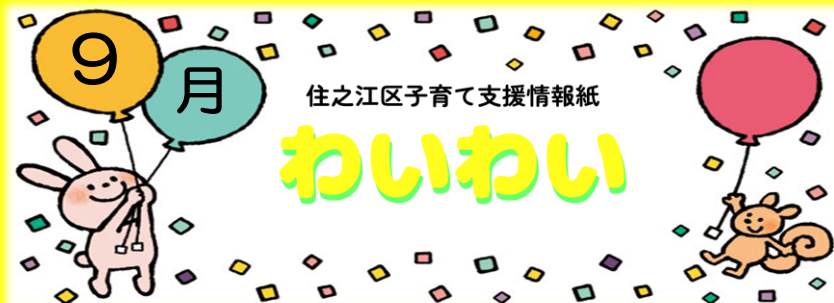




地域で子育てを応援しています

わいわいは子育て支援室のHPからご覧いただけます。⇒



発行：住之江区役所 子育て支援室
 住所：大阪市住之江区御崎3丁目1-17
 電話：6682-9878
 編集：住之江区子ども・子育てプラザ

脳も心も育つ！こどもの生活リズムを整えよう！！

生活リズムを整える上での「いいこと」を紹介します。



3つのいいこと

1.睡眠

早寝早起きは
いいことがいっぱい♪

- ①夜、寝ている間に成長ホルモンが活発に分泌されます。
- ②朝の光を浴びると、体内リズムが整います。
- ③眠ることで心と身体が休みます。また脳と身体の発達を促す役割をもっています。

※寝る直前には運動・携帯電話・テレビ・ゲームなどは控えましょう。
 (目が覚めて眠れなくなります)
 ※電気を消して寝やすい環境作りをしましょう。

いいこと1.
「成長を促す」
脳が育つ

2.遊び

身体を使って
思いっきり遊ぼう♪

- ①お腹がすくリズムが出来て、おいしくごはんを食べることが出来ます。
 - ②疲れて夜ぐっすり眠る事ができます。
 - ③身体を使って遊ぶことで、運動機能が高まります。
- ※親子でのふれあい遊びも、全身運動だけでなく心の安定にもつながります。

いいこと2.
「心と身体」が育つ

3.食事

よく噛んで、
おいしく食べよう♪

- ①朝ごはんは、大切なエネルギー源です。ごはんを食べる習慣作りをしましょう。
- ②よく噛んで食べることで、脳の働きが活発になり、集中力や記憶力につながります。
- ③体温があがり免疫力が高まります。
- ④腸の動きも活発になり、便通を促します。



※子どもは身近な大人からの援助を受けながら、食べることを楽しみ、食の体験を積み重ねます。

子育て支援室

住之江区『子育て支援室』は、18歳未満のお子さんご家族を応援しています！！



子育ての悩みや不安はありませんか？

子育てに疲れたとき、不安なとき・・・

子育てがしんどい・・・

1人で悩まないで、まずは「子育て支援室」に相談してみませんか？
 子育てに関するいろいろな相談をお受けしています。

言葉がおどいかも・・・

聞いてくれる人がいない・・・

ご飯を食べない・・・

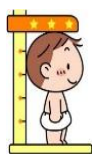
保健師・保育士・家庭児童相談員（児童福祉などの知識や相談経験のある職員）
 こどもサポート推進員など、子育てや福祉のことに詳しい職員がいます。
 虐待・ヤングケアラー・配偶者からの暴力などの相談・情報提供もお寄せください。
 ＊相談内容やプライバシーは固く守ります。

イライラしてしまう・・・

まずは
お電話ください。

【問合せ】
 住之江区保健福祉センター(区役所内)
 子育て支援室(1階3番窓口)

