



# わいわいねっと新聞

2022年  
Vol.212  
1月号

子育てのことならっ！

”わいわいねっと新聞“で検索♪

発行：中央子育てわいわいねっと事務局 06-6213-2171 (中央区子ども・子育てプラザ内)  
発行人：中央子育てわいわいねっと【代表 岸田 香織】 <http://www.osaka-kosodate.net/plaza/chou/>



※新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴い、中止となる場合があります。  
※サークルの中止・変更・実施内容などの対応につきましては、各サークルに直接お問い合わせください。

## ① サークルちゅーりっぷ

◆1月25日(火) 10時~12時  
◆旧金甌会館にて

保育士さんがきてくれます♪



12月21日(火)

①10:20~10:50 ②11:00~11:30

各回8組 ※要予約

【内容】ミニクリスマス  
サンタさんが来るかな?

電話予約 090-1897-3530 (岸田まで)

中央区瓦屋町 2-12-4 (旧金甌会館)  
TEL090-1897-3530

## ② サークルひまわり

◆1月11日(火)  
10時30分~11時30分  
◆たまつくり会館 2階  
◆0歳~未就園の乳幼児とその保護者

保健師さんに来ていただきます

※事前予約制

詳細はLINEよりお知らせします。  
QRコードまたは【578xiuu】から  
LINE公式アカウントを友だち追加し  
てください。



中央区玉造 1-11-13 (たまつくり会館)  
TEL090-9861-7296

## ③ スクラップブックング ぽっぴ

◆1月21日(金) 10時~12時  
◆たなかキッズクラブ (田中小児科 南隣)  
◆A4 フレーム作り (フレーム別) 500円  
アルバム台紙 1000円  
※持ち物: 写真 5~10枚  
たのしくかわいいアルバムを作りましょう!



中央区谷町 6-14-23 (たなかキッズクラブ内)  
TEL080-6103-7974

## ④ 多胎ママサークル

【おひさまの会】



◆1月7日(金) 10時~12時  
◆たなかキッズクラブ 定員3組  
◆0歳~双子ちゃん・三つ子ちゃん  
その保護者、多胎児妊婦さんもどうぞ  
◆事前予約制

下記連絡先へメールで予約をお願いします。

Ohisamanokai.osaka@gmail.com

中央区谷町 6-14-23 (たなかキッズクラブ内)  
TEL090-8852-3129

## ⑤ 親と子の育ち愛教室

【おかあさんの安らぎの場】



1月はお休みです。

中央区糸屋町 2-2-16 (中大江校下センター)  
TEL06-6910-7986

## ⑥ 東平地域子育て支援

ひよ子クラブ



◆毎月第3土曜日  
10時~11時30分  
◆東平会館 2階  
◆参加費として1家族 200円

1月はお休みです。

東平地域子育て支援委員会  
中央区上本町西 5-1-38 (東平会館2階)  
TEL06-6762-4588

## ⑦ 高津地域子育て支援

ここにこパーク

◆1月はお休みです。  
12月13日(月)  
10時~11時30分  
0歳~未就園の乳幼児とその保護者

★おうち防災の防災士さんが  
きてくれます!

※事前予約制  
※参加の仕方により申込方法が異なります。

①ドームこうつ参加 8組 (電話)  
②Zoomでの参加 10組 (メール)

※Zoomで参加を希望の方は下記メール宛  
てに【氏名・住所・電話番号】をお知らせ  
ください。

ドームこうつ  
中央区高津 3-13-30 (阪神高速高架下)  
電話: 06-6643-4402  
メール: kouz.nikoniko.park@gmail.com

## ⑧ 桃園地域子育て支援

たにまちっ子

~ママがホッとする安らぎの場・交流~

◆1月18日(火)  
10時~11時30分  
◆桃園会館 2階  
※参加費として1家族 100円

中央区谷町 6-5-30 (桃園会館)  
TEL06-6762-5599

## ⑨ キューピークラブ

◆1月20日(木)  
10時~11時30分  
◆桃谷会館 1階  
(保険代含む)  
※参加費として1家族 100円  
(保険代含む)

