

第14回

城東区わくわく子育て
クリスマスコンサート

大人も子ども一緒に楽しめる気軽なコンサートです。
クラリネットカルテット、歌や人形劇など楽しいこといっぱい！ぜひお越しください♪

日時 12月3日(日)
10:30~12:00 (10:00開場)

場所 城東スギタクレストホール
(城東区民センター) 城東区中央3-5-45

★プログラム
第1部:「海女ぼーろ クラリネットカルテット」のみなさんの演奏
第2部:「キッズシアターかみふうせん」歌や人形劇の楽しいこといっぱい!

申込 1家族500円
※大人は2名まで参加可。子どもは高校生まで可。
※大人追加1名につき200円要。

問合せ 各地区主任児童委員(各地区子育てサロン)
城東つどいの広場(城東区中央3-5-38) TEL 06-6931-4882 FAX 06-6931-4880

絵本で子育て!みんなで子育て!
応援スタンプラリー2023

子育てサロン、子育て支援施設に出かけよう!
対象の施設で、子育て応援アズリ「わくわく」からスタンプを
6個集めると、絵本またはミニエコバックがもらえます。
詳しくはアズリからご確認ください。

11月1日(水)~
令和6年1月31日(水)

AppStore Playストア
ダウンロードは
こちらから

問い合わせ 保健福祉課(子育て支援室)
TEL 06-6930-9068 FAX 050-3535-8688

城東図書館
おすすめ

新刊よんでみて

かささして
三浦太郎

さくノエ:三浦 太郎 出版社:童心社
2023年5月発行 18x18cm 24ページ

雨がぽつぽつふってきました。小さなすの
子も、かぼちゃのかあさん、桃のねえさん
も、おうちの兄弟もぽつぽつと、かきかき、急いで
帰ります。リズムにのった言葉の繰り返し
と、鮮やかな色の野菜たちの表情が楽しい
絵本です。トマトの親子は1本のかさで、どう
やって帰るかな?それぞれの野菜と、かきの
色の取り合わせにも秘密がありますよ。

子づれDEどうぞ

子育て世代の強い味方!
冷凍食品屋から雑貨まで24時間販売してるお店

スーパーには無い
選りすぐりの冷凍食
品が購入できる冷食
屋。券売機で料金を
支払う無人販売で、
子連れでも気軽に
ゆっくりお買い物が
できます。もちろん
ベビーカーごとの入
店も可能。また、子
ども用の水筒やお弁当箱、おもちゃ、日用雑貨など、
様々な商品を取り扱っています。夕食にあと1品欲しい、
洗濯用洗剤が急ぎで欲しいなど、24時間
営業で日頃の家事の手
助けになるお店です。

冷食屋
城東区関目2丁目9-30 080-7205-9663
24時間営業 インスタグラム @reishokuya.sekime

発行 ■■■ 「子育てするなら城東区推進委員会」 06-6930-9068

編集 ■■■ 城東区ドットコム
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、
冷食屋

※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/

ママがつくる、子育て「応援」情報誌

わくわく城東

No.126

令和5年
11月発行

自分を癒して
子どもも笑顔に

子育て中のママは寝不足や疲れからホル
モンバランスが乱れてイライラすることが多
かったり、不安やあせりで悩んだりすること
も。一生のうちで子どもの成長を間近で感
じられる時間は意外と短いもの。その貴重な時
間を楽しむためのコツを紹介します♪

子育てを楽しむコツ

- 細かいことは気にしない
- ほかの子どもと比べない
- 自分もいっしょに
成長していくもの考える

ちょっと疲れたなあと思ったら

- 自分自身を労わる
- ほかの保護者と
交流して話す
- 家族や行政に相談する

子どもをかわいいと感じて抱きしめることもあれば、
イライラするときもあるのが子育て。頑張りすぎず、
子どもとの時間を楽しみながら過ごしましょう。

最後に・・・子育てで悩んだら、一人で解決しようとせず、気軽に相談してください。

★城東区保健福祉センター
子育て支援室
城東区役所3階 34番窓口
月～金曜 9:00～17:30
☎06-6930-9068

★中央こども相談センター
大阪市中央区森ノ宮
中央1-17-5
月～金曜 9:00～17:30
☎06-4301-3100

★児童虐待ホットライン
(24時間対応年中無休)
まずは一報、なにわっ子
0120-01-7285
子ども虐待防止
オレンジリボン運動

■令和5年11月「城東区絵本読み聞かせ月間」子育てサロン イベント一覧

<諏訪> スッチクラス 11月22日(水)10:30~11:30 絵本を楽しもう!大型絵本の読み聞かせ

<中浜> にこにこクラス 11月9日(木)10:00~11:30 絵本の読み聞かせ・絵本貸し出し

<森之宮> トトロキッズ 11月2日(木)・16日(木)10:00~11:30 絵本貸し出し

<東中浜> すくすく 11月9日(木)10:30~11:30 絵本を楽しもう(出前講座)