＊月曜日～金曜日
 (年末年始・祝日を除く)
 ＊午前9時～午後5時30分
 06-6682-9878
 06-6682-9880

妊娠中の方や親子のための
つどいの場

育児相談、栄養相談、
 子どもの身長・体重
 測定ができます。

予約不要

赤ちゃん交流会

対象

生後1～3か月のお子さんと保護者
 9月14日(月)
 13:30～15:00
 住之江区保健福祉センター分館2階
 浜口東3-5-16

ニュージ★らんど

隔月(偶数月)で実施

今回は10月5日(月)
 13:30～15:00
 新北島会館(ドラッグストア横)
 新北島5-3-33

南港・よつばランド

隔月(奇数月)で実施

9月16日(水)
 10:30～11:45
 南港管理センタービル
 南港中2-1-99



【問合せ】住之江区保健福祉センター(区役所内) 地域保健活動(3階31番窓口) 電話6682-9968

住之江区HP
子育て支援室

その他の情報発信として

◆住之江区役所公式フェイスブック、エックス・・・子育てサロン開催状況等を随時紹介。
 ◆住之江区役所HP「子育て支援室」
 子育て支援情報誌「わいわい」、各地域の子育てサロン情報、
 住之江区広報紙「さざんか」に掲載中の「わくわく子育て」等子育て情報の総合窓口です。
 「子育てマップ」もHPに掲載していますので、是非、ご活用ください。
 ※わいわいの掲載内容で変更がある場合は、HP、フェイスブック、エックスに掲載しています※

住之江区役所公式
フェイスブック住之江区役所公式
エックス

《つどいの広場・子育て支援センター》

乳幼児親子が安心してあそべる場所で、保護者の方が気軽に集まって楽しくお喋りをしたり、不安や悩みを相談しあえる場所です。

◇住之江区には下記6ヵ所(★マーク)あります。



住之江区子ども・子育てプラザ ★ あそびに来てね★

年齢の違う子どもたちや保護者同士が、あそびを通して楽しく交流ができる場所です☆ 子育てに関するご相談や情報提供も行っています。お気軽にお越しください!

住之江区子ども・子育てプラザ ★

<つどいの広場>

0歳から就学前の乳幼児と保護者
火～土曜日 9:30～14:30

☆お楽しみタイムとして11:15～と14:15～の2回、手遊びやふれあい遊びなどを10分程度しています。



<赤ちゃんルーム>

年齢で区切らず、歩けるまでの乳幼児と保護者
火～日曜日 9:30～16:45

<ほっこりルーム> 授乳・おむつ交換ができる部屋です。

乳幼児と保護者(男性・きょうだい可)
火～土曜日 9:30～15:00



<<9月の予定>>

★予約が不要な講座

- ・3日(木) 絵本の読み聞かせ 10:30～11:00
- ・9日(水) 親子リズム遊び 10:00～10:45
- ・19日(土) すくすく成長測定 & 子育て何でも相談(相談は先着8組) 10:15～11:15(受付は11:00まで)
- ・30日(水) 「サーキットあそびをしよう!」 9:30～14:00(つどい内・自由参加)

★予約が必要な講座...受付8/12(水)9:30～電話または来館にて

- ・16日(水) ブックスタート 10:30～11:00 8組 ※随時電話受付 ※Web申込OK
- ・18日(金) ふれあい遊び 10:00～10:45 8組 ※初回優先

◆詳細等は、ホームページをご覧くださいか、電話にてお気軽にお問い合わせください。

住之江区子ども・子育てプラザ 浜西3-4-22
電話 6674-5405
<https://osaka-kosodate-suminoe.net>



つどいの広場 みさき

	9:00～12:00	13:00～15:00
月	○	○
火	○	赤ちゃんひろば
水	○	○
木	○	赤ちゃんひろば
金	○	○

○印 <あそびのひろば>
概ね3歳未満の子どもと保護者
<赤ちゃんひろば>
1歳未満の子どもと保護者
※親子教室・講座がある時は、その時間帯、ひろばはお休みになります。

<<9月の予定>>

- ・2日(水) 保育コンシェルジュ来館 10:00～11:00
- ・3日(木) 食育担当の離乳食講座 13:00～14:30 要予約
- ・11日(金) 絵本の会 11:00～11:30
- ・14・15日(月・火) 身体測定・健康相談(14日は看護師さん来館)
- ・25日(金) ブックスタート 10:00～10:30 要予約