中央区上本町西 2-5-25  
(桃谷会館)  
TEL06-4304-2266

## ⑩ 南船場子育て応援団

~南船場に住んでいるパパ&ママ集まれ!~

◆毎月第3木曜日  
10時30分~12時  
◆渥美・芦池地域にお住まいの  
0歳~未就園の乳幼児とその保護者

1月はお休みです。

junko.n.n.11-30.lovely.toshi@docomo.ne.jp  
渥美地域...南船場 1丁目・2丁目 5番~8番  
芦池地域...南船場 2丁目 9番~12番・3丁目・4丁目  
中央区南船場 3-7-12 (南船場会館)  
FAX 06-6241-1009

## ⑪ 南大江地域子育て応援団

◆1月12日(水)  
10時~11時20分  
◆未就園児とその保護者  
◆銅座幼稚園  
※事前予約制 定員 25組  
連絡先 06-6762-1172  
(銅座幼稚園)  
※保険料 130円をご用意ください。(当日~2022年3月末)  
中止になる場合もありますので、  
銅座幼稚園のホームページをご確認ください。  
※12月15日も同内容で開催予定です。

## ⑫ 集英地域子育て 応援団

◆1月はお休みです。  
◆毎月第3金曜日  
10時~11時30分  
◆0歳~未就園の乳幼児とその保護者  
◆事前申込制  
※開催できる状況になれば掲示してお知らせします。  
集英地域子育て応援団  
06-4964-2466  
(午前9時30分~午後5時)  
中央区本町 1-4-5  
大阪産業創造館 15階

## ⑬ チャリティバザーサークル にじいろ

中央区を中心とした子育て環境の  
支援・全国の被災地支援の為、チャ  
リティバザーを開催しています。

※新型コロナウイルス感染症拡大  
防止のため、チャリティバザーは  
当面中止といたします。ご了承く  
ださいませ。

最新情報は  
Instagram(nijiro\_bazaar)  
にて発信いたします。

## ⑭ 出逢いの空間 ☆リトルたにまち☆

子育て中の保護者、未就園児の方が出逢える!!  
どなたでも自由に遊んで頂ける場です。

◆毎週金曜日  
13時30分~15時30分  
◆たにまちこどもクリニック内  
(中央区内久宝寺町 3-1-9)  
TEL 06-6946-3715  
◆定員 3組 (事前予約制)

※ご予約は右記 QRコード  
公式インスタグラムよ  
り随時受付可能です。



15



中央区常盤町 1-4-9 竹宏ビル 104  
Tel.06-6755-4704

### 16 U-me-cafe

つどいの広場 ウーミーカフェ

開館時間：10:00～15:00  
開館曜日：祝日除く月火水金土  
3歳未満のお子さんと、その保護者が  
気軽に遊びに来ることができる広場です。

#### 【1月のイベント】

- 15(土) 親子ヨガ 19(水)ブックスタート
- 21(金) アサーティブコミュニケーション
- 25(火) アロマ香るハンドクリームづくり
- 26(水) アフターパースプラン

ご予約・お問合せは公式LINEから  
中央区天満橋京町 1-1  
京阪シティモール 2F  
TEL：06-6360-4616



17

大阪市つどいの広場

### たなかキッズクラブ

0歳～未就学児とその保護者を対象に子どもと一緒に笑顔の時間をつくる広場です。  
密集・密接を避け、より安心して多くの方々にご利用いただくため、時間、人数を設定しました。

- ◆月・火・水・木・土  
(金曜・日曜・祝日・年末年始は休館です)  
9時30分～14時30分
- ◆予約制  
前日から電話で予約できます  
(9時～15時) ※前日が休館日の場合は休館日の前日
- ◆時間帯  
① 9時30分～11時15分  
② 11時30分～13時00分  
③ 13時15分～14時30分  
各コース6組(12人程度)  
※当日、空きがあればご利用できます。  
入口に利用可能な人数を掲示しています。  
★保健師相談  
★医療相談を行っています。  
日時は広場内に掲示しています。  
詳しくは電話でお問合せください。



