

今月号の子育て情報を紹介  
**ピックアップ  
インフォメーション**

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？

## にこにこ広場

無料・  
要申込

**日時** 3月14日(木)・4月11日(木)・5月22日(水)  
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** 城東区保健福祉センター(保健活動)  
TEL.06-6930-9968 まで

**内容** 赤ちゃんの計測、手遊び・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

問合せ: 城東区保健福祉センター(保健活動) TEL.06-6930-9968

城東図書館  
おすすめ

## 新刊よんでみて



どっせい!ねこまたずもう

作・絵: 石黒 亜矢子 出版社: ポプラ社  
2018年7月発行 26.5×21.5cm 36ページ

さあ、百年に一度の妖怪たちの大相撲大会のはじまりはじまり! 負け知らずの大横綱、にやんこのやまに對するのは、がまのぬま、たこつばまる……。大迫力のしかけページで、どっせい! あざやかに技が決まります。かつて城東区内にあった大阪国技館をしのんで、おすもうの絵本を読んでみませんか。

「城東区のお医者さんをご紹介します」

## まちのお医者さん

【森岡歯科医院】一般歯科 小児歯科 矯正歯科 訪問歯科 歯学部歯科

「虫歯予防にはブラッシングはもちろんですが、当院には、『フッ素洗口』といってフッ素塗布が出来ることで虫歯予防できるものもあります。歯が痛くない状態で受診し、事前に虫歯予防することが大切です。」と院長の森岡先生。先生は多趣味で、休日の楽しみはゴルフと釣り。つい先日、城東区のドクターで結成されたゴルフチームでゴルフ旅行をされたそうですよ。



城東区蒲生1-1-15 (各線 京橋駅より徒歩4分)  
TEL.06-6934-0418  
https://morioka-dental.jp/

Doctor 森岡 敦 先生  
■ 経歴 ■ 平成12年5月城東歯科医師会 入会 / 平成12年7月森岡歯科医院 開院

## 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★

パパもママも子どもも!  
ゆったり落ち着いた時間を楽しめる喫茶店



この深江橋のコメダ珈琲店では珍しく、ちょっとしたキッズコーナーを設けています。お客様の声を元に子連れでも入りやすい工夫をされているそう。男の子でも女の子でも楽しめるよう、

おもちゃや絵本が充実していて、ぬり絵まであります。店内は通路も広く、テーブル席の椅子も移動できるので、ベビーカーのままでもOK。一緒にいる子供も退屈しないし、赤ちゃんがベビーカーで寝ている間でもほっと一息できますよ。

子ども椅子があるのも嬉しい!!

珈琲所 コメダ珈琲店 深江橋店  
城東区永田2-17-15 TEL.06-6964-7277  
7:00~22:00 定休日なし http://www.komeda.co.jp/

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、森岡歯科医院、珈琲所 コメダ珈琲店 深江橋店

## \*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.70

平成31年  
3月発行

## 津波がきたら

城東区では、寝屋川・第二寝屋川・平野川・平野川分水路および淀川、大和川の氾濫、内水氾濫、南海トラフ巨大地震による津波浸水が想定されています。

大阪市のHP上や、区役所には「**水害ハザードマップ**」があります。このマップを参考に、いざというときに安全に避難できるよう、**安全な避難場所**(災害時避難所・水害時避難ビル等)や**避難経路**を普段から確認しておきましょう。



## 小さな子どもといっしょに避難するときに 気をつけること

その1

### 水位を確認する

水位が腰まである場合は、無理せずに高い場所で救助を待ちます。



その2

### 運動靴を履く

避難する際、長靴は歩きにくいので、運動靴を履きます。抱っこで連れて行く場合も、靴を履かせてください。



その3

### 抱っこひも、もしくはお互いの体をロープで結ぶ

避難用の荷物もあるため、「抱っこ紐」を使える年齢なら抱っこして避難。子どもが歩く場合は、子どもの胴体と大人の腰をロープで結んで、はぐれないように避難します。



## 日ごろから避難バッグの準備を

子どもがリュックを背負える年齢であれば、「**子ども用の非常用持ち出しバッグ**」を作って、自分の分は自分で持てるようにするのもオススメです。**子どもと一緒に中身を入れれば、防災意識を高める**こともできますね。



◆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COMのホームページでも見られます!