◆『きらりだより☆』もご覧ください。
詳細等はお問い合わせください。



大阪市立御崎保育所内 御崎7-2-4
電話 6685-5180

つどいの広場 北加賀屋

<あそびのひろば>

月～金曜日: 9:00～12:00
13:00～15:00

対象: 概ね3歳未満の子どもと保護者

※講座がある日は、午前の広場はお休みになります。

<<9月の予定>>

- ☆ 3日(木) コンシェルジュ来館 10:00～11:00
- ☆ 7日(月) 身長測定 9:00～11:15 13:00～14:45
- ☆ 14日(月) ブックスタート 13:15～13:45 要予約
- ☆ 15日(火) 絵本読み聞かせ 11:00～11:30
- ☆ 17日(木) 手作り講座 9:30～11:30 要予約

※手作り講座の申込 9月3日(木)～先着8名

◆『クレヨンだより』もご覧ください。
詳細等はお問い合わせください。

大阪市立北加賀屋保育所内 中加賀屋2-17-1
電話 6683-3761

きのみむすび保育園 子育て支援センター

☆子育てについての不安や疑問、悩みなどお持ちの方のご相談をお受けします。お子様と一緒に過ごいただけます。

◎園庭開放・センター内での室内遊び
月曜日～金曜日... 9:30～15:00 随時受付
※必ず電話連絡の上、ご参加ください。

◎絵本の読み聞かせ、手形・足形スタンプ、お誕生日会、赤ちゃん体操、ブックスタート、食の相談会、給食体験、おやつ体験など行っています。
※各イベントは予約制となっております。

◆詳細等は、電話にてお問い合わせください。



きのみむすび保育園 西加賀屋4-4-10
電話 6682-3001

社会福祉法人 済聖幼稚園
認定こども園 ポートタウンこども園

子育て支援事業「陽だまり」

月～金(祝日除く)
9:00～15:00の間で
ご利用頂けます

育児相談いつでも
受付けています
お電話でもどうぞ



身長体重
いつでも測れます

陽だまりInstagramQR↑
イベント情報・毎月20日頃更新

南港中5-3-37
大阪メトロ「中ふ頭駅」徒歩1分
Tel 6613-3055
※お気軽にお問い合わせください
HP <https://www.p-t-n.org>

住の江幼稚園 よちよちうんど

曜日：月・火・木・金・土
(水曜日と日曜日はお休みです。)

時間：9:00～14:00 ※令和7年4月から変更
対象：0歳～3歳の子どもと保護者
場所：住の江幼稚園 子育て支援ルーム

※初回のみ登録させていただきます。(登録は随時受付)

最新情報は
Instagramで！
↓




ご予約はコチラ！
(公式LINE)
↓



◆実施内容等、詳しくはブログをご覧ください。

住の江幼稚園内 南港中4-4-32
電話6613-0800

子育て支援出前講座 にこにこパーク

「ベビードダンス & キッズベビードダンス」

<要申込・無料>

♡親子でふれあい遊びやリズム遊びを楽しみましょう！！

日時：9月17日(木)
10:15～11:00(開場は10:00から)

会場：ATCオズ北館2階 ママのフォレストパーク

対象：大阪市在住の乳幼児とその保護者

申込：8/12(水)～電話およびWebにて受付(先着順15組)

☆終了後、ちょこっと交流会あり(情報共有や手形スタンプ)※自由参加

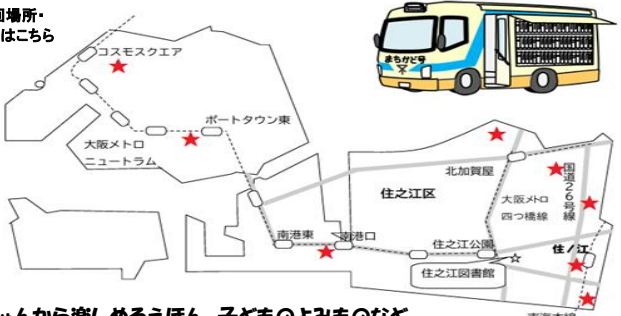
◆申込・お問合せは…住之江区子ども・子育てプラザ(6674-5405)まで
【電話受付時間】 9時30分～17時 火曜日～日曜日(祝日は除く)
<https://osaka-kosodate-suminoe.net>




自動車文庫 まちかど号

自動車文庫まちかど号は月に1回、住之江区内の
8か所を巡回しています。(★の場所が目印)

