

わくわく城東

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**

乳がん検診を受けましょう！

乳がんは、女性がかかるがんの中で最も多く、また年々増えてきています。早期に発見し、適切な治療を行うことで9割以上が治ると言われています。

乳がん検診のご案内

予約はこちら

対象	30歳代の女性で 市民の方	40歳以上の女性で市民の方 (2年に1回)
検査内容	超音波及び視触診	マンモグラフィ
費用	1,000円	1,500円
ところ	取扱医療機関	保健福祉センター 取扱医療機関

保健福祉
センター
実施分

城東区保健福祉センター
保健福祉課(保健)
TEL.06-6930-9882
FAX.06-6930-9936

区で実施するがん検診の予約状況を大阪市ホームページで見ることができます。予約状況は変動しますので、目安としてご利用ください。

大阪市 各区の
がん検診等予約状況



取扱
医療機関
実施分

取扱医療機関に直接お電話していただき、必ず「**大阪市が実施しているがん検診**」とお申し出の上、予約してください。

市内の取扱医療機関は大阪市ホームページでご覧いただけます。掲載の医療機関は変更となることがありますのでご了承ください。

大阪市
がん検診等の一覧



新刊よんでみて



ひよこはにげます
作:五味太郎 出版社:福音館書店
2021年10月発行 22×21cm 24ページ
ひよこが3羽おうちからにげだします。太陽や雨雲の下、時には大きな鳥にみつからないように隠れながら…。しかし、あちこちをちょろちょろと動き回る姿はにげるといふより楽しく散歩しているよう。よく見てみると、ひよこたちの冒険を陰から見守る存在があることにも気づかれます。ひよことうとうとした味わいが楽しい絵本です。

まちのお医者さん

〔西眼科〕

「弱視は小学校低学年までなら訓練すると良くなることがあります。最近できた弱視を検査できる機械もあるので、3歳頃に検診を受けると早期発見につながります。また、当院でも使用している、『たべたのだからかな?』という絵本は、子どもが楽しんで視力を測る練習ができるので、活用してみると良いですよ」と、若い頃から海外旅行が趣味の西先生。今は、マウイ島にいる妹さんに会いにきたいそうです。



城東区今福西1-1-13 06-6931-3861
Osaka Metro「蒲生四丁目」駅
3番出口より南へ徒歩5分

Doctor 西 麗子 先生
■経歴 ■ 1912年 京都大学 医学部
卒業 / 1978年 関西電力病院 眼科
部長 / 2003年 西眼科 継承

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★

子どもも大好きな美味しいパンのお店★



鶴野にオープンしたばかりの高級デニッシュ専門店Aum(アウム)。ベビーカーでも入店しやすいよう、店内に段差はありません。テイクアウトは、6種類のパンから好きな味を子どもと選んで楽しめ、ママ会などの手土産に喜ばれています。デニッシュを使用したスイーツが食べられるイートインは、「カウンター席のみですが、よければ子連れで利用してくださいね」と店主。落ち着いた雰囲気、で、ゆっくりできます。



Aum (アウム)
城東区鶴野西1-8-30 TEL.06-4400-4022
9:00~19:00 不定休 Instagram @aum_danish_osaka

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、
西眼科、Aum



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/>



春の散歩を楽しもう♪

少しずつ暖かくなり、散歩をするのも気持ちの良い季節になってきました。城東区内には素敵な公園やお花見スポットがたくさんあります。天気の良い日には「春」を見つけにお散歩に出かけましょう♪

中浜下水処理場

城東区中浜1-17-10

場内に整備された「中浜せせらぎの里」周辺には、約300本の桜が植えられ、桜のトンネルが作り出されます。



城北川遊歩道

城東区関目4-14 ほか

関目と古市の間を通る城北川。川岸には遊歩道が設けられていて、川沿いに桜が植えられています。



写真は城東区ホームページより

鯉江北公園

城東区今福西5-13

通称「さくら公園」。公園を囲むように桜が植えられています。小さいお子さんでも楽しめる遊具があります。



専永公園

城東区永田1-4

少しの遊具と休憩所がある小さな公園ですが、桜が咲くと見事です。のんびり遊びたいときにおススメです。



春の散歩の楽しみ方

ポイント
1

春は気候が不安定で寒い日があると思えば、逆に汗ばむくらいの日も。ベビーカーの中の赤ちゃんは、外気にあたってからだ冷える可能性があるほか、逆に背中に汗をかくてそれが冷えてしまうこともあります。その日の気候にあった服装を選んでください。

