプールの日
3	金	七夕かざりをつくろう		◆ブックスタート 絵本読み聞かせ会		0歳ひろば(午後)	ボールプールの日
4	土	スライムあそび					
5	日	おもちゃ病院					
6	月					保育所の庭で あそぼう	◆ベビーマッサージ 6/30 受付開始
7	火	ワクワク3階 DAY！		ボールプールで遊ぼう	製作あそび	◆ブックスタート 0歳ひろば(午前)	
8	水	子育て情報講座 「乳幼児の夏の過ごし方」 「がん検診について」		ボールプールで遊ぼう		◆親子教室	
9	木	◆Let'sにが絵♪				1歳ひろば(午前)	
10	金	◆親子たいそう				0歳ひろば(午後)	◆ブックスタート
11	土	ブラバン工作	子育て相談				
12	日	◆★ものづくり講座 うちわづくり					
13	月				身体測定		
14	火	ワクワク3階 DAY！ びよびよ3階 DAY！		◆親子ヨガ 7/6 受付開始	身体測定	0歳ひろば(午前)	
15	水	親子で楽しむ絵本広場			避難訓練	◆親子教室	◆親子ヨガ 7/9 受付開始
16	木	英語であそぼう おたんじょう記念日スタンプ	親子あそび		色水あそび	1歳ひろば(午前)	
17	金	親子あそび教室 おたんじょう記念日スタンプ				0歳ひろば(午後)	
18	土		親子体操		あそぼう会(えんにち)		
19	日						
20	月						
21	火					離乳食講座 0歳ひろば(午前)	
22	水	さわやか！ラジオ体操 ◆ブックスタート			水あそび	◆親子教室	
23	木	さわやか！ラジオ体操 親子ピクス	ふれあい遊び	◆★ベビーマッサージ 7/15 受付開始	ホールあそび	1歳ひろば(午前) リサイクル講座(午後)	
24	金	さわやか！ラジオ体操 伝承あそびを楽しもう!				0歳ひろば(午後)	
25	土	さわやか！ラジオ体操					
26	日	さわやか！ラジオ体操					
27	月						
28	火	さわやか！ラジオ体操 ◆お母さんのための リフレッシュヨガ	プールあそび 10時～16時 乳幼児専用 持ち物 ・水着又は 水遊び用パンツ ・タオル 保護者の方が必ず横で見守るようにしてください。		水あそび		
29	水	さわやか！ラジオ体操			◆はじめての お誕生会		
30	木	さわやか！ラジオ体操					
31	金	さわやか！ラジオ体操		★手がた・足がた スタンプ			

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募集中です

amobile@mmap.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@mmap.city.osaka.lg.jpから返信が来ます。

メルマガはmobilesoushin@mmap.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 Tel 6963-5680	城東区民ホール Tel 6932-2000	クレオ大阪東 Tel 6965-1200
1	水	水曜おたのしみ会		
2	木			
3	金			
4	土			
5	日			
6	月		◆★ラフターヨガ ◆★ピラティス講習会	
7	火	おやこでたのしむ えほんのひろば		女性のための就労相談 (しごと情報ひろばマザーズ) 問合せ 06-6467-6067
8	水	水曜おたのしみ会	◆★木蘭花架拳と 中国の健康医療体操 ◆★癒しの リラックスヨガ	
9	木	はなみずきの会 (読書会) 『風の歌を聴け』	◆★リズム体操	◆女性のための お仕事相談(キャリア)
10	金			
11	土	えほんのひろば		
12	日			
13	月		◆★ラフターヨガ	
14	火	おやこでたのしむ えほんのひろば	◆★初めての iPhone 体験会	女性のための就労相談 (しごと情報ひろばマザーズ) 問合せ 06-6467-6067
15	水	水曜おたのしみ会	◆★木蘭花架拳と 中国の健康医療体操	女性のための 悩み相談 電話相談 06-6770-7700 総合相談受付 (問合せ・面談予約) 06-6770-7730 火～土 10:00-20:30 日・祝 10:00-16:00
16	木		◆★リズム体操	
17	金			
18	土			
19	日			
20	月	10時～17時開館	Big Band Jazz Concert	
21	火	おやこでたのしむ えほんのひろば		
22	水	水曜おたのしみ会	◆★癒しの リラックスヨガ	
23	木		◆★リズム体操	
24	金		◆★整理収納のキホン	
25	土	夏のこども会		◆女性のための お仕事相談(起業)
26	日			
27	月	10時～17時開館		
28	火	おやこでたのしむ えほんのひろば		女性のための就労相談 (しごと情報ひろばマザーズ) 問合せ 06-6467-6067
29	水	水曜おたのしみ会 ワクワクえほんDAY♪		
30	木	あんこっこ★げきじょう	◆★初めての iPadmini 体験会	◆本を読む日 ～一時保育・読書タイム～ 一時保育予約締切 7/24
31	金		◆★事例で学ぶ！ 遺言書の活用方法	

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でもあります。
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）にお問い合わせください。

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	〈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	〈萱地区〉 すみれクラブ 第1・3木曜 10:30～12:00	〈榎並地区〉 榎並ぼっぺ会 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
---	--	---	--	---	--	--	---	--	--	--	--	---	--	---	--

はぴマルクレオ出店者説明会

女性のための起業実践の場である、はぴマルクレオを
今年も12月12日(土)に開催します。
みんな頑張ってるからワタシもやれる！
出店希望者を対象に説明会を開催します。

日時 7月5日(日)、10日(金)10:00～12:00
※どちらかにご参加ください。
申込 電話・FAX・来館・HPにてお申込みください。
締切 7月5日(日)出店者説明会まで
問合せ クレオ大阪東
城東区嶋野西2-1-21
TEL 06-6965-1200
FAX 06-6965-1500
URL www.creo-osaka.or.jp/east

城東区絆・フォーラム

ゆめ～まち～未来会議

「10年…。そして未来へ！」



“自分たちのまちは自分たちで
つくろう”と SARUGAKU 祭・第九演
奏会・フラワーロード等を企画してきた「城東区ゆめ～
まち～未来会議」は今年10年を迎えます。
この度、ゲストに「ヨーデル食べ放題」などで有名な
歌手!ビート山中氏を迎え、歌あり笑いあいの楽しい
パフォーマンスで活動の紹介をするフォーラムを開催
します。是非ご参加ください！

日時 7月12日(日)13:00～15:00
場所 城東区民ホール
(城東区中央1-3-6)
問合せ 区役所市民協働課(市民活動支援担当)
TEL 06-6930-9041
FAX 06-6931-9999

城東図書館 夏のこども会

どんぐりんの人形げきとラプリーシアター★

「どんぐりん」のみなさんによる、人形げきや
エプロンシアターなど、楽しいプログラムが
いっぱい！

日時 7月25日(土)14:00～15:00
場所 城東図書館 おはなしのこべや
対象 乳幼児とその保護者
定員 当日先着50名
申込 なし
参加費 無料
持ち物 くつを入れる袋をお持ち下さい。

あんこっこ★げきじょう

～人形げき はじめのいっぽ～

人形げきグループ「あんころもち」さんによる
音楽人形げき、オブジェクトシアター、ふれあ
いあそびなど、あかちゃんからでも楽しめる
人形げきです。
あそびにきてくださいね！

日時 7月30日(木)11:00～11:30
場所 城東図書館 おはなしのこべや
対象 乳幼児とその保護者
定員 なし
申込 なし
参加費 無料
問合せ 城東図書館
城東区新喜多東1-1-7
TEL 06-6963-5680