

■11月「城東区絵本読み聞かせ月間」イベント一覧

問合せ 保健福祉センター保健福祉課(子育て教育)
TEL.06-6930-9068 FAX.06-6930-9140

子ども・子育てステーション	11月1日(火)～12日(土)9:00～16:45	職員おすすめの絵本の展示紹介(1階フリーゾーン)
今福保育園	11月24日(木)@25日(金)10:30～11:00	絵本の読み聞かせ、エプロンシアター、パネルシアター①(歳末義演対象 ②1歳以上対象)
城東子育て支援センター	11月1日(火)～30日(水)9:30～12:00・13:30～16:00 ※1日(火)・2日(水)・9日(水)・16日(水)の午前は除く	読み聞かせと絵本展示(左記時間の中で15分程度)
城東つどいの広場	11月2日(水)15:00～15:20	絵本ボランティアによる絵本読み聞かせ
つどいの広場フレンドリーせいく	11月24日(木)@10:30～11:00@13:30～14:00	①「城東絵本の会」(1歳以上対象) ②読み聞かせ、ふれあい遊び等(0～2歳対象)
つどいの広場ラ・メール放出西	11月11日(金)@10:30～11:00@13:30～14:00	絵本読み聞かせ会(手遊び等ふれあい遊びをした後、絵本読み聞かせ)
つどいの広場東中浜みらいひろば	11月16日(水)@10:30～11:00@13:30～14:00	「おはなし列車」(大型絵本、仕掛け絵本、季節の歌、ペープサートなど)
つどいの広場杜のこうさてん	11月4日(金)@9日(水)@21日(月)13:30～14:00	①絵本の展示・紹介 ②おたのしみ制作 ③手遊び など
関目つどいの広場うたたね	11月11日(金)10:30～11:30	絵本で遊ぼう(読み聞かせや絵本から広がる遊びなど)
城東図書館	11月19日(土)14:00～15:00	秋の子ども会 (ボランティアグループ「里の会」のみなさんによる大型絵本読み聞かせ、かみしばい等) 申込:10月22日(土)10時から来館または電話にて受付(申込先着順) 定員20名
クレオ大阪東	11月1日(火)～30日(水)9:30～21:30	えほんフェア (おすすめの絵本を展示します)
城東区社会福祉協議会	随時	おとなることもの絵本コーナー

2022ボランティア広場

城東区のボランティアが大集合! 歌や体操のパフォーマンスや紙でつくるおもちゃ遊び、フェルトおもちゃの展示から、防災コーナーやハンドマッサージまでもりだくさんなイベントです! ぜひ親子で、ご家族でお気軽にお越しください。

入場無料

※多肉植物の寄せ植えスースのみ材料費がかかります。

日時 11月13日(日) 11:00～15:30 ※12:30～13:00までは入場不可
場所 城東区スギタクレストホール
申込 事前申し込み不要
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 TEL.06-6936-1153

スタンプラリー開催中!

『絵本で子育て! みんなで子育て!』スタンプを5個集めて、プレゼントをもらいましょう!

令和4年10月11日(火)～12月16日(金)

★実施施設 城東区内 子育て支援施設、図書館、区役所 34番窓口
★対象 城東区在住の子育て世帯

※プレゼントがなくなり次第、終了します。
※プレゼントは区役所3階34番窓口でのお渡しとなります。

参加方法 城東区子育て応援アプリ「わくわく」からご参加ください。「子育てタウン」よりダウンロードできます。

問い合わせ 城東区子育て支援連絡会・城東区役所 子育て支援室 TEL.06-6930-9068

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

みなさまからの情報募集

城東区内の子連れで行きやすいお店、オススメスポット等の情報や、特集してほしい内容がございましたら、下記フォームからお送りください。

https://ws.formzu.net/sfgen/S26861848/

城東図書館 おすすめ 新刊よんでみて

かぞえる えほん
おやすみ わんちゃん
なかむら みはる



かぞえるえほんおやすみわんちゃん 作: なかむら みはる 出版社: 偕成社 2021年10月発行 19x19cm 24ページ

おふとんのなかに1匹のわんこ。おやすみの時間のようにページをめくると、色々と変な姿のわんこが、色々と変な発見がある絵本です。「かぞえるえほん」とありますが、数字がまだわからない子でも楽しめるように仕上がっています。

◆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!