ポイント
2

柔らかな春の日差しにも紫外線がたくさん含まれているので注意が必要です。紫外線に弱いデリケートな赤ちゃんの肌を守るために、お天気のいい日の散歩では強い日差しが赤ちゃんにあたらないように気をつけてください。

ポイント
3

散歩中は匂いをかいだり、鳴き声を聞いたり、赤ちゃんが五感で春を感じられるいい機会です。散歩をしながら春をテーマとした歌を歌ってあげるのもおすすめです。



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3階 34番窓口 問合せ TEL.06-6930-9068



◆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

城東区内子育て支援施設イベントについては、現在発生している
新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止となる場合があります。
イベントの開催や詳細につきましては、**参加の前**にお問い合わせください。

子ども子育てプラザから
重要なお知らせ
子ども子育てプラザ TEL.06-6933-2880

令和3年12月末より
各所修繕工事をおこなっています

自由遊びの部屋が制限される可
能性があります。ホームページ
やお電話で自由遊びの状況を
確認してからご来館ください。

★自由遊びの利用は1日1回限り。
★定員は各時間5組です。
前日または当日にご予約ください。
予約をキャンセルする場合は、必ずご連絡ください。

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

「声出して笑顔で子育て」他
一部・子どももママも笑顔の成長記録作り
二部・現代が抱える「ダブルケア」(親等の介護と
子育ての両方かかえる方)などのお話を聞いてみませんか?

日時 3月5日(土) 一部10:00~11:30
二部11:30~終了まで
対象 乳幼児の親子と子育て支援に関わる方他
定員 30名※先着順 申込 2月20日(日)~受付

クレオ大阪東の
イベント★ クレオ大阪東 TEL.06-6965-1200

「色」でワタシらしく!
印象UP☆カラー講座(3月コース)
自分のカラータイプを知って印象をUPさせましょう。

日時 3月12日・19日(土) 10:00~12:00
場所 クレオ大阪東 対象 女性
定員 20名(事前申込 先着順) 参加費 3,000円
申込 電話・FAX・来館・HPで受付

クレオの
お知らせ
クレオ大阪東 城東区鶴野西2-1-21
TEL.06-6965-1200 FAX.06-6965-1500
www.creo-osaka.or.jp/east
★一時保育 1歳~2歳11ヵ月:1人800円、3歳~就学前:1人500円
【要予約】 申込締切:3月2日(水) 定員:3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。