※年末年始の休み  
12/29(水)～1/3(月)

中央区谷町 6-14-23 (1階)  
Tel.090-5369-9209

18

### 中央区保健福祉センター

中央区保健福祉センターでは、育児相談も  
行っております。お気軽にご相談ください。

#### ◆BCG接種(保健福祉センターでの集団接種)

1月27日(木)  
13時30分～14時30分

○令和3年10月1日からBCGの予防接種  
が委託医療機関(個別接種)でも受けられます。  
○集団接種あるいは個別接種のどちらかをお選  
びください。

#### ◆フレッシュママの集い

(対象：2～3か月児)  
予約制 先着15組

1月11日(火)  
14時00分～15時00分  
申込期間：1月4日～1月7日

#### ◆ゆめまるっこ

(対象：4～8か月児)  
予約制 先着10組  
1月の実施はありません。

中央区久太郎町 1-2-27  
Tel.06-6267-9968



19

### 中央子育て支援センター 「さくらんぼひろば」



概ね3歳未満までの子どもと  
保護者が自由にあそべるひろばです。

現在、感染予防対策のために時間、人数を  
設定し、事前申込み制を実施しています。  
初回利用の方は、来館希望の1週間前  
までに電話での事前申込みをお願いし  
ます。

<利用時間枠>各回入替制  
定員：こども10人

- ① 9:15～10:30
- ② 10:45～12:00
- ③ 13:15～14:30
- ④ 14:45～16:00

#### ◆12か月未満の赤ちゃんひろばの時間枠◆

(火)(金)③・④ / (水)①・②  
※詳しくは、電話でお問い合わせください。

子育て相談…随時実施(電話相談可)  
(月)～(金)10:00～15:00

中央区農人橋 1-1-2  
(大阪市立南大江保育所3階)  
TEL/FAX06-6920-0280

20

### 島之内図書館

【開館時間】  
火曜日～金曜日(第3木曜日は休館)  
午前10時～午後7時  
②13時～12時  
土曜日、日曜日、祝・休日  
午前10時～午後5時

※年始は、1月5日(水)から開館します。  
※変更する場合があります。  
事前にご確認ください。

#### ★図書展示

「雪をたのしむ・冬をたのしむ絵本」展  
展示期間  
1月21日(金)～3月16日(水)  
絵本コーナーに「冬」を楽しむ絵本を展示し、貸出  
します。  
暖かい家の中でも、雪あそびや寒い冬のおはなしを  
お楽しみください。

※詳細についてはホームページをごらんください。

大阪市立図書館ホームページ  
<http://www.oml.city.osaka.lg.jp/>  
島之内図書館のページは  
トップページ右側のリンクから…



中央区島之内 2-12-31  
Tel.06-6211-3645



21

### 中央区子ども・子育てプラザ

子育て親子の出会いと交流の場を提供しています。

◆つどいの広場・ベビールーム  
火曜～土曜 ①10時～12時  
②13時～15時

乳幼児ルーム ※1月からお部屋は3階になります  
日曜日 ①10時～11時30分  
②12時30分～14時

◆事前予約制・人数制限あり  
※詳細はホームページをご覧ください。

#### ☆成長記録

1/6(木)11:00～12:00(受付終了11:50)  
※申込受付：12/23(木)～1/5(水) 定員15名  
身長と体重の計測ができます。  
時間内にお越しください。

#### ☆赤ちゃん講座

1/12(水)10:20～11:00  
※申込受付：1/5(水)～1/11(火) 定員6組  
※対象：生後2ヶ月～7ヶ月までの赤ちゃんの保護者

☆保健師さんのお話『子どもの病気と感染症について』

1/14(金)11:30～12:00  
※申込受付：1/7(金)～1/13(木) 定員6組

#### ☆ママとベビーのあかちゃん広場

1/14(金)13:30～15:00  
※申込受付：1/7(金)～1/13(木) 定員6組

#### ☆親子deヨガ～ストレッチ・骨盤体操～

1/20(木)①10:30～11:00 ②11:30～12:00  
※申込受付：1/6(木)～1/19(水) 定員各6組  
※対象：①歩ける乳幼児～ ②おすわり期～

