

子育て情報

おひさまサンサン広場

細工谷 11-15

070・5147・2200
(10時～15時)

わらべうたベビーマッサージ

わらべうたに合わせて、ベ
ビーマッサージ
をします。
オイルは使用
せず、服の上から
のベビーマッサージとなります。



日時/11月10日(木)

10時30分～11時30分

対象/生後2ヶ月～1歳半頃

※予防接種後48時間経過
していること

費用/無料
定員/15名(申込先着順)

申込/電話
締切/11月9日(水)
持ち物/バスタオル
備考/当日、お子さんの体調が
すれない場合は参加を
見合わせてください。

天王寺区
子ども子育てプラザ

味原町9-14
6763・3525

2歳からのうんどうかい

たまひれ、かけっこ、親子で一
緒に楽しく汗をかく。

日時/11月11日(金) 13時～14時

(受付は12時30分から)

場所/軽運動室(4階)

対象/2歳以上の幼児と保護者

費用/無料

定員/25名(当日先着順)

持ち物/汗拭きタオル、飲み物

服装/動きやすい服装
など

蓮美幼児学園うえしおナースリー
子育て支援センターきらきら

上汐3-4-9
4305・1152

「絵本」をみなおそう！
言語の基本は音声から

絵本は生きるた
めの知恵、道徳、哲
学を伝えてくれ
る。

日時/11月18日(金)

10時30分～11時30分

対象/0歳～3歳位までの子ど
もと保護者

内容/子育て支援講座

費用/無料

定員/15組(申込先着順)

申込/電話

子育て支援サークル

対象/マタニティママから未就
学児と保護者

目的/情報交換と仲間づくり
時間/10時～11時30分

地域	実施日	場所
天王寺、大江、聖和、 五条、桃丘、生魂、 桃陽、味原	11月はお休みです。	
真田山	11日(金)	東高津公園会館 「ポケット」
	15日(火)	真田山幼稚園 「バンビ」

問 区民生委員児童委員協議会事務局
6774・9943

園庭開放情報(11月実施分)

開催時間や予約方法など、詳しくは各所(園)にお問い合わせください。

対象/未就園児と保護者

施設名	電 話	利用時間	実施日
味原保育所	6762-0150	10:00～11:00	10日(木)「いっしょにあそぼう」
天王寺保育所	6771-0260	10:00～11:00	8日(火)
四天王寺夕陽丘保育園	6772-4497	10:00～11:30	1日(火)、15日(火)、29日(火)
すくすく保育園	6771-2590	10:00～11:00	★16日(火)
たにまちナースリー	6773-4152	9:50～11:00	★8日(火)
日の出さなだやま園	6765-4150	10:00～11:15	15日(火)「みんなあつまれ～!!」
キッズコート天王寺	6776-1312	10:00～11:00	16日(火)
うえしおナースリー	4305-1152	10:30～11:30	15日(火)
天王寺駅前おおぞら保育園	6772-7021	10:00～11:00	★10日(木)
天王寺和み保育園	6775-7531	10:00～10:30	★30日(火)「なごみのじかん」
大江幼稚園	6771-4988	14:00～15:00	10日(火)、17日(火)、24日(火)
生魂幼稚園	6771-9988	10:30～11:30	8日(火)、15日(火)、29日(火) 「ふうちゃんらんど」
味原幼稚園	6762-0503	10:00～11:20	10日(火)、17日(火) 「ももちゃんらんど」
真田山幼稚園	6761-3004	9:30～10:30	8日(火)、29日(火)
真生幼稚園	6771-0153	14:30～15:30	1日(火)、4日(金)、15日(火)、18日(金)、 22日(火)、25日(金)、29日(火)
天王寺幼稚園	6771-0877	10:30～14:00	★2日(火)、★9日(火)、★16日(火)、 ★30日(火)
松ヶ鼻幼稚園	6771-2348	9:45～11:00	9日(火)

※★印は事前予約要 ※開催日や内容は変更になる場合があります。

※施設によっては、初回保険料が掛かる場合があります。

問 保健福祉課(子育て支援室) 6774-9894

広報紙子ども
写真掲載企画

てんのうじキッズ



さくちゃん

お風呂上がりのアイス
に満面の笑み(^^)



かのんちゃん、
ひろとちゃん

弟大好き！ いつまで
も仲良し姉弟でいてね。



そうまちゃん

相棒のももこちゃん
と。大きくなってね！



てんのうじキッズ 随時募集中

笑顔や泣き顔など表情豊かな写真、偶然撮れた決定的瞬間などの写真を区広報紙に掲載しませんか？ たくさんのご応募をお待ちしています。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



問 事業戦略室(広報広報) 6774-9683

うえしおナースリーのレシピ

高野豆腐のそぼろ丼

材料(幼児1人分)

高野豆腐	7g
鶏ひき肉	15g
玉ねぎ(薄切り)	20g
人参(いちょう切り)	10g
しいたけ(薄切り)	10g
葉ねぎ(小口切り)	3g
かつおだし	30ml
砂糖	5g
みりん	5g
しょうゆ	5g
片栗粉+水	適量
米(ご飯)	50g

作り方

- ①高野豆腐は水で戻し、フードプロセッサー等で細かくする。
- ②鍋で鶏ひき肉、人参、玉ねぎの順に炒める。
- ③かつおだしを②に注ぎ、しいたけと①を入れる。砂糖、みりん、しょうゆを入れて味付けをし、葉ねぎを入れて火が通るまで煮る。
- ④火が通ったら水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ご飯を器に盛ってその上に④をかける。



1人分の栄養量
エネルギー：293kcal 食塩相当量：0.9g

保育園より…ポロポロにならないように、とろみをつけて食べやすくしています！

地域ふれあい子育て教室・母親教室・離乳食講習会 無料

これからお母さんになる方が、お友達をつくりながら、安心して出産、育児にのぞめるように、子育て教室などを開催しています。

①地域ふれあい子育て教室「ぷちもてん」 定員/15組(申込先着順)

日 時	場 所	内 容	対 象
12月14日(水) 10:30～11:30	天王寺区役所 2階202会議室	養育者同士の交流、 育児相談など	月齢1～3ヶ月の 乳児と養育者

②母親教室 時間/13:30～15:30 定員/各20名(申込先着順)

	実施日	場 所	内 容	参加の目安
マタニティ 教室①	12月2日(金)	区役所 401会議室	・ママ友をつくろう！ ・先輩ママと交流会	出産予定日が 平成29年4月の妊婦
マタニティ 教室②	12月9日(金)	区役所 401会議室	・これでいい！ママの栄養 ・ママと赤ちゃんの歯の健康 ・妊婦歯科健診	
マタニティ 教室③	平成29年 1月20日(金)	区役所 3階講堂	・お産と母乳について ・妊婦体操 ・沐浴方法の説明	出産予定日が 平成29年4月、5月の妊婦

③離乳食講習会 予約不要

日 時	場 所	内 容	対 象
12月2日(金) 10:00～11:00	保健福祉センター 分館	・離乳食の進め方 ・調理実習	月齢5～7ヶ月の 乳児と養育者

問 ①・②保健福祉課(地域保健活動) 6774-9968 ③保健福祉課(健康推進) 6774-9882

広告募集中

詳しくは、天王寺区ホームページをご覧ください。
<http://www.city.osaka.lg.jp/tennoji/>