

わくわく城東

今月注目の子育て情報を紹介
**ピックアップ
インフォメーション**

城東区内の幼稚園説明・相談会 ～4歳児・5歳児の幼児教育を無償化～

幼稚園の預かり保育や、子どもの可能性を伸ばす各幼稚園の充実した教育内容を紹介。
保育コンシェルジュによる相談コーナーもあります。入退場は自由です。

申込不要
入場無料

開催日時 平成30年 5月16日(水)・6月20日(水)
14時～16時

開催場所 城東KADO-YA
がもよんホール
(区民センター2階)

問い合わせ 城東区役所 保健福祉課(子育て教育) TEL.06-6930-9857 FAX.06-6932-1295

5月17日(木)～6月20日(水)(最終
日は12:00まで)は、**区役所1階ロ
ビー**で各幼稚園を紹介する
**パネル展示やパンフレット等
の配布**を行います。



城東図書館 おすすめ **新刊** よんでみて



じてんしゃのれるかな 作: 平田利之 出版社: あかね書房
2018年1月発行 27×19cm 36ページ

自転車に乗れない男の子が練習をはじめる。「へいさ へいさ」とだれかの声。象がこっこ「バランス バランス」。鳥はうたいながら「リズム リズム」。ふしぎなアドバイスをさくうちに…「あ!のれてる!」シンパ的な絵と文で、はじめて自転車に乗った時の感覚と喜びを伝えます。青空の下、サイクリングにでかけよう!

子づれ **DE** どうぞ

お子様づれOKの
お店やイベントをご紹介します★

お子様とのカフェデビューに最適★ 「ギャン泣きフレンドリータイム」

ベビーカーでも入りやすく、たくさんの絵本やカフェインレスコーヒーなど、もともとお子様連れで入りやすいカフェだった「cocoaru(ココアル)」が、新たに「ギャン泣きフレンドリータイム」を導入しました。平日(水曜日は定休)の10:30～12:00はお子様連れ優先ですので、「子どもが泣いて周りに迷惑をかけたらしよう」と思わず、安心してカフェを利用できます。



book and cafe cocoaru (ココアル)
城東区成育1-1-13 大阪ウスイビル101
TEL.06-6932-2700
10:30～18:30 ※土曜は17:00まで
(LO. 平日18:00、土曜16:45)
水・日・祝日定休 <http://cocoaru.npo-assort.com/>

発行 ■■ 「子育てするなら城東区推進委員会」 06-6930-9857
編集 ■■ 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、
野口医院、
book and cafe cocoaru



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/sfgen/S25077359/>



紫外線から子どもを守る テクニックを身につけよう!

外遊びが気持ちの良い季節になりましたが、やはり気になるのは「紫外線」。適度に紫外線を浴びることは良いことなのですが、紫外線の浴び過ぎはやはり禁物です。今回は子どもの紫外線対策を特集します。



子どもが受ける/ 紫外線の影響

- 日焼けによる腫れや水ぶくれ
- 免疫機能の低下
- 紫外線角膜炎(雪目)など



日焼け止めは生後3ヶ月ごろから、20分以上の外出のときに使ってあげましょう。3か月未満の子にはなるべく使用を避けてください。

チェックして! 紫外線対策

服 装	・帽子はつばがあるものを。首の後ろもガードできるとベスト。 ・日差しが強い場所では薄手の上着を。 ・屋外プールや海では、ラッシュガードを着る。
行 動	・日差しが強い10～14時の外出は避ける。 ・木陰の多い公園などで遊ばせる。
アフターケア	・クールダウン。水分補給も忘れずに。 ・メラニンの沈着を防ぐために、ビタミンCをたっぷり取る。



子供の日焼け止め選びのポイント

ポイント1

SPFやPAが低いものをおすすめ。子どもの肌やデリケートなため、これらの数値は低いものや適切なものを選びましょう。
※それでも肌トラブルが起こる場合もあります。使用前に必ずパッチテストをしましょう。

ポイント2

石けんで落とせる「ノンケミカル(紫外線吸収剤不使用)」タイプのものを選びましょう。

ポイント3

「石油系合成界面活性剤」「香料、着色料」「エタノール」といった成分はお肌に負担をかける場合があります。なるべくこれらが含まれていないものか、配合量が少ないものを選んであげてください。



過度な日焼け防止にはご注意を!