#### ☆おたんじょうび♪～1月生まれ～

1/22(土)11:00～12:00(受付終了11:50)  
※写真スポットで撮影・パステルカードのお渡しのみ

#### ☆助産師さんとふれあいタイム ※抽選

1/26(水)10:20～11:00 定員8組  
※申込受付：1/12(水)～1/19(水)  
抽選結果：1/20(木)13時以降にホームページ又は  
窓口の掲示をご確認ください。

#### ☆絵本の読み聞かせ(絵本の会島之内)

1/27(木)11:00～11:30 定員6組  
申込受付：1/13(木)～1/26(水)

#### ☆親子で聞いてみよう！ヨーグルトのお話(株)明治共催

1/27(木)11:30～12:00 定員8組  
※申込受付：1/13(木)～1/26(水)

#### ☆おながく遊び

1/29(土)13:30～14:10 定員6組  
※申込受付：1/15(土)～1/28(金)

講座申込みの詳細は当プラザホームページを  
ご覧ください。  
<http://www.osaka-kosodate.net/plaza/chuo/>  
中央区島之内 2-12-6

Tel.06-6213-2171



22

### ファミリー・サポート・センター中央支部

“ファミリー・サポート・センターの活動”って何？  
子育てを援助してほしい人(依頼会員)と子育てを援助したい人(提供会員)が登録し、会員同士  
がお互いに支えたり、支えられたりする子育ての相互援助活動です。

依頼会員：概ね生後3ヶ月～10歳未満の  
子どもがいる区内在住の方  
提供会員：子どもを預かることのできる区  
内在住の方  
資格や経験、男女を問いません。  
事前に講座受講が必要です。  
利用料：1時間800円～900円

※利用登録をお考えの方は必ず事前に電話  
予約をお願いします

★提供会員、支援して下さる方を募集！  
※有資格者(保育士、幼稚園教諭、看護師、  
助産師、栄養士、子育て支援員、家庭生活  
支援員、エンゼルサポーター等)は免除科  
目あります。ご相談ください。  
※資格のない方は、提供会員講座受講で活動  
ができます。  
【予約・お問合せ】  
中央区島之内 2-12-6 (中央子ども・子育てプラザ内)  
Tel.6213-2170 コーディネーター 田畑まで  
開設時間：火曜日～日曜日(月曜・祝日休館)  
9時～17時30分

『子どもと笑顔で関わるために』

23 中央区保健福祉センター  
子育て支援室

子育て支援室では、子育て・ご家庭での悩み、しつけや発達についての心配ごとについて、虐待・DV担当、こども相談担当、家庭児童相談員がさまざまな相談に応じ、また子育て情報の提供や助言、地域の子育て支援サービスや専門機関を紹介するなど、きめ細やかな支援を行っています。

中央区久太郎町 1-2-27  
06-6267-9868

日時： 令和4年1月19日(水)  
10:00~11:30  
場所： 中央区役所 7階  
講師： 藤川 典子 先生  
対象： 中央区在住の未就学児親子  
10組程度(申込み先着順)  
参加費： 無料  
申込問合せ： 中央区役所保健福祉課  
(子育て支援室) 4階43番  
電話6267-9868



