

参加無料!!

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

平成30年度 子育てするなら城東区推進事業「スキルアップママカフェ」 パパもママも遊びに来て♪ スキルアップママカフェイベント

「スキルを活かしたい!」「何かを始めたい」子育てをしながらでも
何かをしてみたいという思いを持ったママさんたちが集まってイベントを開催します!

日時 2月17日(日) 10:00~

場所 城東区民センター 4階 大会議室
(城東区中央3-5-45)

ワークショップやセミナーなど
楽しいことがいっぱい!

一時保育(無料・生後6ヵ月~未就学児)もあります

詳しくは... 城東ママカフェイベント

検索



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コム

城東図書館
おすすめ

新刊よんでみて



へっこぶっとたれた (わらべうたでひるがるあかちゃん絵本) 構成・文:こがようこ
絵:藤矢なな 出版社:童心社 2018年9月発行 21x18.7cm 20ページ

おいっちに、おいっちに...と登場する
のはきのこたち。ページをめくると...
「ぶっ!」とだれかがへっこ(おなら)をた
れた!あひるに、だるまに、おばけまで、
わらべうたのリズムにのって、へっこを
たれた姿が愉快。子どもをおひるに
だっこして、リズムをとったり歌ったり、
ふれあいながら楽しめます。

城東区のお医者さんをご紹介します

まちのお医者さん

[上田歯科クリニック] 一般歯科 小児歯科 矯正歯科 口腔外科

大阪市学校歯科医会の理事を務める上田先生。「実は、口の中を診るだけでその子の暮らしまでわかる。口腔環境を整えるには生活習慣も整えていくことが大切。」そして、「甘い物の食べ過ぎは良くないが、食べではいけないのではなく、その後のケアをきちんとしたい。」と話してくださいました。休日には車でぶらり旅。最近では道の駅での新しい発見が楽しいそうです。



城東区古市1-23-23 サントウール南進1階
(Osaka Metro 今福鶴見駅より徒歩5分)
TEL.06-6930-4182 <http://ueda.medicoop.ne.jp/>

Doc+o+ 上田 裕彦 先生
経歴 ■ 岐阜医科大学(現:朝日大学)
卒業 / 大阪歯科大学にて博士号取得 /
平成元年、上田歯科クリニック開院

第3回 つながりMAMAフェス

ママたちとつくるイベント!

子育てママ企画のイベントです。子どもづれでも安心して楽しい!!
体験や飲食、販売、ステージ等もりだくさん! みんな来てね。

日時 2019年3月2日(土) 10:30~15:30

場所 クレオ大阪東 2F など(大阪市立男女共同参画センター 東部館)
城東区鶴野西2-1-21 TEL.06-6965-1200

楽しい催しがたくさん!♡体験・販売・ステージ♡飲食販売&スペース♡アレルギー対応ブースあり!
来場者プレゼント!簡単なアンケートにお答えください!

多目的室 ステージ

- ★絵本の読み聞かせ 本のおと
- ★はいはいレース(定員12名/当日予約)
- ★もっこお話し体験会 MOCCO FRIEND (事前予約2/10~)
- ★英語で絵本 Rico Lab
- ★よちよちレース(定員12名/当日予約)
- ★絵本コラボレーション Rico Lab&本のおと

飲食ブース

- cobo pan(コボパン) 天然酵母のパン
- アレツ子ライブ・パートナー-Conco アレルギー対応ランチ
- +NICO アレルギー対応おやつ

~カフェスペースでゆっくりタイム~
Fantasy's cafe
コーヒー、ジュース、焼き菓子ほか

ゲームコーナー、おむつと授乳スペースありで子ども連れでも安心・楽しい! 詳細・事前予約はコチラから▼
ハンドメイド雑貨・ワークショップなどたくさん!