ママがつくる、子育て「応援」情報誌

わくわく城東

No.114

令和4年
11月発行

「子育てをゆっくり楽しみたい!」

こんなリフレッシュ法

はいかがですか?

オススメのリフレッシュ法

- ★ ゆっくりお風呂に入る
- ★ たくさん寝る
- ★ 美味しいものを食べる
- ★ 体を動かす
- ★ 音楽を聴く
- ★ ショッピングに行く
- ★ 美容院やエステに行く
- ★ 自分自身をほめる
- ★ 子育て中の人とおしゃべりする
- ★ 周囲の人に話を聞いてもらう
- ★ 理想通りにいかないことは当たり前と思う

例えば、こんな時どうする?

●自分の時間がとれない

生まれて間もないころは、2～3時間おきの授乳やおむつ替え。少し大きくなったら行動範囲が広くなり目が離せない。四六時中、気を張って子どもに付きっきりだと疲れが溜まりますよね。

そんなときは・・・

パートナーやご両親にみてもらったり、一時保育などの預かりサービスを利用したりして、一人の時間を作りましょう。

●育児と家事、仕事の両立がむずかしい

「子どもが体調を崩し、仕事が大変」など、すべてのことを完を休まなければならない」「子どもの発達に不安を感じたら区役所等の相談窓口にご連絡ください。

そんなときは・・・

どうしても休めない仕事があるときを想定し、あらかじめ預かってくれる人を探しておく。また、病児保育などのサービスを利用することもできます。(事前登録が必要です。)

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。

★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】

とき 月曜～金曜(祝日、年末年始を除く) 9時～17時30分

問合せ TEL.06-6930-9068

★中央こども相談センター

とき 月曜～金曜(祝日、年末年始を除く) 9時～17時30分

問合せ TEL.06-4301-3100



11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。

来月のイベント予告★ クレオ大阪東 TEL.06-6965-1200 **入場無料**

第11回 はぴマルクレオ

女性クリエイターによる、オリジナルハンドメイド雑貨等の販売やワークショップ・体験などのマルシェです。コーヒーの焙煎体験や木の葉のクリスマスツリー作り、焼き菓子の販売などお子さまと一緒に楽しめるハッピーイベントです。

日時 12月17日(土) 10:00~16:00
場所 クレオ大阪東 **申込** 不要 ※一部参加費等要
対象 どなたでも ※ただし、入場制限を実施する場合があります
問合せ TEL.06-6965-1200 www.creo-osaka.or.jp/east
イベントの詳細はホームページをご覧ください。

来月のイベント予告★ 城東図書館 TEL.06-6933-0350 **要申込**

おっちゃんのかみしばいやでえ!冬

図書館ボランティア梅林さんによる、楽しい紙芝居と昔話の催しです。

日時 12月17日(土) 13:30~14:00・14:30~15:00
場所 城東図書館 多目的室 **定員** 各回20名
申込 11月26日(土)10:00~電話・来館で受付(先着順)

社会福祉協議会のイベント★ 城東区社会福祉協議会 TEL.06-6936-1153 **要申込**

親子カフェ

保育士・栄養士の先生と学びませんか?
11月のテーマは「家でも出来る!簡単から遊び」。

日時 11月30日(水) 10:00~11:30
場所 城東区在宅サービスセンター ゆうゆう
対象 就学前の乳幼児のおられる親子
定員 10名(申込先着順)
申込 要予約 TELにてお申し込みください
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 TEL.06-6936-1153

