

わくわく城東

こころほぐしヨガ& 親子カフェ

子育てに頑張っている身体をリフレッシュしませんか？
ヨガの後は、お茶を飲みながら子育てについてみんなで
おしゃべりしましょう♪ **お子さんのあそびのスペース**もあります！

日時
12月9日(月) 10:00～11:30

場所
城東区在宅サービスセンターゆうゆう
(城東区中央2丁目11-16)

定員・申込
10名 電話または来館にてお申し込みください。
申込受付: 11月19日(火)～12月6日(金)
◆時保育あり(6か月以上の乳児から)◆

問合せ 城東区社会福祉協議会
(城東区在宅サービスセンターゆうゆう)
城東区中央2-11-16 ☎06-6936-1153



無料・要申込

ピックアップ インフォメーション

キッズ♪ミュージカル 体験講座

要申込
有料

子どもたちが歌って踊って少しのセリフを言ってみるなど、初めてのミュージカル体験をしてもらう企画です。

日時
12月25日(水) 18:00～20:00 城東区民センター4F
12月26日(木)・1月4日(土)・6日(月) 10:00～12:00 大会議室
1月13日(祝月) 18:00～20:00 ▶ 城東区民センター2Fホール
※最終日(1月13日)は、レッスン風景の参観と保護者向けにスチ発表会を行う予定です。

講師 山村 麻依 (大阪国際コンクールオペラ部門エスポール賞受賞他) **対象** 小学生の方

募集数 新規募集15名 ※先着順 **費用** 5,000円 (全5回分・保険料含む) **申込期間** 12月5日(木)～15日(日) 10:00～20:00

申込方法 城東区民センター窓口、または電話後FAXにて申込み。 **問合せ** 城東区民センター(城東区中央3-5-45) TEL.06-6932-2000 FAX.06-6932-2030

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★

待っている間も退屈しない☆子どもが楽しめる美容室



キッズスペースにはおもちゃだけでなく、子ども用のタブレットもあり、遊んだりアニメなどを見たりと子どもが退屈しないような工夫がたくさん。また小窓から子どもの様子を見ることができるので安心です。

授乳中のママのために、ノンカフェインのドリンクやハーブティーもあり、ゆったり過ごすことができます。営業時間外の受付も相談できるので、日中は忙しくて行けなさと諦めている人は相談してみてください。



Shuno Haar (シュノ・ハール)
城東区今福東3-12-19 1F
TEL.06-6923-8803
10:00～17:00 月曜定休
イベント案内はInstagramで告知
<Instagram> shunohaar_tsubouchi
<https://shunohaar.com/>

小窓で安心!

新刊よんでみて



お正月がやってくる 作・絵: 秋山 とも子 出版社: ポプラ社
2018年12月発行 24.2×27cm 32ページ

もうすぐ年末。家族で工務店を営むおこさんは、お正月飾りを作って商店街で売ります。それが終わると、大掃除におせち作り、そして年越しそば。年が明けたら、し

舞が街をねり歩きます。東京に実在する一家の年末年始を通して、慌ただしい中にも新年を迎える喜びが伝わる行事絵本。緻密に描きこまれた街の様子も楽しめます。

まちのお医者さん

【まるやま歯科クリニック】 月～金 9:00～12:30、
14:00～19:00
土・日 9:00～14:00

「むし歯菌は親から侵入することが多いので、子どものむし歯予防のためにはまず親のむし歯ケアが大切です。また、3歳ごろの歯が生えそろうまでの時期は、むし歯菌のエサとなる砂糖の摂取に気をつけてください」と丸山先生。むし歯についてとても分かりやすく教えてくれました。先生は本が好きで、自宅には1万冊ものマンガがあるそうです。



Dr. 丸山 太郎 先生
■経歴 ■1995年 朝日大学歯学部 卒業
/2006年 まるやま歯科クリニック 開院

発行 ■ 「子育てするなら城東区推進委員会」 06-6930-9068
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、
まるやま歯科クリニック、
Shuno Haar

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/>



＼さむ～い冬！／

子どもの服の 選び方ポイント



寒い季節がやってきました。自分が寒いとつい子どもにも厚着をさせてしまいがちに。子どもは大人よりも体温が高いため、大人ほど寒く感じていないときがあります。しかし、だからといって過度な薄着は風邪をひく原因になってしまうことも。子どもの服装を選ぶときのポイントを紹介するので、参考にしてみてください。

選び方ポイント① 抱っこ状態 or ベビーカーで使い分けよう

抱っこひもなどで密着しているときは、体温の相乗効果で温かくなります。防寒着を着せるよりは、**抱っこひも用防寒ケープ**などを使用すると親子とも温かくなります。

また、ベビーカーで移動するときは、地面に近いほど気温が下がることが考え、**大人よりも一枚多めの服を着せたり、ベビーカー用のフットカバー**を利用しましょう。**脱ぎ着しやすい防寒ケープ**などを持って、**どちらの場合にも対応**できて便利ですね。