諏訪 プッチクラブ 第2・4水曜/10:30~11:30/諏訪憩の家
★中浜 中浜にここクラブ 第2水曜/10:30~12:00/中浜憩の家
森之宮 トトロキッズ 第1・3水曜/10:00~11:30/森之宮憩の家
東中浜 すくすく 第2・3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 第1・2・4金曜/10:00~12:00/放出福祉会館
錦江 このゆびとまれ 第1・3水曜/10:30~11:30/錦江公園集会所
★綾東 綾東ジャンボクラブ 第2・4金曜/10:30~11:30/綾東憩の家
★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 第2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 榎並ぽっぽ会 第1・3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	関目つどいの広場 うたたね TEL.6210-7252	城東図書館 TEL.6933-0350
1	火	◆自由 9:00~11:30 遊び 13:00~14:30	定員5組	◆ブックスタート 10:15~10:45	バスオアをご利用ください	当面の間、事前予約・入替制 ①10:00~11:00 ②13:30~14:30 (各回4組・1組につき保護者1名) 来所または電話で予約受付 入替時に換気と消毒をします。	当面の間、事前予約・2部制 午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00 (各回親子あわせて10名) 1週間前から電話で予約受付 受付時間 平日10:00~15:00	午前・午後	ふれあいマッサージ10:30~11:30 まんまのお話し14:00~15:00	助産師相談日 (発育相談・体重測定など)	
2	水		◆製作あそび10:00~11:00 ※通常利用12:00~14:00	絵本読み聞かせ 11:00~11:20	◆ブックスタート 10:30~			◆親子製作 おひな様を作る	子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着4名)	◆歌おうあそぼう 10:30~11:00 先着5組	水曜おたのしみ会 14:30~15:00(当日先着10名)
3	木		◆ブックスタート10:00~10:30 ※通常利用12:30~14:00	◆1歳ひろば(午前)					◆ブックスタート 13:30~14:00	骨盤調整やほぐしなど。 お母さんのためのゆったり時間。 ①13:00 ②13:30 ③14:00 ④14:30 ※ひろばは通常通り利用できます。	
4	金		◆あそぼう会(人形劇) 9:30~10:30 定員5組	◆0歳ひろば(午後)		◆ブックスタート 10:30~11:00(5組) 13:30~14:00(5組)		当面、午前10:00~11:30、 午後13:00~14:30 各5組、入替制、電話予約 <来館時のお話し> ●来館前の自宅検温 ●マスクの着用 ●入室前の手洗い・消毒		◆★産前産後ケア 定員4名	
5	土	◆声出して笑顔で 子育て(定員30名)		事前予約・入替制 9:30~10:45 10:55~12:10 13:20~14:35 14:45~16:00 (各回8組) 来館時のお話し ●マスクの着用 ●来館前の自宅検温 ●入室時の手洗い・消毒							
6	日	◆おもちゃ病院 前日まで受付(各2組) 13:30~15:30 ※30分ごと予約					足型アート				
7	月		①9:30~10:30 ②10:40~11:30				◆ひよこちゃんお楽しみの日 10:00~12:00 2/28~受付		育児相談 13:00~14:00		
8	火	◆自由 9:00~11:30 遊び 13:00~14:30	◆身体測定(1才未満)定員10組 ※通常利用12:30~14:00	◆0歳ひろば(午前)			◆ブックスタート 10:30~11:00(定員5組)	身体測定できます	親子ヨガ 10:30~11:30(先着4名)		
9	水	◆親子でリズム 10:45~11:30 2/22~3/2受付(10組)	◆2月から予約制に変更 午前 9:30~11:30 午後 12:30~14:00 <予約方法> 1週間前から電話予約と、 ぽかぽかにて予約を受付します	◆子育て講座 (午前) ※受付終了	◆親子あそび 11:00~11:30 ~3/4受付			◆お誕生日会(2・3月生まれ) 手形、身体測定(午前・午後)		◆うた絵本LIVE 10:30~11:00 先着5組	
10	木	◆身長・体重測定 9:00~11:30 13:00~14:30		◆1歳ひろば(午前)				◆ミニアスレチック PART1 13:00~14:30・15:00~16:30 ※すぐ近く開館日のみ 身体測定できます	乳幼児の歯の話 10:30~11:30		10:30~11:00 14:00~14:30 (各回先着10名)
11	金	◆身長・体重測定 9:00~11:30 13:00~14:30		◆0歳ひろば(午後)	通常のご利用 予約可能です		◆絵本読み聞かせ会 10:30~10:50	◆ミニアスレチック PART2	子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着4名)		
12	土				ママカウンセリング 9:30~11:30【予約優先】					助産師相談日 (発育相談・体重測定など)	◆えほんのひろば 3/1~前日まで受付