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 ばかばか 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	◆自由遊び 職員おすすめの本の 展示紹介(1階フリーラーム) 11/10(水)~12/10(土)9:00~16:45 知っている本、知らなかった本、おもしろい本、プラザスタッフのお気に入り本を手に取って読んでください。	◆園庭あそび9:30~11:00 ※通常利用12:30~14:00	◆ブックスタート 10:15~10:45 ◆2歳親子教室①(午前) ◆絵本読み聞かせ 15:00~15:20	◆絵本の読み聞かせ ①10:00~11:00 ②11:45~12:45 ③13:30~14:30 (1組につき保護者1名) 来所または電話で予約受付	◆ブックスタート 10:30~11:00(8組) 1歳未満児対象・電話予約	◆ブックスタート 10:30~11:00(8組) 1歳未満児対象・電話予約	◆当番、午前10:00~11:30、 午後13:00~14:30 各8組、入替制、電話予約 ●いつでも身体測定できます	◆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 午前・午後(発育相談・体重測定など)	◆歌あそび 10:30~11:00 先着6組	◆水曜おたのしみ会 14:30~15:00(当日先着20名)	
2	水		◆園庭あそび定員12組									
3	木		◆定員6組					※8/4の振替日開所		◆通常利用予約不要・定員7組 午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00 5組以上の混雑時は、1時間程度での入れ替わりをお願いします。	◆火~金曜10:00~19:00 (第3木曜は休館) ●土日祝、7/21~8/31の月曜 10:00~17:00	
4	金	◆自由遊び	◆製作あそび10:00~11:00 ※通常利用12:30~14:00	0歳ひろば(午後)	◆利用時間に変更になりました! ●通常利用(入替制、電話予約) 午前 9:30~12:00 午後 13:30~16:00 ＜利用方法＞ ●電話予約は前日17時まで (1週間前からの受付) ●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)	◆ブックスタート 10:30~11:00(8組) 1歳未満児対象・電話予約		◆保健師さんのお話と個別相談 イヤイヤ期の過ごし方と手洗いの仕方(実践)について ※1歳以上優先 ※午前10:30には始まりす	◆絵本読み聞かせイベント 13:30~14:00	◆★産前産後ケア 午前4名・午後4名(1人20分)定員8名		
5	土		◆通常利用は予約なしで利用可能 午前 9:30~11:30 午後 12:30~14:00	◆予約不要・人数制限なし 1家庭につき保護者は1名 (今後の状況により、変更の可能性あり) 9:30~12:00 13:30~16:00 引き続き、来館時のお話し ●マスクの着用 ●来館時の自宅検温 ●入館時の手洗い・消毒				◆ひよこちゃんタイム 10:00~12:00	◆育児相談 13:00~14:00	◆ボディーケアと骨盤矯正。 産前産後の体を癒し 整える時間。 ※ひろばは通常通り 利用できます。		
6	日	◆おもちゃ病院 お問い合わせはおもちゃ病院の ホームページをご覧ください。		①9:30~10:30 ②10:40~11:30				◆お誕生日会 (10・11月生まれ) 手形、身体測定、パスデー カードプレゼント(午前・午後)	◆絵本読み聞かせイベント 13:30~14:00			
7	月							◆13:00~14:30(おひるの おやつ) ②15:00~16:30 ※すぐ開館の時	◆ブックスタート 13:30~14:00		10:30~11:00 14:00~14:30 (各回先着20名)	
8	火	◆自由遊び	◆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)	◆体すっきり健康講座 11/1~受付 ※先着順	◆英語で遊ぼう♪ 14:00~14:20 11/2~受付 定員5組		◆ねんねの赤ちゃんデー (午後)	◆子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着5名)	◆絵本で遊ぼう 10:30~11:30 先着6組	◆えほんのひろば 11/1~前日まで受付	
