

入場無料!!

今月注目の子育て情報紹介
ピックアップ
インフォメーション

城東区「子育てするなら城東区」推進事業 「第7回スキルアップママカフェ」

育児をしながら活躍する先輩ママさんのお話&ワークショップ&おしゃべり会

日時 2017年12月11日(月)
第一部10:30~12:00 第二部12:00~14:00

場所 城東区民センター 中会議室
(城東区中央3-5-45 4階)

定員 定員20組(要予約・先着順) ※城東区在住の方

【第一部】先輩ママさんのお話&スチワークショップ(託児【生後6ヵ月~未就学児】無料)
【第二部】お昼ごはんを食べながらフリートーク(お弁当持参・託児なし)

【講師紹介】喜多 まゆこ

幼稚園教諭時代の物語作りや、絵画・造形の専門知識、劇中の作曲などの経験を活かし、絵本「はるのうぶ」を文芸社から出版される。現在は2児の母で、主婦の傍ら夫の音楽活動の手伝い、ハンドメイド雑貨アーティストとして活動している。



【ワークショップ】
オーナメント作り

「何かを始めたい!」
「ママ友を作りたい!」
そんなママさん大募集!

■申込方法 問合せフォーム、メール、電話で申し込みください。※申込締切12月4日

問合せフォーム QRコードはこちら ▶ メール mayuko@miyakojimaku.com
電話 担当直通:090-6873-8519(石井)

主催:城東区役所保健福祉課(子育て支援室) 実施団体:NPO法人mama.com

ママがつくる、子育て「応援」情報誌

わくわく城東

No.55

平成29年
12月発行

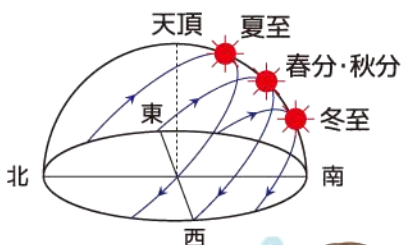
かぼちゃとゆず湯の豆知識

2017年の冬至はいつ?

冬の寒さが厳しくなってきたころ、暦の上では季節の節目「冬至」がやってきます。冬至といえば「かぼちゃ」と「ゆず湯」。一般的には、風邪をひかないためや語呂合せとされていますが、本当にそれだけなの?今回は知って得する冬至の豆知識を紹介します。

冬至は運が上昇する日 今年の冬至は12月22日

冬至とは北半球で太陽の位置が1年で最も低くなる日。1年で最も日照時間が短い日ということは、翌日から長くなるということでもあり、この日を境に再び力がよみがえってくることから、一陽来復(いちようらいふく)と言って、運気が上昇するとも言われています。



運盛りって知っていますか?

冬至には「ん」のつくものを食べると「運」が呼びこめるといわれています。にんじん、だいこん、れんこん、うどん、ぎんなん、きんかんなど「ん」のつくものを運盛りといい、縁起をかついでいたのです。かぼちゃを漢字で書くと南瓜(なんきん)。つまり、運盛りの一つであり、ビタミンAやカロチンが豊富なので、風邪や脳血管疾患の予防に効果的なんです。運盛りは縁起かつぎだけでなく、栄養をつけて寒い冬を乗りきるための知恵でもありました。



ゆず湯の入り方

冷え性を緩和や風邪予防、美肌効果もあるゆず湯。旬のゆずは香りも強く、強い香りのもとには邪気がおこらないという考えもありました。また、ゆずは実るまでに長い年月がかかるので、長年の苦勞が実りますようにとの願いも込められています。

いろいろなゆず湯のやり方

丸ごとお風呂へ 輪切りや半分にカットし、香りを感ずるためには 袋に入れてお風呂へ たくさん必要です 洗濯ネットを使うと楽です

このほかにも様々な方法があり、組み合わせる場合もあります。

- 皮を何ヶ所か削いで、丸ごと入れる。
- 液をしぼって入れる。
- 浅く切り込みを入れてから、丸ごと入れる。
- 半分に切って熱湯でよく蒸らしてから、お風呂へ入れる。
- 皮だけしか入れない。

新刊よんでみて



かばんばん (こどものとも0.1.2.) 作:尾崎 玄一郎・尾崎 由紀奈
出版社:福音館書店 2017年11月発行 20x19cm 22ページ
「かばん ばんばん かばんばん…」という呪文のような言葉を口ずさむとあら不思議!両手のええた青いのかばんの中から、どんどん〇や△、□などのカラフルなカタチがとびだします。茶目つなつぷりなかばんの表情と、色鮮やかにとび出す切り紙や布のコラージュに心もワクワク!