※一部、有料の催しがあります。※当日、予定が変更する場合があります。ご了承ください。
お問合せ マムファンタジーまで メールアドレス tunagarimamafes@gmail.com
主催:マムファンタジー、大阪市立男女共同参画センター東部館(クレオ大阪東)

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、ろこびん Design/maomao

協力 ■■■ 城東区子育て支援連絡会、
上田歯科クリニック



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/>



ママがつくる、子育て「応援」情報誌

わくわく城東

No.69

平成31年
2月発行

冬こそ気をつけたい

脱水症

脱水症=夏のイメージがありますが、実は脱水症は冬でも起こります。特に乳幼児は体の機能が未発達なため、脱水を起こしやすいので気をつけましょう。

冬脱水の予防

まずは部屋の湿度を50~60%に保ちましょう。この湿度は、風邪などのウイルス対策にもなります。「洗濯物を室内に干す」「植

冬にみられる脱水の要因

- 外気の乾燥と暖房器具による室内の乾燥で、皮ふや呼吸から水分がうばわれる。
- 汗をかかないので自覚症状がない。
- のどの渇きがない。



物を置く」「LED照明に変える」などでも乾燥を和らげることができます。そして、温かい白湯などで体を温めつつ、水分を補える飲料をこまめに飲みましょう。



ウイルス感染による脱水

ウイルス感染の疑いがある場合はすぐに受診を!

インフルエンザやノロウイルスなど、発熱や下痢、嘔吐を伴うウイルス感染が流行する時期です。これらの症状が出た場合は水分だけでなく電解質も補給しましょう。また嘔吐で水分が摂りにくい場合は、少し時間をあけてスプーン1杯程度の少量から少しずつ増量し、こまめにあげてください。



今福保育園 地域子育て支援センター ほかほかの工事についてお知らせ

2019年2月13日(水)~3月中旬(予定)まで、今福保育園の給食室拡張工事に伴い、支援センターも増築、キッチン設置工事を行います。工事中も支援センターのご利用はしていただけます。工事の期間中はご利用者の皆様にはご迷惑をおかけいたします。よろしくお願い申し上げます。

【問合せ】TEL.06-4255-4922 今福保育園 地域子育て支援センター ほかほか

絵本で子育て!みんなで子育て!

申込不要
無料

絵本の読み聞かせ・わらべうた・ふれあいあそびを通して、こどもと一緒に楽しい時間をすごしませんか?

- | ① | ② | ③ |
|------------------------|-------------------------|-------------------------------|
| 日時 2月6日(水) 10:30~11:30 | 日時 2月14日(木) 10:30~11:30 | 日時 2月26日(火) 10:30~11:30 |
| 講師 橋本慶和さん(絵本セラピスト) | 講師 齊藤美子さん(元大阪市立図書館司書) | 講師 諸岡弘さん、半井美和さん(JPIC読書アドバイザー) |
| 定員 30組(当日先着順) 受付10:15~ | 定員 20組(当日先着順) 受付10:15~ | 定員 30組(当日先着順) 受付10:15~ |

①②③ともに 場所 区民センター 4F 大会議室 対象 乳幼児とその保護者

問合せ 保健福祉センター保健福祉課(子育て教育) Tel.06-6930-9857 Fax.06-6932-1295



◆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」トップページで「わくわく城東」を検索 *城東区ドットコムのホームページでも見られます!

2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 詳しくは各施設にお問い合わせください

城東区子育て情報 amobile@mmag.city.osaka.lg.jp 宛に
メルマガ会員登録中! 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。
毎月27日に配信! ※登録の返信はamobile@mmag.city.osaka.lg.jpから、【お問い合わせ】
メルマガはmobileoushin@mmag.city.osaka.lg.jpから届きます。登録に関するご質問は城東区役所総務課
TEL.6930-9683 FAX.6931-9999 どちらでも受付けできるように設定してください。