9	水	◆ベビーリトミック ◆キッズリトミック 10/26~11/2受付 (各10組)		◆2歳親子教室② (午前)	◆毎日育児で腰や腕が痛いけど、 我慢してしまおうという方、 整骨院の講師による健康についてのお話と簡単に自分で できる矯正法も教えていただきます。 13:30~ 定員4組			◆お誕生会 (10・11月生まれ) 手形、身体測定、パスデー カードプレゼント(午前・午後)	◆絵本読み聞かせイベント 13:30~14:00			
10	木	◆身長・体重測定 9:00~11:30 13:00~14:30 14:30~15:00~16:45	◆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)	◆子育て相談 10:00~12:00【予約優先】	◆1歳児・2歳児あつまれ♪ ~11/4受付	◆絵本と仲よし 絵本読み聞かせ会&ふれあい遊び 10:30~11:00 13:30~14:00	◆ねんねの赤ちゃんデー (午後)	◆子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着5名)	◆絵本で遊ぼう 10:30~11:30 先着6組	◆えほんのひろば 11/1~前日まで受付	
11	金	◆育児相談会 10:30~11:30 3Fホール 10/28~11/4受付(各10組)		0歳ひろば(午後)	◆通常のご利用 予約可能です	◆0歳児あつまれ♪ ~11/4受付	◆ひよこちゃんお楽しみ 足形アートで年賀状「たるまさん」 10:30~11:00 11/7~受付	◆ねんねの赤ちゃんデー (午後)	◆育児相談 13:00~14:00			
12	土	◆自由遊び【事前予約制】 9:00~11:30 13:00~14:30 15:00~16:45 急遽お部屋や人数制限等、変更 することがあります。Hの職員または は電話でお問い合わせください。	◆ぼかばかはお休みです。 ◆あそび会(園庭開放) 10:00~11:00 定員10組	◆来月のイベント予告 12月7日・14日・21日(水) ◆1歳親子教室【3回連続】 10:15~11:30(定員10名) 11/14~18受付 ※応募多数の 場合は抽選	◆バスケットをご用意ください ※生後3ヶ月~12ヶ月の 赤ちゃん対象です	◆0歳児あつまれ♪ ~11/4受付	◆ひよこちゃんお楽しみ 足形アートで年賀状「たるまさん」 10:30~11:00 11/7~受付	◆ねんねの赤ちゃんデー (午後)	◆育児相談 13:00~14:00			
13	日		①9:30~10:30 ②10:40~11:30		◆親子ヨガ 10:00~10:30							
14	月											
15	火	◆自由遊び	◆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)	◆2歳親子教室③ (午前)					わくわくアート10:30~11:30 まんまのお話し14:00~15:00	◆助産師相談 午前・午後(発育相談・体重測定など)	
16	水	◆ブックスタート 10:00~10:30 前日まで予約(定員10組)	◆定員15組					◆おはなし列車 (午前1歳以上・午後1歳未満)	◆子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着5名)	◆譲りあいから 生まれた服や おもちゃのマーケット	◆水曜おたのしみ会 14:30~15:00(当日先着20名)	
17	木	◆ハイハイレース 10:00~10:45 ◆カタカタレース 11:00~11:45 11/2~10受付(各9組)	◆ホールあそび 9:30~11:00 ※通常利用12:30~14:00	1歳ひろば(午前)	◆イベント利用(電話予約) 先着8組 ＜利用方法＞ ●前日まで予約可能です。 ●毎月1回行うイベントの 予約は、ひとつに限りです。 ●2つ以上予約したい場合は、 キャンセル待ちと対応 させていただきます。 ●イベント(子育て相談は除く) がある場合は、通常 のご利用予約ができません。	◆ママさんストレッチ 10:30~ 定員4組 11/1~受付 ※先着順	◆お楽しみの日♪ クリスマスリースを作ろう 11/10~受付	①13:00~14:30(ねんねの赤ちゃん) ②15:00~16:30 ※すぐ開館の時	◆ママと子どもが元気になる 栄養のおはなし 10:30~11:30	◆くるくるマーケット 午後	◆申込: 10月22日(土)10:00~ 来館または電話にて受付 (申込み先着順)	
18	金	◆親子たいそう 10:30~11:30 11/4~11受付(10組)	◆手作りおもちゃ ①9:30~11:00 ②12:30~14:00 定員5組	0歳ひろば(午後)		◆身体測定 午後の身体測定は看護士来所	◆保健師さんのお話 感染症のお話しと、手洗いの仕方 11:00~11:30 11/11~受付	◆ブックスタート(午前) ◆ねんねの赤ちゃんデー(午後)	◆ママと子どもが元気になる 栄養のおはなし 10:30~11:30			