子どもとかかわる資格・免許を取得しませんか?

待機児童解消に向けた保育人材確保を含め、厚生労働省が進める「子ども・子育て支援新制度」を応援するため、社会人特別クラスを設置します。この機会に必要な資格を取得してスキルアップし、子どもたちのために活躍しませんか?

出願資格 入学時に高等学校卒業後2年以上の職業経験があるか、満21歳以上の方
入試日程 2018年 1月19日(金)、2月9日(金)、3月2日(金)、21日(水・祝)
※特別な事情がある場合は下記問合せ先へご相談ください。

個別相談 2018年 3月15日(木)まで【受付中】
※2名以上集まれば出張相談も可能。

取得資格 保育士資格・幼稚園教諭免許・希望により小学校教諭免許
(その他、社会福祉主事任用資格・こども音楽療育士・園芸療法士等も希望により取得できます。)

特別措置

- ①2年間の入学金・授業料等が約60%減免
- ②子育て中の方には奨学金を支給
- ③授業料の分納が可能
- ④長期履修制度を利用し、育児と両立することが可能

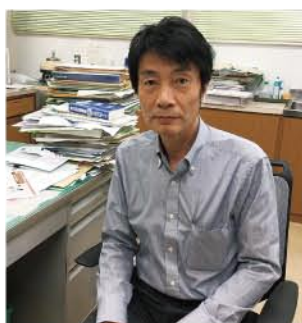
大阪信愛学院短期大学 入試部(古市2-7-30)
問合せ TEL 06-6939-2108 メール nyusi@osaka-shinai.ac.jp
http://www.osaka-shinai.jp



まちのお医者さん

【高田医院】 内科 循環器内科 小児科

先代(昭和31年開院)から続く高田医院は、親子三代で診療に来られる患者さん多い地域密着の医院です。お子さんの診療のときは、怖がらないようにできるだけお子さんと話をするようにされています。「最近の予防接種は種類も多く複雑なので、どうすればいいか迷ったら気軽に相談してください」と高田院長。お休みの日に奥さんと買い物や外食に行くのを楽しみにしています。



城東区関目1-13-17 TEL.06-6931-3174
(蒲生四丁目駅から徒歩5分)
http://www.takada-iin.jp/

Doctor 高田 淳 先生
経歴 ■大阪医科大学卒業/大阪医科大学第一内科/大阪第二警察病院(現北大阪警察病院)勤務/平成10年に高田医院の院長に

発行 ■「子育てするなら城東区推進委員会」06-6930-9857
編集 ■都島区.com、城東区.com
Text/石井麻優子 Design/maomao
協力 ■城東区子育て支援連絡会、高田医院



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/fgen/S25077359/



城東区わくわく子育てクリスマスコンサート

大人も子どもも楽しめる気軽なコンサートです♪ピアノやエッセイ、金管5重奏などを行います。ぜひお越しください!

入場券
販売中!!



日時 12月3日(日) 10:30~12:00 (10:00開場)

料金 1家族500円

【入場券をご購入ください】

場所 城東KADO-YAがもよんホール
(城東区民センター2F・ホール) 城東区中央3-5-45

※大人は2名まで参加可。子どもは高校生まで可。
※大人追加1名につき200円必要です。

プログラム 第1部:ピアノといろいろな楽器で絵本の世界へ!
第2部:音楽を聴こう!金管5重奏
第3部:たいてみよう!!おきなわエッセイ!