日	曜日	子ども・子育てプラザ TEL.6933-2880	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	城東 つどいの広場 TEL.6931-4882	つどいの広場 フレンドリーせいかく TEL.6935-6800	つどいの広場 ラ・メール放出西 TEL.6969-0005	つどいの広場 東中浜みらいひろば TEL.090-8820-7762	つどいの広場 杜のこうさてん TEL.6961-5505	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 1/22~27受付 びびよ3階 DAY!		0歳ひろば(午後)		◆ブックスタート 通常の利用11時~	絵本読み聞かせ会	◆心理士による 子育て相談 【日時は相談】 お問い合わせください			親子で遊ぶデー 紙しばい、読み聞かせ、AED体験、 クレオdeリユース、絵本展示など。 みんなでほろこり遊びに来てね! 日時:2月18日(月) 10:00~16:00 場所:クレオ大阪東 2F音楽(多目的)室 【申込不要・無料】
2	土										
3	日	おもちゃ病院									
4	月		制作あそび				ひよこちゃんタイム	親子ダンス			
5	火	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY!	ホールあそび	◆ブックスタート(午前) 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。	親子ヨガ 赤ちゃんのための栄養管理			3月イベント予告 親子で楽しむ 音楽会vol.3 赤ちゃんも子どもも大人も みんなで音楽の世界を 楽しみませんか。 ＜演奏:ファミリープラスすみれ＞ 日時:3月3日(日) 14:00~14:30 場所:クレオ大阪東 研修室 対象:どなたでも 【申込不要・無料】
6	水	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY!		◆0歳親子教室①(午前) 絵本の読み聞かせ(午後)	◆ブックスタート だっこで絵本			12:00~17:00開館 子育てママのためのアロマケア 「ユカリ・ラジアタ&ローズマリー」		水曜おたのしみ会	
7	木	◆Let'sにお絵かき 1/22~27受付 英語であそぼう	◆ブックスタート	1歳ひろば(午前)	だっこで絵本の整理券配布 10:30~11:00	身体測定					
8	金	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY!		0歳ひろば(午後)		身体測定	ポールプールの日	大人のクラフト フォトフレームを作ろう			
9	土	プラバン工作			親子体操						えほんのひろば
10	日										
11	月										10:00-17:00 まで開館
12	火	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY!	身体測定(1才未満)	0歳ひろば(午前)					ふれあいマッサージ		
13	水	◆おしゃべりママカフェ 1/29~2/3受付		◆0歳親子教室②(午前)				12:00~17:00開館		蔵書点検のため休館	クレオdeリユース開催日
14	木	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY! おたんじょう記念でがたスタンプ 身長・体重測定		1歳ひろば(午前)	親子あそび		お楽しみの日♪ 詳細は月初めに ラ・メール内に掲示します		◆ブックスタート 子育てママのためのアロマケア 子育て相談		クレオdeリユース開催日
15	金	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY! おたんじょう記念でがたスタンプ		0歳ひろば(午後)		◆誕生会		◆ブックスタート 子育てママのためのアロマケア 子育て相談			クレオdeリユース開催日
16	土				ママカウンセリング			パパpiku Day ふれあい遊び、幼児体操			
17	日										冬の保育室開放デー
18	月						ひよこちゃんタイム ◆ブックスタート				クレオ大阪東はお休みです。 親子で遊ぶデー ※詳細は上
19	火	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY!	身体測定(1才以上)	0歳ひろば(午前)				親子製作 雪だるまをつくろう	のびのびヨガ 赤ちゃんのための栄養管理 子育てママのためのアロマケア 子育て相談		冬の保育室開放デー
20	水	◆お母さんのためのリフレッシュ ヨガ 1/29~2/13受付	避難訓練	◆0歳親子教室③(午前)			貼って〜塗って〜 壁面制作の日			水曜おたのしみ会	暖かい保育室へ 親子で遊びに来ませんか? おもちゃもありますよ! 10:00~15:00 場所:クレオ大阪東 1階保育室 対象:就学前のお子さんと保護者 【申込不要・無料】
21	木	ワクワク3階 DAY! ◆★親子でおやつづくり 2/1~先着順	◆ママヨガ ホールあそび	1歳ひろば(午前)	ふれあいあそび			保健師による 身体測定			
22	金	ひなまつり	ぽかぽかはお休みです。 ◆あそぼう会 (おひなさま制作)	0歳ひろば(午後)		11:00~12:00 こま回しやあやとりなど 昔の遊びを楽しみましょう。					
23	土						◆ベビーマッサージ 2/19~受付				◆本を読む日 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。 2/20一時保育締切 保育対象年齢:1歳~就学前 1歳0ヵ月~2歳11ヵ月/1人1800円 3歳0ヵ月~就学前/1人1500円
24	日				昔あそびの会		ひよこちゃんタイム ◆ベビーマッサージ	読み聞かせと手遊び			
25	月										
26	火	ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY!		0歳ひろば(午前)		◆子育て講座 2/18~受付 ※先着順	◆双子ちゃん集まれ〜♪ 双子ちゃん育児奮闘中&妊娠中の ママさん、双子ちゃんあるあるの お話し会に参加しませんか!?	おはなし列車	わくわくアート	絵本でにっこり(^^)	
27	水	◆ブックスタート ワクワク3階 DAY! びびよ3階 DAY!	◆はじめてのお誕生会			〜ひなまつり〜 簡単なおひな様の制作を したり、歌をうたったりして、 ひなまつりを楽しみます。 時間/①10:30~②13:30~ 定員/各10名				水曜おたのしみ会	クレオdeリユース開催日
28	木	親子ピクス びびよ3階 DAY!		1歳ひろば(午前)					うたであそぼう		◆本を読む日 〜一時保育付き 読書タイム〜