<城東> スキップ 11月14日(火)10:30~11:30 絵本を楽しもう(出前講座)

<嶋野> 元気クラス 11月9日(木)10:30~12:00 絵本貸し出し

<聖賢> 聖賢キッズ 11月7日(火)10:30~11:30 絵本を楽しもう、絵本貸し出し

<今福> わくわく 11月17日(金)10:30~11:30 絵本の読み聞かせ・絵本貸し出し

<放出> すまいるKID'S 11月17日(金)10:00~12:00 絵本貸し出し

<鯉江> このゆびとまれ 11月2日(木)・16日(木)10:30~11:30 絵本貸し出し

<鯉江東> ジャンボクラス ①11月10日(金)10:30~11:30 ②11月24日(金)10:30~11:30 ①絵本を楽しもう(出前講座) ②絵本貸し出し

<関目> わんぱく356 11月10日(金)・24日(金)10:30~11:30 絵本の読み聞かせと絵本貸し出し

<関目東> わんぱく124 ①11月9日(木)10:30~11:30 ②11月25日(土)10:30~11:30 ①絵本のひろば・牛乳パックで手作り絵本 ②絵本貸し出し

<董> すみれクラス 11月16日(木)10:30~12:00 大型絵本の読み聞かせ・絵本貸し出し

<榎並> 榎並ぼっぼ会 11月7日(火)10:30~11:30 絵本を楽しもう(出前講座)

<成育> 成育チルドレン 11月24日(金)10:30~11:30 絵本と手遊び(出前講座)

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 FAX.050-3535-8688

令和5年

11月イベントカレンダー

お休み 絵本読み聞かせ月間イベント
◆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の開催や詳細については、
変更や中止になる場合もあります。参加される際はご確認ください。

来月のイベント予告★ クレオ大阪東 TEL.06-6965-1200

第12回 はぴマルクレオ

女性クリエイターによる、オリジナル コーヒーの焙煎体験、
ハンドメイド雑貨等の販売や スイーツの販売なども
ワークショップ・体験などのマルシェです。 あります！

日時 12月2日(土) 10:00~16:00
場所 クレオ大阪東 対象 どなたでも
費用 入場無料(参加費・材料費等要)
問合せ クレオ大阪東 (大阪市立男女共同参画センター東淀橋)
城東区鶴野西2-1-21 TEL.06-6965-1200
FAX.06-6965-1500 クレオのホームページはこちら

来月のイベント予告★ 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さんによる
紙芝居と昔語り♪みんなで来てね! 参加無料!

日時 12月16日(土) 14:00~14:30
場所 城東図書館 多目的室 定員 24名
申込 11月18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

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「運動と子どもの発達」です。

日時 11月22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 就学前の乳幼児と保護者
定員 10名(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

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/10:00~11:30/中浜憩の家
森之宮 トロキッズ 第1・3水曜/10:00~11:30/森之宮第一団地3号棟集会所
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木曜/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
鯉江 このゆびとまれ 第1・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 第2・4木曜/10:30~11:30/関目東老人憩の家
壱 すみれクラブ 第1・3木曜/10:30~12:00/すみれ会館
榎並 榎並ばっば会 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