選び方ポイント② 動きやすいようにアウターを重ねよう

寒いからとインナーを重ね着すると、動きにくくなるときがあります。特に自分で自由に動けるようになると、インナーの重ね着よりも**アウターを重ね着した方が動きやすく、汗をかいた時に脱がせやすい**です。また動きすぎてインナーが出てしまうことがあります。おなかが冷えるのが気になるようなら、**裾が長めの下着や、おなか周りにリブが付いているパンツやスカート**がおすすめです。

選び方ポイント③ 子どもの様子をよく見て、こまめに着替えを

子どもは冬でも汗をたくさんかきます。汗で濡れたままの服を着ていると風邪をひきやすいので、**こまめに着替え**をしてください。逆に「唇の色が悪い」「背中まで冷たい」というときは、**寒さのサイン**です。お部屋の温度を上げたり、上着を着せたりして温めてあげてください。



城東区 絵本で子育て!みんなで子育て! ～絵本とわらべうたで子育てを楽しく～

参加
無料

いろいろな絵本や赤ちゃんから楽しむことができるわらべうた遊びを通して、親子で心地良いひとときを過ごしませんか?ぜひ、お立ち寄りください♪

日時 12月17日(火)
10:45～11:30 (受付10:30～)

場所 城東区民センター 4階大会議室 **対象** 乳幼児とその保護者

定員 20組 (当日先着順) **講師** 元大阪市図書館司書 齊藤美子さん

問合せ 城東区保健福祉センター 保健福祉課(子育て教育) TEL.06-6930-9068 FAX.06-6932-1295

「子育てするなら城東区」推進事業
『親子でわくわく絵本フェスタ』を開催しました!
当日は、絵本作家の谷口智則さんによる「おはなし&ライブペインティング」が行われ、たくさんのご家族の方が参加されました。また、谷口先生が子どもたちからのリクエストを聞いて仕上げた作品は、写真のとおりとても素晴らしいものとなりました!

展示期間:
12月16日(月)～27日(金)
ところ:役所1階 ロビー



城東区では
子どもの成長・
発達・しつけ・不登校・
児童虐待 などに関する
相談(面談:予約制)を
お受けして
います。

とき 月曜～金曜
(祝日、年末年始を除く)
9時～17時30分
ところ 城東区保健福祉センター
保健福祉課(子育て支援室)
城東区役所1階 17番窓口
問合せ TEL.06-6930-9068



12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、
メルマガはmobilesushin@mmag.city.osaka.lg.jpから届きます。 【お問い合わせ】
TEL.6930-9683 FAX.6931-9999

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

よい子のクリスマス

みんなでクリスマスを楽しみましょう!
20日(金)はゴスペルグループ
SUNNY-Gさんから歌のプレゼントがあります。

日時 12月18日(水)・20日(金)
11:00~12:00
場所 子ども・子育てプラザ 3階ホール
対象 乳幼児とその保護者
定員 各50組(事前申込み先着順)
申込 12月4日(水)~15日(日) ※定員になり
次第、締切り

※代理の申込はできません。
※希望のお日にちをどちらかお選びください。
※人気のイベントとなりますので参加確定後の日にち変更は
お受けできません。ご協力をよろしくお願いいたします。

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!冬

城東図書館ボランティア 梅林のおっちゃん
のおなじみ紙芝居に、手遊びに、おっちゃんのお話!

日時 12月21日(土) 14:00~14:30
場所 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
1/10(金) ◆親子たいそう 12/20~1/4受付
1/22(水) ◆親子でリズム 12/24~1/14受付
★城東子育て支援センター
1/22(水) ◆子育て講座
「食べるって楽しいな♪ランチマットを作ろう!」
12/20~26受付 ※応募多数の場合は抽選

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 第1・2・3木曜/10:30~12:00/中浜の家
森之宮 トトロキッズ 第1・3木曜/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 スクスク 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
鯉江 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 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(いちにようん) 第2・4木曜/10:30~11:30/関目東老人憩の家
壱 すすめクラブ 第1・3木曜/10:30~12:00/すすめ会館
榎並 榎並ばっば会 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