↑巡回場所・
日時はこちら



赤ちゃんから楽しめるえほん、子どものよみものなど
どなたでも簡単な手続きで本を借りることができます。

<子育てサロン>

地域の方が、子育て中の保護者・妊婦さんを応援しています。

※各子育てサロンの年間予定や詳しい場所など詳しくはこちらから

※お問い合わせは区役所子育て支援室(6682-9878)まで。また、HP内の「わいわい」や「サロン情報」もご覧ください。




サロン情報

	地域	サロン名	場 所	実 施 日 時	内 容
子 育 て サ ロ ン	安立	安立子育てサークル	安立連合福祉会館	9/16(水) 10:00～11:30	自由あそび
	敷津浦	敷津浦子育てサロン	御崎南公園福祉会館	9/10(木) 10:00～11:30	自由あそび
	住之江	子育てルーム ママコム	御崎福祉会館	9/19(土) 10:30～12:00	自由あそび
	住吉川	このゆびとまれ	住吉川文化会館	9/16(水) 10:00～11:30	自由あそび(水あそび)
	加賀屋	加賀屋子育てサロン	北加賀屋東部福祉会館	9/14(月) 10:30～11:30	読み聞かせ ※毎月ごとのイベントはInstagramにてお知らせします。
	加賀屋東	加賀屋東子育てサロン「パンダ」	加賀屋福祉センター	9/2(水) 10:00～11:30	自由あそび
	粉浜	赤ちゃんサークル	粉浜福祉会館	9/14(月) 10:00～11:30	体重測定・育児相談・交流会
		はぐみサークル	粉浜幼稚園	9/18(金) 10:00～11:30	粉浜幼稚園の遊戯室で小さな運動会
	平林	平林子育てサロン	愛染園南港東保育園	9/30(水) 14:00～16:00	休止中 ※愛染園南港東保育園子育て支援事業は実施
	新北島	子育てサロン「すくすく」	新北島会館	9/28(月) 10:00～11:30	お月見
	南港花の町	花の町すくすく広場	花の町福祉会館	9/8(火) 10:30～12:00	親子で英語であそぼう
	南港海の町	子育てサークル海の子クラブ	海の町福祉会館	9/15(火) 10:30～11:30	絵本の読み聞かせ・季節のうた 管理栄養士さんのお話
	南港太陽の町	太陽のびのびサークル	太陽の町福祉会館	9/18(金) 10:30～12:00	自由あそび・缶バッチ
	清江	清江子育てサロン	大阪市立清江小学校 2階清江ホール	9/12(土) 11:00～12:00	自由あそび

9月

《所(園)庭開放・子育て相談》

※内容・詳細等は、各所(園)にお問い合わせください。

公立保育所・私立保育園

	施設名	問合せ・TEL	開催日・相談等
公立	北加賀屋保育所	6681-2673	いっしょにあそぼう 9(水)
	御崎保育所	6685-6693	みんなであそぼう 10(木)
民営 公設 置	浜口保育所	6674-3835	いっしょにあそぼう 9(水)※要予約
	新北島保育所	6683-1251	わくわくひろば 18(金)※要予約
私立	どろんこ保育園	6683-3623 HPから申込み	園庭開放 9(水)※要予約
	安立保育園	6671-8846	わくわくひろば 12(土)※要予約
	えびす保育園	6686-0081	電話での 子育て相談
	きのみむすび保育園	6682-3001	相談随時受付 (要予約)
	やまと保育園	6682-1741 HPまたはお電話でご確認ください	園庭開放 3・10・17・24(木)
	きのみ保育園	6612-2800	相談随時受付 (要予約)
	こすも保育園	6613-0901 HPもご覧ください	水あそび 1(火)

保育園・幼稚園情報

住之江区役所ホームページでは保育園・幼稚園
情報を掲載中。各園の情報をご覧いただけます。

認定こども園

	施設名	問合せ・TEL	開催日・相談等
私立	愛和学園	6681-2026	園庭開放 7・14・28(月)
	みさきようちえん	6681-4756	園庭開放 14(月) 子育てサロン 16(水)
	たかさきこども園	6685-5858	親子のつどい事業 (原則毎週水曜日)
	愛染園南港東保育園	6612-1800 HPもご覧ください。	子育て支援事業 毎週水曜 14~16時
	住の江幼稚園	6613-0800	子育て相談 随時受付
	ポートタウンこども園	6613-2045	子育て相談 園庭開放随時受付
	グレースこども園	6614-1680	子育て支援事業 きしゃぼっぽ(水) 10~11時
	中かがや幼稚園	6685-5525	6か月~2歳 3・9・14・25 2~3歳 16(水)
	南港幼稚園	6613-0900	園庭開放 5(土) ココカフェ 8・29(火)・17(木)
	粉浜学園	6674-5111	園庭開放 第1・第3火曜
	大和幼稚園	6681-1717	園庭開放 16(水)※要予約