# 3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mobile@mmag.city.osaka.lg.jpから。 登録に関するお問い合わせは、城東区役所総務課  
TEL.6930-9653 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<br>プラザ<br>TEL.6933-2880                                    | 今福保育園<br>地域子育て支援センター<br>ぼかぼか<br>TEL.4255-4922      | 城東子育て<br>支援センター<br>TEL.6965-7121 | 城東<br>つどいの広場<br>TEL.6931-4882 | つどいの広場<br>フレンドリーせいく<br>TEL.6935-6800                                             | つどいの広場<br>ラ・メール放出西<br>TEL.6969-0005       | つどいの広場<br>東中浜みらいひろば<br>TEL.090-8820-7762 | つどいの広場<br>杜のこうさてん<br>TEL.6961-5505            | 城東図書館<br>TEL.6933-0350                   | クレオ大阪東<br>TEL.6965-1200                                                                                                                                    |
|----|----|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 金  | ◆親子たいそう<br>びよびよ3階 DAY!<br>2/19~26受付                                |                                                    | 0歳ひろば(午後)                        |                               | ◆ブックスタート                                                                         | 絵本読み聞かせ会                                  | ひなまつり・親子製作<br>ゆらいん おひなさまを作ろう!            |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 2  | 土  | スライムあそび                                                            |                                                    |                                  |                               | 通常の利用11時~<br>毎週月曜の午前中(10:00~12:00)<br>よちよち歩きまでの小さな<br>お子様だけが利用して頂ける<br>時間を設けました。 |                                           |                                          |                                               |                                          | 第3回<br>つながりMAMAフェス<br>親子で楽しむ音楽会<br>vol.3                                                                                                                   |
| 3  | 日  | おもちゃ病院                                                             |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 4  | 月  |                                                                    | 定員:10名<br>対象年齢2歳以上                                 | 保育所の庭で<br>遊ぼう(午前)                |                               |                                                                                  | ひよこちゃんタイム                                 |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 5  | 火  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                                         | ◆あそぼう会<br>クラレテ人形劇観劇                                | ◆ブックスタート(午前)<br>0歳ひろば(午前)        | ゴスペル                          | 身体測定                                                                             | お楽しみの日♪                                   | 親子ダンス<br>ママストレッチ・幼児体操                    | ふれあいマッサージ<br>赤ちゃんのための栄養管理                     |                                          |                                                                                                                                                            |
| 6  | 水  | ◆タッチセラピー(全2回/1回目)<br>2/19~28受付                                     | 制作あそび                                              | ◆子育て講座(午前)<br>絵本の読み聞かせ(午後)       | ◆ブックスタート<br>だっこで絵本            | 身体測定                                                                             | 詳細は月初めに<br>ラ・メール内に掲示します                   | 12:00~17:00開館                            | 子育てママのためのアロマケア<br>子育て相談                       | 水曜おたのしみ会                                 |                                                                                                                                                            |
| 7  | 木  | ◆Let's!がお絵かき<br>2/20~26受付<br>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                                           | 1歳ひろば(午前)                        |                               | だっこで絵本の整理券配布<br>10:30~11:00                                                      |                                           |                                          |                                               | ◆3/29<br>春休み子ども一日図書館員<br>受付開始(10:00~先着順) |                                                                                                                                                            |
| 8  | 金  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                                         | ◆はじめてのお誕生会                                         | 0歳ひろば(午後)                        |                               |                                                                                  | ◆双子ちゃん集まれ~♪                               |                                          | 子育て相談<br>(くれない保育園園長)                          |                                          |                                                                                                                                                            |
| 9  | 土  | プラバン工作                                                             |                                                    |                                  | 親子体操                          |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 10 | 日  |                                                                    |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 11 | 月  |                                                                    |                                                    |                                  |                               |                                                                                  | ひよこちゃんタイム<br>◆ブックスタート                     |                                          | 乳幼児の歯の話                                       |                                          |                                                                                                                                                            |
| 12 | 火  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                                         | 身体測定(1才未満)                                         | 0歳ひろば(午前)                        |                               |                                                                                  |                                           |                                          | 親子ヨガ                                          |                                          |                                                                                                                                                            |
| 13 | 水  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                                         |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           | 12:00~17:00開館                            | 歌の先生による弾き語り                                   | 水曜おたのしみ会                                 | クレオ de リュース開催日                                                                                                                                             |
| 14 | 木  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!<br>おたんじょう記念でがたスタンプ                      |                                                    | 1歳ひろば(午前)                        | 親子あそび                         |                                                                                  | 貼って~♪ 塗って~♪<br>壁面制作の日                     |                                          | ◆ブックスタート                                      |                                          | クレオ de リュース開催日                                                                                                                                             |
| 15 | 金  | おたのしみ会<br>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<br>アロマケア                            |                                          | クレオ de リュース開催日                                                                                                                                             |
| 16 | 土  |                                                                    |                                                    |                                  | ママカウンセリング                     |                                                                                  |                                           | パパバiku Day<br>新聞紙で遊ぼう!                   |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 17 | 日  |                                                                    |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 18 | 月  |                                                                    |                                                    |                                  |                               |                                                                                  | ひよこちゃんタイム<br>◆ベビーマッサージ                    | 読み聞かせとふれあい遊び                             | 子育て相談<br>(くれない保育園園長)                          |                                          |                                                                                                                                                            |
| 19 | 火  | ワクワク3階 DAY!<br>びよびよ3階 DAY!                                         | 身体測定(1才以上)                                         | 0歳ひろば(午前)                        |                               |                                                                                  | 3/12~受付                                   | おはなし列車                                   | 産後のヨガトレ<br>赤ちゃんのための栄養管理<br>子育てママのための<br>アロマケア |                                          |                                                                                                                                                            |
| 20 | 水  | ◆タッチセラピー(全2回/2回目)<br>フォローアップ                                       | 避難訓練                                               |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               | 水曜おたのしみ会                                 |                                                                                                                                                            |
| 21 | 木  | 小学生対象                                                              |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               | 10:00~17:00 まで開館                         |                                                                                                                                                            |
| 22 | 金  | ◆交流卓球大会<br>2/28~受付                                                 | ◆手作りおもちゃ<br>3/1~受付                                 | 0歳ひろば(午後)                        |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 23 | 土  | おはなし会                                                              |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          | おっちゃんのかみしばいやでえ!春一番!                                                                                                                                        |
| 24 | 日  |                                                                    |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 25 | 月  |                                                                    | ◆手作りおもちゃ<br>3/1~受付                                 |                                  |                               |                                                                                  | ひよこちゃんタイム                                 |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 26 | 火  |                                                                    | 園庭あそび                                              | 0歳ひろば(午前)                        |                               |                                                                                  |                                           |                                          | わくわくアート                                       | 絵本でにっこり^^                                |                                                                                                                                                            |
| 27 | 水  | ◆ブックスタート                                                           |                                                    |                                  |                               | ~こたばを育てよう~<br>時間/①10:30~<br>②13:30~<br>定員/各10名                                   |                                           |                                          |                                               | 水曜おたのしみ会                                 | クレオ de リュース開催日                                                                                                                                             |
| 28 | 木  | 親子ピクス                                                              | ホールあそび                                             | 1歳ひろば(午前)                        |                               | ◆子育て講座<br>3/19~受付                                                                | ◆心理士による<br>子育て相談<br>【日時は相談】<br>お問い合わせください | うたであそぼう                                  | 子育てママのためのアロマケア<br>子育て相談                       | ◆春休み子ども<br>一日図書館員                        | ◆本を読む日<br>~一時保育付き読書タイム~<br>本を読んでおられる間、<br>保育ボランティアが<br>お子さまを保育室で<br>お預かりします。<br>3/20一時保育締切<br>保育対象年齢:1歳~就学前<br>1歳0ヶ月~2歳11ヶ月/1人1日800円<br>3歳0ヶ月~就学前/1人1日500円 |
| 29 | 金  |                                                                    | 4月1日(月)は、<br>今福保育園の入園式のため、<br>子育て支援センターは<br>お休みです。 | 0歳ひろば(午後)                        |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               | 3/7~先着順受付                                |                                                                                                                                                            |
| 30 | 土  |                                                                    |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |
| 31 | 日  |                                                                    |                                                    |                                  |                               |                                                                                  |                                           |                                          |                                               |                                          |                                                                                                                                                            |