入場券 各市区子育てサロン、
販売場所 城東つどいの広場

問合せ

各市区主任児童委員
(各市区子育てサロン)
城東つどいの広場 Tel.06-6931-4882

◆区役所ホームページからも、「わくわく城東」が見られます! 「大阪市城東区」で「わくわく城東」を検索 ※城東区ドットCOMのホームページでも見られます!

12月イベントカレンダー

お休み
◆申し込み必要
★有料

★城東区子育て情報メルマガ会員登録中
amobile@mmag.city.osaka.lg.jp
※登録の返信はamobile@mmag.city.osaka.lg.jpから、メルマガはmobilesushin@mmag.city.osaka.lg.jpから届きます。
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] 登録に関するお問い合わせ TEL:06-6930-9683 FAX:06-6931-9999

毎月27日に
配信!



新しくオープンした
施設の紹介★

大阪市地域子育て支援拠点事業

つどいの広場 東中浜みらいひろば

10月10日(火) 東中浜に、主に未就学児を
対象としたつどいの広場がオープン!
誰でも無料で利用できます。(行事・講習会など実費負担がある場合も)
みらい保育園の保育士が中心に、たくさんのおもちゃの中
親子での交流や子育ての話もできる出会いの広場です。
お気軽に遊びに来てください!

住所 城東区東中浜5-3-30 東中浜公園集会所
電話 06-6969-3316
開所日 月～金曜(土・日・祝日・年末年始休み)
開所時間 10:00～15:00 費用 無料
対象 未就学児 運営主体 みらい保育園



イベント
ピックアップ★

城東図書館 TEL:06-6933-0350

おっちゃんのかみしばいやでえ!こがらしぴゅ〜!

城東図書館ボランティア 梅林のおっちゃんによる
楽しいかみしばいやおはなし、手あそびなど!
日時 12月16日(土) 14:00～14:30
場所 大阪市立城東図書館 多目的室
定員 当日先着 60名

子育てサロン一覧

みんなで遊んだりおしゃべりしたり、出会いや仲間づ
くりをめざし楽しく活動している「子育てサロン」。初め
ての方でも自由に参加でき、申し込みは不要です。開催
日時に親子で直接お近くの活動場所へお越しください。

- 鶴見地区 プッチクラブ 第2・4水曜/10:30～12:00/南鶴見の家
- 中浜地区 中浜にこここクラブ 毎週木曜/10:30～12:00/中浜憩の家
- 森之宮地区 トロキッズ 第1・3木曜/10:00～11:30/森之宮3号館憩の家
- 東中浜地区 すくすく 第1・2水曜/10:30～12:00/東中浜公園集会所
- 城東地区 スキップ 第2・4火曜/10:30～12:00/城東福祉会館
- 鶴野地区 元気クラブ 第2・4木曜/10:30～12:00/鶴野会館
- 聖賢地区 聖賢キッズ 第1・3火曜/10:30～12:00/聖賢会館
- 今福地区 わくわく 第1・3金曜/10:30～11:30/今福老人憩の家
- 放出地区 すまいるKID'S(キッズ) 第1・2・4金曜/10:00～12:00/放出福祉会館
- 鯉江地区 このゆびとまれ 第1・2・3木曜/10:30～11:30/鯉江公園集会所
- 鯉江東地区 ジャンボクラブ 第2・4金曜/10:30～11:30/鯉江東憩の家
- 関目地区 わんぱく356 第2・4金曜/10:30～11:30/関目第2福祉会館2F
- 関目東地区 わんぱく124(いちにようん) 第2・4木曜/10:30～11:30/関目東老人憩の家
- 聖地区 すみれクラブ 第1・3木曜/10:30～12:00/すみれ会館
- 榎並地区 榎並ぼっぽ会 第1・2・3・4火曜/10:30～12:00/榎並福祉会館
- 成育地区 成育チルドレン 第2・4金曜/10:30～12:00/成育公園集会所

