

2018年

# 都島区子ども・子育てプラザ

〒534-0027  
大阪市都島区中野町5-15-21  
都島センタービル2F

電話 06-6923-0150

<http://www.osaka-kosodate.net/plaza/miyakojima>

QRコードを携帯で読み取って  
ホームページにアクセス!



# 11 おたより

## つどいの広場 カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
12月号のおたよりは11月1日(木)発行予定です。 ホームページは、随時更新しています。				1 ブックスタート 10:00~10:30	2 ママのための 就活講座 10:00~11:30	3 休館日
4 つどいの広場 おやすみ	5 休館日	6 英語あそび 10:30~11:15	7 マタニティヨガ 10:00~11:30	8	9 保健師さんに 聞いてみよう 10:30~11:30	10 パパクッキング 10:00~12:00 おもちゃ病院 13:00~15:00
11 つどいの広場 おやすみ	12 休館日	13 子育てママの 交流会 10:00~11:30	14 おおきくなったかな (成長記録) ①11:00~11:40 ②13:00~13:40	15	16 栄養士さんに 聞いてみよう 10:30~11:25	17
18 つどいの広場 おやすみ ブックスタート 14:00~14:30	19 休館日	20	21	22 かんたん 親子製作 10:30~11:15	23 休館日	24
25 つどいの広場 おやすみ	26 休館日	27	28	29	30 誕生会 11:45~12:00	

### 先着 マタニティヨガ

7日(水) 10:00~11:30

対象：安定期かつ医師から許可のある方  
 定員：10組(先着順)  
 講師：ヨガインストラクター Naokoさん  
 持ち物：母子手帳・緊急時の為、かかりつけの  
 産科の診察券・大きなバスタオル  
 汗拭きタオル・水分補給(お茶など)  
 受付：10/10(水) 9時~  
 おなかの中にいる赤ちゃんとお母さんのために、  
 一緒に体をゆっくり動かして、心と体をほぐし  
 ましょう。  
 ※動きやすい服装でお越しください※

### 先着 子育てママの交流会

13日(火) 10:00~11:30

対象：お子さんがいる保護者  
 定員：10組(先着順)  
 講師：社会福祉法人みおつくし福祉会  
 長柄保育園 園長 大水千佳さん  
 受付：10/16(火) 9時~  
 子育てについて普段から心配に思っていること  
 や不安なこと些細なことを保育士の先生を交え  
 て、この機会にゆっくり話してみませんか。最  
 後はお子さんも一緒に楽しく遊びましょう。  
 ※一時保育あり(生後6ヵ月以上で首のすわって  
 いるお子さんに限ります)※

## 先着 フックスタート

1日(木) 10:00~10:30  
18日(日) 14:00~14:30

あかちゃんと一緒に絵本を読み絵本に触れ合ひましょう。※3ヵ月健診でもらった引換券(黄色い紙)を持ってきてください。

受付: 随時受付

【木曜日: 先着15組】 【日曜日: 先着8組】

## 抽選 英語あそび

6日(火) 10:30~11:15

対象: 伝い歩きまでのお子さんとその保護者

定員: 13組

講師: 横地優子さん

体を動かしながら英語に触れ合ひましょう。家に帰ってから英語を楽しんでね。

受付: 10/9(火) 9時~10/27(土) 17時30分まで

抽選日: 10/30(火)

## 保健師さんに聞いてみよう

9日(金) 10:30~11:30

保健福祉センター分館の保健師さんから「感染症予防について」を15分程度お話いただき、その後個別相談にも応じてくださいます。※お話終了後、質問がある方に番号札をお渡しします※

## おおきくなったかな (成長記録)

14日(水) ①11:00~11:40  
②13:00~13:40

上記の時間に身長計と体重計を設置しています。記録を記入できるカードもありますのでお子さんの成長を残していきましょう。

## かんたん親子製作

22日(木) 10:30~11:15

つどいの広場内で自由参加型の親子製作を行います!今回は、「くるくるたこコプター」を作ります。みんなでおしゃべりしながら楽しく作りましょう。ぜひご参加くださいね!※材料がなくなり次第終了になります※

くるくるたこコプターとは、ひもを持って走るとくるくる回るおもちゃです。



## 先着 ママのための就活講座

2日(金) 10:00~11:30

対象: 子育て中の方で就職活動を考え中の方、もしくは就職活動中の方、将来的に子どもが大きくなったら働こうかなと考えている方

定員: 10組(先着順)

講師: OSAKAしごとフィールド 職員さん

今回のテーマは、『仕事と育児両立セミナー』

「子育てと仕事をエンジョイするために、私に必要なものはOO!!」子育てと仕事をエンジョイするために、私に必要なものは何?グループワークを通して素朴な疑問をスッキリさせましょう!パパを味方にする方法も伝授します。(受講の際はOSAKAしごとフィールドに登録する事が条件となります)

※一時保育あり(生後6ヵ月以上で首のすわっているお子さんに限ります)※

受付: 10/5(金) 9時~

## 先着 パパクッキング

10日(土) 10:00~12:00

対象: 子育て中の保護者

定員: 10組(先着)

講師: 旭・西淀川子育て支援センター 調理員さん

材料代: 300円

(申し込み後1週間以内に材料費をお支払いください)

持ち物: エプロン、三角巾、お茶

今回のメニューは、①えびと季節野菜のクリームスパゲティ ②レモンラスク ③トマトスープ です。

※一時保育あり(生後6ヵ月以上で首がすわっているお子さんに限ります)※

受付: 10/13(土) 9時~

## 栄養士さんに聞いてみよう

16日(金) 10:30~11:25

奇数月に保健福祉センター分館の栄養士さんがプラザへやってきます。食生活に関する事を個別に相談できます。11:25~約5分程度タメになるお話を聞けます。※当日受付をした後、番号札をお配りします。相談希望の方は職員までお申し付けください※

## 誕生会

30日(金) 11:45~12:00

11:30までに来館した今月生まれのお友達に手形を押ししたバースデーカードをプレゼントします。参加者全員でハッピーバースデーの歌を歌い、つどいの広場の皆さんでお祝いしましょう。