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	水	自由遊び	毎週木曜12:30~14:00は あかちゃんデー(対象年齢0才)です。	◆おやつ講座 10:15~11:30	◆ブックスタート10:30~ だっこの絵本11:00~	月~金曜 10:00~15:00 通常利用は予約不要 ホームページ			◆子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着5名)	◆親子で育む歯と口の話 10:30~11:30 定員6組	水曜おたのしみ会 14:30~15:00(当日先着20名)
2	木	身長・体重測定 9:00~12:00・13:00~17:00	◆ブックスタート 10:00~10:30 あかちゃんデー12:30~14:00	1歳ひろば(午前)	◆バスオトル・引換券を 持参してください		◆みんなで一緒にランチタイム 12:00~13:00 10/26~受付	◆ヨガひろば10:30~ (6組)10/23~受付 ※11:30~ 通常通り		◆火~土曜 10:00~15:00 通常利用は予約不要 Instagram	◆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
3	金		9:00~14:00 通常利用は 予約なしで利用可能	絵本の読み聞かせと手遊び 11月1日(水)~30日(木) 11:40~15:40 ※子育て講座の日実施なし			10:00~15:00 予約なしで利用可能 (一週間前より受付開始) ※定員を超える場合は お断りする場合もあります。 ※ひよこちゃんとはハイハイまでの ねんねの赤ちゃんが対象です。	月~金曜 10:00~15:00 イベントのみ要予約 Instagram		◆絵本で遊ぼう 10:30~11:30 定員5組	◆秋のごとも会 14:00~15:00 10/7~受付
4	土	自由遊び				火~日曜 入替制 午前9:30~12:00 午後13:00~16:30 ホームページ					
5	日	◆おもちゃ病院 13:30~15:30 おもちゃ病院の ホームページをご覧ください		11/5(日)がばはお休み。 あそぼう会(今福保育園バザー) 10:00~※予約不要	予約不要・人数制限なし 9:30~12:00 13:30~16:00 引き続き、来館時のお断り ●来館前の自宅検温 ●入館時の手洗い・消毒						
6	月						0歳あつまれ~♪ (終日)	◆ひよこちゃん身体測定 11:00~11:30 ◆身体測定14:00~14:30			
7	火	自由遊び (10/25~11/1 受付(各10組))	◆庭園あそび 9:30~11:00 15組(雨天中止)	◆ブックスタート 10:15~10:45			1歳あつまれ~♪ (終日)	◆お誕生日会(10・11月生) 午前・午後 10/23~受付	◆育児相談 13:30~14:30		0歳じかん&プレ親
8	水	◆ベビーマッサージ10:00~ ◆キッズリミックス10:45~	◆製作あそび 10:00~11:00 6組	◆子育て講座~絵本あそび~ ◆絵本の読み聞かせ15:00~	絵本の展示 ◆「絵本の読み聞かせ」 と手遊び10:00~10:30		2歳あつまれ~♪ (午前)			10:00~15:00 助産師相談もできます	
9	木	自由遊び 9:00~12:00 13:00~17:00 ホームページ	あかちゃんデー12:30~14:00 ◆離乳食相談会 13:30~14:00 7組	1歳ひろば(午前)				◆みんなで一緒にランチタイム 12:00~13:00 11/2~受付	◆子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着5名)		くるくるマーケット 13:00~14:45
10	金			0歳ひろば(午後)		◆ブックスタート 10:30~11:00(8組)	◆絵本と仲良し 10:30~13:30 11/2~受付	◆ねんねの赤ちゃん 13:00~15:00 ※10:00~通常通り			
11	土	ファミサポ学習会のため 午前中の自由あそびは できません。					◆パパの日			◆ブックスタート 13:30~14:00 定員5組	えほんのひろば 10:30~11:00(当日先着20名)
12	日	スタッフおすめの絵本展示 11月1日(水)~15日(水) 9:00~12:00 13:00~17:00 1F7F7Fにコーナー設置		来月のイベント予告 12月6日・13日・20日(水) ◆1歳親子教室(3回連続) 定員10組・11/13~17受付 ※申込多数の場合は抽選		バスオトル持参 生後3ヶ月~12ヶ月の赤ちゃん対象					
13	月							◆ねんねの赤ちゃん 13:00~15:00 ※10:00~通常通り	◆育児相談 13:00~14:00	◆産後のスッキリヨガ 13:30~14:15 定員6組	
14	火	自由遊び	◆身体測定(1才未満) 9:30~11:00	0歳ひろば(午前)	◆親子ヨガ 10:00~10:30		◆ブックスタート 10:30~11:00	◆「おはなし列車」大型絵本・手遊び 午前1歳以上・午後1歳未満 10/23~受付		◆助産師相談10:00~15:00 (発育相談・体重測定など)	水曜おたのしみ会 14:30~15:00(当日先着20名)