日光浴には、殺菌消毒や血行・新陳代謝の促進などといった嬉しい効果があります。日光に当たる時間が減ると体内のビタミンDが不足し、骨格異常が起こる「くる病」のリスクが高まることも。しかし、

- 日焼け止めを塗らない1日10～15分の日光浴
 - バランスの良い食事
- といった日常的な対策でビタミンDは充分補うことができます。

まちのお医者さん

[野口医院]

内科 消化器科 小児科 外科

「小さなお子さんを診察するとき、とにかく丁寧に診ることを心がけています。地域の力になりたいと思っているので、何でも相談してください」と語る野口先生。「熱帯魚の飼育」「ソフトボール」「マラソン」「キーボードやギター演奏」と多趣味で、話題が豊富。関目生まれの関目育ちで、地域愛にあふれた先生です。



城東区関目3丁目13-1【駐車場完備】
TEL.06-6931-7821
<http://noguchi-hospital.jp/index.html>

Doctor 野口 蒼生 先生
■経歴 ■ 大阪医科大学卒/大阪医科大学第二内科教室入局/阪本会養生病院内科/済生会茨木病院内科/大阪医科大学第二内科/平成16年に野口医院開業

5月イベントカレンダー

お休み **ピックアップ記事あり**
 ◆申し込み必要 ★有料 詳細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
amobile@mmag.city.osaka.lg.jp 宛に空メールを送り登録すると、子育てに関する色々な情報をお届けします。
 ※登録の返信は amobile@mmag.city.osaka.lg.jp から、メルマガは mobilesoushin@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] 登録に関すること・城東区役所総務課 TEL.06-6930-9663 FAX.06-6931-9999

イベントピックアップ★ 子ども・子育てプラザ TEL.06-6933-2880

しゃぼん玉であそぼう

プラザの館庭を使って、しゃぼん玉あそびを楽しみましょう。

日時 5月25日(金) 11:00~12:00
場所 子ども・子育てプラザ 館庭 **定員** 70組(当日先着順)