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 フレンドリーせいいく TEL.6935-6800	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	日	曜日	つどいの広場 東中浜みらいひろば TEL.6969-3316	城東図書館 TEL.6933-0350	クレオ大阪東 TEL.6965-1200
1	金	◆親子たいそう 11/21 受付開始		◆ブックスタート		0歳ひろば(午後)		1	金			
2	土	小麦粉ねんど						2	土			
3	日	おもちゃ病院						3	日			
4	月		だっこで絵本の 整理券配布 10:30～11:00		制作あそび		ひよこちゃんタイム	4	月			
5	火	ワクワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!			園庭あそび	◆ブックスタート 0歳ひろば(午前)	毎週月曜の午前中(10:00～12:00) よちよち歩きまでの小さな お子様だけが利用して頂ける 時間を設けました!	5	火			
6	水	フォローアップ講座 びよびよ3階 DAY!	◆ブックスタート だっこで絵本		◆おんぶひも「もっこ」 講習会	◆1歳親子教室 絵本の読み聞かせ(午後)		6	水	12:00～15:00開館	水曜おたのしみ会	クレオ de リユース開催日
7	木	ワクワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!	ふれあいあそび		◆ブックスタート	1歳ひろば(午前)		7	木	親子体操		クレオ de リユース開催日
8	金	◆よい子のクリスマス 11/24 受付開始				0歳ひろば(午後)	◆ブックスタート 絵本読み聞かせ会	8	金			クレオ de リユース開催日
9	土	プラバン工作	ママカウンセリング					9	土		えほんのひろば	第6回はびマルクレオ ～私らしく輝く女性の1DAYマルシェ～
10	日		森の教室					10	日			10:00～16:00
11	月		小さなお子様も 親子で参加できますよ (雨天決行)		身体測定(1才以上)		ひよこちゃんタイム ◆ベビーマッサージ	11	月	◆子育て相談会		
12	火	ワクワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!			身体測定(1才未満)	0歳ひろば(午前) 保健師来館(午後)	12/4 受付開始	12	火			
13	水	ワクワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY! 身長・体重測定		◆誕生会	避難訓練	◆1歳親子教室		13	水	12:00～15:00開館	水曜おたのしみ会	
14	木	ワクワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY! おたんじょう記念てがたスタンプ		身体測定		1歳ひろば(午前)	ポールプールの日	14	木			◆アイシングクッキーで X'masツリーオーナ メントを作ろう!!
15	金	親子あそび教室 びよびよ3階 DAY! おたんじょう記念てがたスタンプ		身体測定	クリスマス会	0歳ひろば(午後)	ポールプールの日	15	金			【受付中】 講座時間 10:00～12:00 費用 2,500円 (参加費1,500円、材料費1,000円)
16	土	おはなし会	親子体操					16	土		おっちゃんのか みしばいやでえ	
17	日							17	日			
18	月						ひよこちゃんタイム ひよこちゃんボールプール	18	月			
19	火	ワクワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!			園庭あそび	0歳ひろば(午前)	親子制作	19	火			
20	水	◆ブックスタート ワクワク3階 DAY! 子育て情報講座 びよびよ3階 DAY!		◆はじめてのお誕生会		◆1歳親子教室	けん玉を作ろう!	20	水	◆子育て相談会	水曜おたのしみ会	クレオ de リユース開催日
21	木	親子ピクス	親子あそび		ホールあそび	1歳ひろば(午前)		21	木			◆本を読む日 ～一時保育付き読書タイム～
22	金	「伝承あそび」を 楽しもう!		◆子育て講座 クリスマス会		0歳ひろば(午後)		22	金	クリスマスコンサート		12/13 一時保育締切 (一時保育は有料)
23	土							23	土	taraB(タラビー)さんによる クリスマスコンサート 親子で楽しんでください!		
24	日							24	日			
25	月							25	月			
26	火					0歳ひろば(午前)		26	火		絵本でにっこり(^^)	
27	水							27	水		水曜おたのしみ会	
28	木					1歳ひろば(午前)		28	木	親子体操		1月4日まで休館 返却ポストは、 12月28日(木)19時～ 1月4日(木)9時まで ご利用いただけません。
29	金							29	金			
30	土							30	土			
31	日	1月3日まで休館	1月3日まで休館	1月4日まで休館	1月4日まで休館	1月3日まで休館	1月8日まで休館	31	日	1月8日まで休館		1月3日まで休館