13	日						10:30~11:30 3/7~受付(定員5組)				
14	月		①9:30~10:30 ②10:40~11:30	◆看護師来館(午前) 身体測定・健康相談等			◆ベビーマッサージ ◆ひよこちゃんタイム		育児相談 13:00~14:00		
15	火	◆自由 9:00~11:30 遊び 13:00~14:30	◆身体測定(1才以上)定員10組 ※通常利用12:30~14:00	◆0歳ひろば(午前)	◆親子ヨガ 10:00~10:30 ~3/10受付	ママさんストレッチ 寒い季節に固まった身体を ストレッチしませんか? 心も身体もリフレッシュ!! 10:30~ 定員3組			リフレッシュ体操10:30~11:30 まんまのお話し14:00~15:00	助産師相談日 (発育相談・体重測定など)	
16	水	◆おたんじょう記念 てがたスタンプ 9:00~11:30・13:00~14:30	◆はじめてのお誕生会(3月生まれ) 10:00~11:00 定員5組 ※通常利用12:30~14:00		バスオアをご利用ください ※生後3ヶ月~12ヶ月の 赤ちゃん対象です		◆英語で遊ぼう♪ 14:00~14:20 3/9~受付		子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着4名)	★わくわくアート (午前・午後)	水曜おたのしみ会 14:30~15:00(当日先着10名)
17	木	◆親子でからだあそび 10:30~11:30 3/3~10受付(10組)	◆手作りおもちゃ① 9:30~11:00 定員3組 ※通常利用12:30~14:00	午前中閉館 午後から開館		◆子育て講座 3/9~受付 ※先着順	定員5組	13:00~14:30・15:00~16:30 ※すぐ近く開館日のみ			
18	金	◆守ろう!育てよう!!にっこり キッズ10:00~11:30 3/3~先着順(定員30名)	◆手作りおもちゃ② 9:30~11:00 定員3組 ※通常利用12:30~14:00	◆0歳ひろば(午後)	~3/15受付			◆ブックスタート ①10:30~11:00 ②11:10~11:40 (各5組) ※通常ひろばは午後のみ			
19	土				◆親子体操 10:00~1歳以上 10:20~1歳未満		◆パパの日	◆パパiku Day (午前・午後)		◆ブックスタート 13:30~14:00 先着5組	来月のイベント予告 4月16日(土) ◆春のおはなし会 定員15名(小学生以上) 3/19~受付 ※先着順
20	日	映画紙芝居でやくそくを守る 大切な学びや、ダンスや運動 あそびを通じて親子のふれあい を体験しましょう									
21	月		定員12組								
22	火	◆自由 9:00~11:30 遊び 13:00~14:30	◆園庭あそび9:30~11:00 ※通常利用12:00~14:00	◆0歳ひろば(午前)	3月生まれの誕生児の 参加をお待ちしています!	◆誕生日会 13:30~ 3/16まで受付			産後のヨガトレ 10:30~11:30(先着4組)	◆えほんでにっこり(^^) 3/1~前日まで受付	
23	水	◆ブックスタート 10:00~10:30 前日までに予約(定員10組)	避難訓練 10:00~10:30					午前・午後		10:30~10:50 11:10~11:30 (各回先着8組) 赤ちゃんとその保護者	
24	木		◆ホールあそび9:30~11:00 ※通常利用12:00~14:00	◆1歳ひろば(午前)		●通常利用(入替制、電話予約) 午前 9:30~11:30 午後 13:30~15:30 <利用方法> ●電話予約は前日17時まで (1週間前から受付) ●午後、定員に満たない場合は 当日12:00までに電話予約 いただければ利用可能。 ●1週間につき、2~3回まで予約 出来ませんが、キャンセルされる 場合は、必ず連絡して下さい。 (週は火曜から日曜まで) ●イベント利用(電話予約) 先着8組 <利用方法> ●毎月1回行うイベントの 予約は、ひとつに限り、2つ以上 予約したい場合は、キャンセル 待ちとして対応させていただきます。 ●イベント(ママカウンセリングは 除く)がある場合は、通常 のご利用予約ができます。	◆お楽しみの日♪ 小麦ねんどで遊ぼう♪3/17~受付	◆貼って~塗って~ 壁面制作の日	歌であそぼう 10:30~11:30	◆親子安全講座 10:30~11:00 先着5組	
25	金		◆ホールあそび 定員15組	◆0歳ひろば(午後)					子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着4名)	◆★子育て応援クッキング 10:30~12:00 先着5組	
26	土										
27	日										
28	月		定員12組				◆ひよこちゃんタイム 10:00~12:00		育児相談 13:00~14:00		
29	火	◆自由 9:00~11:30 遊び 13:00~14:30	◆園庭あそび9:30~11:00 ※通常利用12:00~14:00	◆0歳ひろば(午前)			◆双子ちゃん集まれ~♪ 10:00~12:00	◆幼稚園ごっこ(午前) 入園児対象 ※午後は通常ひろば		助産師相談日 (発育相談・体重測定など)	★印の 子育てサロンで 絵本の貸出を しています。 区役所のHPを ご覧ください。
30	水							◆幼稚園ごっこ(午前) 入園児対象 ※午後は通常ひろば		◆産後のスッキリヨガ 10:30~11:00 先着5組	
31	木			◆1歳ひろば(午前)							