※汚れても良い服装でご参加ください。
 ※雨天の場合、3階遊戯室で体を動かして遊びましょう。

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.090-8820-7762	城東図書館 TEL.6933-0350	クレオ大阪東 TEL.6965-1200
1	火	7クワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!		身体測定	園庭あそび	◆ブックスタート 0歳ひろば(午前)		1	火			
2	水	7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	身体測定	制作あそび	絵本の読み聞かせ(午後)		2	水	12:00~17:00開館	水曜おたのしみ会	
3	木		だっこで絵本の 整理券配布 10:30~11:00					3	木		10:00~17:00開館	
4	金							4	金		10:00~17:00開館	
5	土							5	土			
6	日	おもちゃ病院					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。	6	日			
7	月					保育所の庭であそぼう (午前)	ひよこちゃんタイム	7	月	親子ダンス		
8	火	7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)		8	火			
9	水	7クワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!						9	水	12:00~17:00開館	水曜おたのしみ会 えほんdeカルタ大会申込受付開始	クレオdeリユース開催日
10	木	7クワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY! 身長・体重測定 おたんじょう記念でがたスタンプ			◆ブックスタート	1歳ひろば(午前)		10	木			クレオdeリユース開催日
11	金	◆親子たいそう 4/24~5/1受付 おたんじょう記念でがたスタンプ	親子ヨガ	◆ブックスタート		0歳ひろば(午後)	絵本読み聞かせ会	11	金			クレオdeリユース開催日
12	土	プラバン工作	親子体操	通常の利用11時~	あそぼう会 (園庭開放)			12	土		えほんのひろば	
13	日							13	日			
14	月						ひよこちゃんタイム ◆ブックスタート	14	月			
15	火	7クワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!		◆子育て講座 5/1~受付 ※先着順	身体測定(1才以上)	0歳ひろば(午前)	お楽しみの日♪	15	火			
16	水	7クワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!		牛乳パックで 椅子・テーブル作り	避難訓練		詳細は月初めに ラ・メール内に掲示します	16	水		水曜おたのしみ会	
17	木	◆親子でリトミック 4/25~5/6受付 英語であそぼう	親子あそび		ホールあそび	1歳ひろば(午前)		17	木			
18	金	親子で楽しむ絵本広場		◆誕生会		0歳ひろば(午後)		18	金	◆ブックスタート		
19	土		ママカウンセリング				パパの日	19	土			
20	日							20	日			
21	月						ひよこちゃんタイム ◆ベビーマッサージ	21	月	親子ダンス		
22	火	7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)	5/14~受付	22	火		絵本でにつこり(^^)	
23	水	◆ブックスタート ◆タッチセラピー	5/2~15受付	◆はじめてのお誕生会		◆救命救急講座 5/2~10受付 ※先着順		23	水		水曜おたのしみ会	クレオdeリユース開催日
24	木	親子ピクス				1歳ひろば(午前)		24	木	親子製作	◆本を読む日 ~一時保育付き読書タイム~	
25	金	しゃぼん玉であそぼう			◆歯みがき講習会	0歳ひろば(午後)	貼って~塗って~ 壁面制作の日	25	金	バクバク人形を作ろう		本を読んでおられる間、 保育ボランティアが お子さまを保育室で お預かりします。 5/16 一時保育締切 (一時保育は有料)
26	土	◆Let'sにが絵 5/8~13受付						26	土			
27	日							27	日		◆えほんdeカルタ大会 5/9~受付 ※先着順	
28	月				◆手作りおもちゃ① 5/7~受付		ひよこちゃんタイム	28	月	◆子育て相談室	小学生・幼児と保護者対象 定員15組	
29	火	7クワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!			◆手作りおもちゃ② 5/7~受付	0歳ひろば(午前)		29	火	おはなし列車		
30	水	7フォローアップ講座						30	水	手遊びと読み聞かせ	水曜おたのしみ会	
31	木	7クワク3階 DAY! びよびよ3階 DAY!				1歳ひろば(午前)		31	木			

にこにこ広場 要申込

赤ちゃんの成長や育児のことで気になっていること、
お話ししてみませんか?

日時 平成30年5月8日(火)・6月14日(木) 全日13:30~15:30
場所 城東区保健福祉センター(区役所2階22番窓口)
対象 おおむね2か月のお子様とその保護者
 (3か月健診を受ける前のお子様)
 ※初めて出産された方に限る
定員 20組(先着順) ※参加はお一人様一回となります
申込 下記、問合せ電話番号まで **料金** 無料
内容 赤ちゃんの計測、保健師のお話、
 参加者交流会、妊婦さんとの交流会
持ち物 母子手帳、普段お使いのおもちゃ
 (おもちゃの貸し出しあり♪お気軽にお使いください)
問合せ 城東区保健福祉センター(保健活動)
 TEL.06-6930-9968

来月のイベント予告★

今月から予約が始まる来月のイベント一覧です。
 予約は各施設まで。※詳しくは各施設にお問い合わせください。

【子ども・子育てプラザ】6/1 ◆親子たいそう 5/19~5/25受付
 6/7 ◆Let'sにお絵かき 5/22~5/27受付
 6/13 ◆お母さんのためのリフレッシュヨガ 5/22~6/5受付
 6/21 ◆親子でリトミック 5/30~6/10受付
 【城東子育て支援センター】6/13、20、27(3回連続講座)
 ◆0歳親子教室 5/25~31受付 ※定員超過は抽選

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。

■園地地区 **ブッチクラブ** 第2・4水曜/10:30~12:00/園地憩の家
 ■中浜地区 **中浜にこにこクラブ** 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(いちによん)** 第2・4木曜/10:30~11:30/関目東老人憩の家
 ■重地区 **すみれクラブ** 第1・3木曜/10:30~12:00/すみれ会館
 ■横並地区 **横並ぼっぼ会** 第1・2・3・4火曜/10:30~12:00/横並福祉会館
 ■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