15	水		◆ホールあそび 9:30~11:00 15組	◆子育て講座~知っておこう 冬の感染症対策~10:15~11:30	◆リトミック ①10:00~10:30 ②10:30~11:00		◆大内先生の育児相談会 13:00~15:00 11/8~受付	◆子育てママのためのアロマケア 10:30~12:00(先着5名)	◆歌おう遊ぼう 10:30~11:15 定員6組		
16	木	おたんじょう記念 てがたスタンプ 9:00~12:00・13:00~17:00	避難訓練10:00~10:30 あかちゃんデー12:30~14:00	1歳ひろば(午前)	◆イベント利用 電話予約 先着10組 <利用方法> ●毎月1回行イベントの 予約は、1つに限ります。 ●2つ以上予約したい場合は キャンセル待ちとなります。 ●イベント(子育て相談は除く) がある場合は、通常の 利用予約ができません。	◆ママさんストレッチ 10:30~11:00 11/9~受付(5組)	◆みんなで一緒にランチタイム 12:00~13:00 11/9~受付	◆ブックスタート10:30~11:00(8組) ねんねの赤ちゃん11:00~13:00 ※13:00~15:00通常通り	◆絵本でチャチャチャ 13:30~14:00		
17	金	◆親子たいそう 10:30~11:30 11/2~10受付(10組)		0歳ひろば(午後)	◆身体測定 午後から看護士来所			◆パパPaku Day(ママと子ども のみでOK) 10:00~15:00			
18	土										
19	日										
20	月						◆ひよこちゃん ベビー マッサージ 11/13~受付	◆ねんねの赤ちゃん 13:00~15:00 ※10:00~通常通り			
21	火	自由遊び 午前中の自由あそび はできません。	◆身体測定(1才以上) 9:30~11:00	0歳ひろば(午前)		11月生まれの誕生児の 参加をお待ちしています!	10:30~11:30	◆英語であそぼう 10:30~(1歳以上優先) 11/6~受付 ※11:30~通常通り	◆産後ヨガトレ 10:30~(先着5名) ◆まんまのお話し 14:00~15:00		
22	水	◆ブックスタート 10:00~10:30 前日までに予約(定員10組)	◆絵本であそぼう 10:30~11:00(1才以上) 13:00~13:30(1才未満) 各7組	看護師来館(午前) 身体測定・健康相談	◆誕生会 ~前日まで受付			◆親子製作(びっくり箱) ①午前 ②午後 11/6~受付		◆★産前産後ケア 午前4名・午後4名(1人20分)	
23	木					通常の利用可能					
24	金	自由遊び ◆離乳食や偏食・ 子どもの食について 10:30~11:00 11/10~17受付(15組)	◆クラフト① 9:30~11:00 5組	0歳ひろば(午後)	子育て相談 10:00~12:00【予約優先】		貼って~♪塗って~♪ 壁面制作の日(先着10名)	◆子育てママのための アロマケア10:30~12:00 ◆ママと子どもが元気になる栄養のお話し		10:00~15:00 助産師相談もできます	
25	土	3階開放DAY 9:30~11:30			◆親子体操 10:00~1歳以上 10:20~1歳未満				10:30~		0歳じかん&プレ親 10:00~12:00 ※7Fは要事前連絡
26	日	兄弟や姉妹など ファミリーで遊べる 時間をつくりました♪ 子どものみの利用 はできません。									
27	月		◆クラフト② 9:30~11:00 5組			絵本の読み聞かせ会 ①10:30~11:00(1歳以上)6組 ②13:30~14:00(1歳未満)6組	◆お楽しみの日 手型・足型アート「だるまさんで年賀状」 ※10:30~11:00はひよこちゃん	ひろばランド ねんねの赤ちゃん 13:00~ 15:00 ※27日 10:00~通常通り	◆育児相談 13:30~14:30		
28	火	自由遊び	◆庭園あそび 9:30~11:00 15組(雨天中止)	0歳ひろば(午前)		①城東絵本の会 ②絵本の読み聞かせ ふれあい遊びなど 11/13~受付	◆双子ちゃん交流の日 10:00~12:00		◆歌であそぼう 10:30~11:30(先着5名)	◆助産師相談10:00~15:00 (発育相談・体重測定など)	えほんでいっしょ(HA) 10:30~11:00(当日先着10組)
29	水	◆ハイハイレース 10:30~11:15 11/15~22受付(15組)	◆はじめてのお誕生会 (11月生まれ)~11/20受付 10:00~11:00 5組						◆ブックスタート13:30~14:00 ◆絵本でチャチャチャ	◆発達相談・家族相談 ①13:00 ②14:00 定員2名	
30	木		あかちゃんデー 12:30~14:00	1歳ひろば(午前)			◆みんなで一緒にランチタイム 12:00~13:00 11/22~受付				