19	土							◆パパのDay (午前・午後)		◆ブックスタート 13:30~14:00 先着5組	◆秋の子ども会 14:00~15:00 定員20名	
20	日							◆ママと子どもでもOK				
21	月											
22	火	◆自由遊び	◆園庭あそび9:30~11:00定員12組 避難訓練 10:00~10:30 ※通常利用12:30~14:00	0歳ひろば(午前)	◆誕生日会 10:30~ 11/14まで受付 11月生まれの誕生日児の 参加をお待ちしています!			◆ねんねの赤ちゃんデー (午後)	◆絵本読み聞かせイベント 13:30~14:00		◆えほんでにっこり(^^) 11/1~前日まで受付	
23	水		◆絵本のお楽しみ会 1歳未満対象 定員5組					※8/5の振替日開所			10:30~10:50 11:10~11:30 (各回先着10組) 赤ちゃんとその保護者	
24	木	◆自由遊び	◆絵本のお楽しみ会10:30~11:00 ※通常利用12:30~14:00	1歳ひろば(午前)	◆絵本の読み聞かせ会 11/14~受付 ※先着順	◆貼って〜塗って〜 壁画制作の日(先着10名)			◆歌であそぼう 10:30~11:30	◆産後のスッキリヨガ 10:30~11:00 先着6組		
25	金	◆守ろう!育てよう! にっこりキッズ 11/4~先着順(定員30名)	◆絵本のお楽しみ会10:30~11:00 ※通常利用12:30~14:00	◆看護師来館(午前) ◆0歳ひろば(午後)	◆城東絵本の会さんが 来てくれます! ①10:30~11:00(1歳以上) ②13:30~14:00(1歳未満)			◆ねんねの赤ちゃんデー (午後)	◆子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着5名)	◆★わくわくアート 10:00~12:00 先着10組		
26	土	◆映画紙芝居で やくそくを守る大切さの 学びや、運動あそびを通じて 自宅できる親子あそびを 体験しよう♪ 乳幼児の親子対象 10:00~11:30	◆絵本のお楽しみ会 1歳以上対象 定員5組	◆親子体操 10:00~1歳以上 10:20~1歳未満 年齢に合わせて ご参加ください					◆助産師相談 午前・午後(発育相談・体重測定など)			
27	日											
28	月											
29	火	◆自由遊び	◆はじめてのお誕生会(11月生まれ) 10:00~11:00 定員5組 ※通常利用12:30~14:00	0歳ひろば(午前)	◆親子あそび ①10:50~11:20②11:30~12:00			◆ねんねの赤ちゃんデー (午後)	◆育児相談 13:00~14:00	◆産後のヨガトレ 10:30~11:30(先着5組)		
30	水	◆おたんじょう記念でがたスタンプ 9:00~11:30 13:00~14:30 14:30~15:00~16:45								◆発達相談・家族相談 ①13:00②14:00 定員2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。

各サロンの詳細はこちらから

■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/10:00~11:00/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3号憩の家
■東中浜 すくすく 第2・3水曜/10:30~11:30/東中浜公園集会所
■城東 スキップ 第2・4火曜/10:30~11:30/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/10:30~11:30/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・3金曜/10:00~12:00/放出福祉会館
■鏡江 このゆびとまれ 第1・3水曜/10:30~11:30/鏡江公園集会所
■鏡江東 鏡江東ジャンボクラブ 第2・4金曜/10:30~11:30/鏡江東憩の家
■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 第2・4水曜/10:30~11:30/関目東老人憩の家
■壺 すみれクラブ 第1・3水曜/10:30~12:00/すみれ会館
■榎並 榎並ばつぽ会 第1・3火曜/10:30~11:30/榎並福祉会館
■成育 成育チルドレン 第2・4金曜/10:30~11:30/成育公園集会所