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	日	おもちゃ病院			絵本展				杜のこうさてんは 飲食自由ですが、 ゴミの持ち帰りと 片付けはご協力ください。		
2	月										
3	火	ぴよぴよ3階 DAY!	園庭あそび	◆ブックスタート(午前) 0歳ひろば(午前)	だっこで絵本の整理券配布 10:30~11:00		詳細は月初めに ラ・メール内に掲示します	親子体操 ママストレッチと幼児体操	おやこヨガ10:30~11:30 赤ちゃんのための栄養管理	先着10名	
4	水	親子で楽しむ絵本広場 ぴよぴよ3階 DAY!	制作あそび	◆1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		お楽しみの日♪	12:00~17:00開館	子育てママのための アロマケア(先着10名)	水曜おたのしみ会	
5	木	◆Let's!がお絵かき 11/19~24受付 ワクワク3階 DAY! 英語であそぼう	◆ブックスタート 通常の利用10:30~	1歳ひろば(午前)		通常の利用11時~		各イベントは 10:30開始です。 みらいひろば開館時間 10:00~15:00	赤ちゃんの歯の話 10:30~11:30		
6	金	◆親子たいそう ぴよぴよ3階 DAY!	11/20~26受付	0歳ひろば(午後)		◆ブックスタート	絵本読み聞かせ会		竹内先生の子育て相談 11:00~12:00		
7	土										
8	日										
9	月										
10	火	ぴよぴよ3階 DAY!	身体測定(1才未満)	0歳ひろば(午前)				絵本の読み聞かせと手遊び (くれない保育園保育士)	子育て相談 (子育てママのためのアロマケア)		
11	水	ワクワク3階 DAY! ぴよぴよ3階 DAY! 身長・体重測定 おたんじょう記念でがたスタンプ	避難訓練	◆1歳親子教室② (午前)			◆ブックスタート	12:00~17:00開館	ふれあいマッサージ 10:30~11:30	先着10名	
12	木	◆子育て情報講座 「冬の感染症」について おたんじょう記念でがたスタンプ	11/29~受付(先着順)	クリスマスの飾り作り 1歳ひろば(午前)	親子あそび	身体測定 10:00~14:30			◆ブックスタート 13:00~13:30		クレオ de リユース開催日
13	金	◆親子でリズム ぴよぴよ3階 DAY!	11/26~12/5受付	クリスマスの飾り作り 0歳ひろば(午後)		身体測定 10:00~14:30			子育てママのためのアロマケア 竹内先生の子育て相談	先着10名	クレオ de リユース開催日
14	土	プラバン工作			親子体操 14:00~1歳以上 14:20~1歳未満						
15	日	◆ものづくり講座 「革細工」を体験しよう ※小学生対象(要事前申込)							先着10名 10:30~11:30 ハードな筋トレあり! 動きやすい服装、水筒と タオルご持参ください。		
16	月		◆おたのしみ会 10:00~(10名)				◆ベビーマッサージ 12/11~受付	先着20名			
17	火	ワクワク3階 DAY! ぴよぴよ3階 DAY!	身体測定(1才以上)	0歳ひろば(午前)	親子ヨガ	◆誕生会 13:30~	先着10名	親子製作 サンタ帽子を作ろう	リフレッシュダンス 赤ちゃんのための栄養管理		
18	水	◆よい子のクリスマス		◆1歳親子教室③(午前)					子育てママのための アロマケア(先着10名)	水曜おたのしみ会	
19	木	親子ピクス ぴよぴよ3階 DAY!	◆離乳食講習会 13:00~(7名)	1歳ひろば(午前)	ふれあいあそび		先着10名				
20	金	◆よい子のクリスマス		0歳ひろば(午後)		◆★子育て講座 12/11~受付 ※先着順	貼って~塗って~ 壁面制作の日	◆ブックスタート	竹内先生の子育て相談 11:00~12:00		
21	土	クリスマス会(児童)				~クリスマスを楽しもう~ クリスマス製作をしたり、楽器遊び をして親子で楽しもう。 1回目 10:30~(1歳以上) 2回目 13:30~(1歳未満) 定員/各10組 材料費/30円	◆双子ちゃん集まれ~♪	クリスマス会 みんなでガチャガチャバンド!	おっちゃんのかみしばいやでえ!冬 “城東えほんの会”の みなさんと、絵本の読み聞かせや 手遊びなどをしませんか? 15:00~16:00 当日先着順30組	12/26 ◆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。 12/18一時保育締切 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1800円	
22	日							ベープサート ・手作り楽器演奏会 ・サンタがやってくる! (P/Viku Day) 10:00~15:00	子どもを気持ちよく育てる会 10:45~11:45		
23	月							お誕生日会 (12月・1月生まれ)	★わくわくアート 10:30~11:30 先着10名 (材料費100円)		
24	火		◆はじめてのお誕生会 (12月生まれ)	0歳ひろば(午前)							
25	水	◆ブックスタート	ホールあそび							水曜おたのしみ会	クレオ de リユース開催日
26	木			1歳ひろば(午前)				◆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	うたであそぼう 10:30~11:30 子育てママのためのアロマケア 竹内先生とおしゃべりランチタイム		◆本を読む日 ~一時保育付き読書タイム~
27	金			0歳ひろば(午後)						図書館ポイントの 記念品おわたしは 12月25日まで!	
28	土								12:00~ お弁当持参でお越しください	図書館システム機種更新に 伴う臨時休館とあわせて 1月6日まで休館 返却ポストは、 12月26日(木)17時~ 1月6日(月)9時まで ご利用いただけません。	
29	日										
30	月										
31	火	1月3日まで休館	1月5日まで休館	1月5日まで休館	1月3日まで休館	1月5日まで休館	1月5日まで休館	1月5日まで休館	1月6日まで休館		1月3日まで休館