**イベント  
ピックアップ★** クレオ大阪東 TEL.06-6965-1200

第3回 つながりMAMAフェス  
子育てママ企画のイベントです。子どもづれでも安心で  
楽しい!体験や飲食、販売、ステージ等もりだくさん!

日時 3月2日(土) 10:30~15:30  
場所 クレオ大阪東 多目的室等  
対象 どなたでも 費用 入場無料

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

おたのしみ会  
先生たちによる30年度最後のイベントです。パネル  
シアターやパラバルーンなど みんなで楽しめよう!

日時 3月15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

**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!春一番!  
城東図書館ボランティア梅林輝夫さんによる、  
楽しい紙芝居とおはなしなど!

日時 3月23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

**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  
4/11 ◆Let's!がお絵かき 3/26~31受付

**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。

■園芸 プッチクラブ 第2・4水曜/10:30~12:00/藤井家の家  
■中浜 中浜にこにこクラブ 毎週木曜/10:30~12:00/中浜の家の家  
■東2区 トトロキッズ 第1・3水曜/10:00~11:30/森の家3号館の家の家  
■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木曜/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  
■鶴江 このゆびとまれ 第1・2・3木曜/10:30~11:30/鶴江公園集会所  
■鶴江東 ジャンボクラブ 第2・4金曜/10:30~11:30/鶴江東憩の家  
■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 わんぱく124(いぢい) 第2・4木曜/10:30~11:30/関目老人憩の家  
■東 すみれクラブ 第1・3木曜/10:30~12:00/すみれ会館  
■鶴野 鶴野ばっばい 第1・2・3・4火曜/10:30~12:00/鶴野福祉会館  
■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