まちづくりセンター 親子deリズムダンス&ハロートーク

明るく元気なインストラクターと身体を動かしたり、
みんなで楽しいトークをしましょう。

日時 2月20日(水) 10:00~12:00(受付9:30~)
場所 城東区在宅サービスセンター ゆうゆう 3階 J1
(大阪市城東区中央2-11-16)
対象 6ヶ月~未就学児とその保護者
定員 30組 ※定員になり次第終了
講師 山口敦子先生(保育士・健康運動指導員)
申込 2月15日(金)までに下記、問合せまで
問合せ 城東区まちづくりセンター
TEL: 080-6158-1389
メール: jotomachisen@gmail.com

イベント ピックアップ★

ひなまつり

みんなで、ひなまつりを楽しみましょう!

日時 2月22日(金) 11:00~12:00
対象 乳幼児とその保護者
定員 当日先着70名
申込 なし
※制作を持ち帰る為、紙コップ2つ入るくらいの袋を持参下さい。

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
3/1 ◆親子たいそう 2/19~26受付
3/6・20 ◆タッチセラピー 【全2回講座】
(3/20はフォローアップ講座) 2/19~28受付
3/7 ◆Let'sにお絵かき 2/20~26受付
★城東子育て支援センター
3/6(水) ◆子育て講座
「食べるって楽しいな♪ランチョンマットを作ろう!」
2/13~20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。

諏訪 プッチクラブ 第2・4水曜/10:30~12:00/諏訪の家
中浜 中浜にここクラブ 毎週木曜/10:30~12:00/中浜の家
森之宮 トトロキッズ 第1・3水曜/10:00~11:30/森之宮3号館の家
東中浜 すくすく 第1・2水曜/10:30~12:00/東中浜公園集会所
城東 スキップ 第2・4火曜/10:30~12:00/城東福祉会館
鶴野 元気クラブ 第2・4水曜/10:30~12:00/鶴野会館
聖賢 聖賢キッズ 第1・3火曜/10:30~12:00/聖賢会館
今福 わくわく 第1・3金曜/10:30~11:30/今福老人憩の家
放出 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 このゆびとまれ 第1・2・3水曜/10:30~11:30/鯉江公園集会所
鯉江東 ジャンボクラブ 第2・4金曜/10:30~11:30/鯉江東憩の家
関目 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 わんぱく124(いちにん) 第2・4水曜/10:30~11:30/関目東老人憩の家
壱 すみれクラブ 第1・3水曜/10:30~12:00/すみれ会館
榎並 榎並ぼっぴ会 第1・2・3・4火曜/10:30~12:00/榎並福祉会館
成育 成育チルドレン 第2・4金曜/10:30~12:00/成育公園集会所