幼稚園

	施設名	問合せ・TEL	開催日・相談等
公立	粉浜幼稚園	6671-4414 HPもご覧ください	0歳から 7・14(月)
私立	英明幼稚園 住之江	6681-2169 HPもご覧ください	保育体験※要予約 10(木)・12(土)
	アスール幼稚園	6614-0700	キッズ広場 未就園児 開催日はお問合せください

保育コンシェルジュ



保育園・幼稚園・認定こども園な
どの施設の入所相談や子育てに関
するサービスの利用相談や情報を、
ご家庭のニーズに合わせてご案内
いたします。

【窓 口】区役所保健福祉課
(福祉) 1階3番

【相談日】月曜日~金曜日

【時 間】9:30~12:00
13:00~16:00

※混雑する場合がありますので、
お時間のない方やお子さま連れ
の方は、事前に電話予約のうえ
お越しください。空きがあれば、
当日予約も可能です。

【出張相談】

☆住之江区子ども・子育てプラザ
毎月 第2火曜日
10:00~11:00

☆つどいの広場 みさき
毎月 第1水曜日
10:00~11:00

☆つどいの広場 北加賀屋
毎月 第1木曜日
10:00~11:00

☆よちよちらんど
毎月 第2水曜日
10:00~11:00

☆陽だまり
毎月 第3金曜日
10:00~11:00

☆妊婦教室にも出張しています。

◆お気軽にお問い合わせください。 電話 6682-9857



住之江図書館・9がつのこども向けの催し

『えほんのじかん』4日~25日の各金曜日11:00~11:30

【場所】図書館えほんコーナー

【内容】絵本のよみきかせ・かみしばいなど

『あかちゃんの部屋』9日(水)10:30~11:00

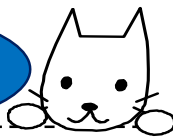
【場所】住之江会館和室(図書館と同じ建物の2階)

【内容】絵本やふれあい遊びなど、あかちゃんがたのしめる会です。

【定員】親子10組(先着順)



まだまだあつしい、
図書館に涼みに来てな~。



開館時間: 火~金曜日 10:00~19:00
土・日・祝日 10:00~17:00

休館日: 17日(木)=毎月第3木曜日
7、14、28日の月曜日

南加賀屋3-1-20 電話 06-6683-2788
(大阪市立図書館HP <https://www.oml.city.osaka.lg.jp>)



急な病気の時・緊急のときは



夜間の子どもの急病時、 病院に行った方がよいかどうか、 判断に迷ったとき	小児救急電話相談 365日(19:00~翌8:00)	プッシュ回線、携帯電話#8000 ダイヤル回線#6765-3650
突然の病気やケガで困ったとき 救急車を呼んだ方がいいか 迷ったとき	救急安心センターおおさか 365日(24時間対応)	プッシュ回線、携帯電話#7119 ダイヤル回線#6582-7119
救急車を呼ぶほどではないが、 適切な医療機関が分からないとき	大阪府救急医療情報センター 365日(24時間対応)	直通 #6693-1199

大阪市ファミリー・サポート・センター事業

ちょっとだけ子どもを預かってほしい!!

*おおむね3か月~10才未満が対象です。

◎「子どもを預けたい方」と「自宅で子どもを預かりたい方」
があらかじめ登録し、ペアリング(顔合わせ)を行い、
必要に応じて子育て支援を行うものです。
保育所(園)のお迎えで困った時、いきいき活動後の預かり、
少しの間だけ預かって欲しい時などに利用できます。

◎子どもさんを預かって頂く提供会員も募集しています。
(おおむね24時間程度の提供会員養成講座を事前に受けて
いただきます。)

◆詳細等、お気軽にお問い合わせください。

ファミリー・サポート・センター住之江支部

TEL(06)6674-5415

<住之江区子ども・子育てプラザ内>