※新型コロナウイルス感染拡大防止等に伴い、中止となる場合がございます。中止となった場合は、お電話にてご連絡させていただきます。



# 1月子育てカレンダー



日	月	火	水	木	金	土
						1 (元日)
2	3	4	5	6	7	8
				子ども・子育てプラザ 「成長記録」	おひさまの会 (たなかキッズ) リトルだにまち (だにまらこどもクリニック) 子育てサロン 「もりのこクラブ」	
9	10 (成人の日)	11	12	13	14	15
		サークルひまわり 「保健師さんに来ていただきます」 中央区保健福祉センター 「フレッシュママの集い」	子ども・子育てプラザ 「赤ちゃん講座」 南大江子育て応援団 (銅座幼稚園)		子ども・子育てプラザ 「保健師さんのお話」 「ママとベビーの赤ちゃん広場」 リトルだにまち (だにまらこどもクリニック) 子育てサロン 「もりのこクラブ」	ウーミーカフェ 「親子ヨガ」
16	17	18	19	20	21	22
		だにまちっ子 (桃園会館2階)		子ども・子育てプラザ 「親子のヨガ」 キュービークラブ (桃園会館)	サークルほっぷ 「スクラップブック体験」 リトルだにまち (だにまらこどもクリニック) 子育てサロン 「もりのこクラブ」 ウーミーカフェ 「アサートイブコミュニケーション」	子ども・子育てプラザ 「みんなでのおたんじょうび」
23	24	25	26	27	28	29
		サークルちゅーりっぷ 「保育士さんがきてくれます」 ウーミーカフェ 「ハンドクリームづくり」	子ども・子育てプラザ 「助産師さんとふれあいタイム」 ウーミーカフェ 「アフターハースラン」	子ども・子育てプラザ 「絵本の読み聞かせ」 「親子で聞いてみよう」 「ヨーグルトのお話」 中央区保健福祉センター 「RCG接続」	リトルだにまち (だにまらこどもクリニック) 子育てサロン 「もりのこクラブ」	子ども・子育てプラザ 「おんがく遊び」
30	31					

幼稚園・保育園情報(未就園児向け)	
玉造幼稚園	特に予定はありません
銅座幼稚園	園庭開放：1/12(水) 10:00~11:20 (詳細はHPをご覧ください。)
桃園幼稚園	特に予定はありません
愛珠幼稚園	特に予定はありません
南幼稚園	特に予定はありません
中大江幼稚園	特に予定はありません
あゆみ保育園 本園	特に予定はありません 《お問合せ・お申込み》 あゆみ保育園本園(中央区中寺1-1-49) TEL06-6766-5388
あゆみ東保育園	特に予定はありません 《お問合せ・お申込み》 あゆみ東保育園 TEL06-6766-6772





# わいわいけいじばん



「みんな大好き!この本読んで!」

—絵本の会島之内のボランティアさんおすすめの一冊—

『とらた と おおゆき』

なかかわ りえこ 文      なかがわ そうや 絵  
福音館書店              (書誌 ID 0000303070)



2022年の干支は“寅”ということで、トラの絵本を紹介します。この絵本は、元気いっぱいトラの男の子のお話。とらたや 登場する動物たちの絵も 愛くるしくて、ほのほのとしています。「ひゅうー」「びゅん びゅん びゅん」「りん りん りん」とリズムカルな言葉も、耳に心地いいです。とらたの絵本は、他にも『とらた と まるた』、『とらた と トラク』、『とらた と ヨット』、『はじめての ゆき』があります。いずれも、とらたの 好奇心いっぱいの姿が描かれています。ご家族でたのしんでください。

## 親子できいてみよう! ヨーグルトのお話

日時: 1月27日(木)  
11時30分~12時00分  
定員: 8組(事前申込制・先着順)  
対象: 乳幼児と保護者  
講師: 株式会社 明治 管理栄養士さん  
場所: 中央区子ども・子育てプラザ 3F  
申込み: 1/13(木)~26(水)

申込み・問い合わせ先  
中央区子ども・子育てプラザ  
06-6213-2171



## 腰痛・肩こり予防に

親も子どもも楽になる、  
抱っこ紐の着け方



抱っこ紐は現代の育児に欠かせないツールです。とても便利な一方で、抱っこ紐による腰痛や肩こりに悩む方も多いのではないのでしょうか。その痛み、もしかすると、抱っこ紐の着け方を見直すことで、楽になるかもしれません。また、抱っこ紐を嫌がるお子さんも、姿勢が楽になり、嫌がらなくなるかもしれません。是非一度、ご自身の抱っこ紐の着け方をチェックしてみましょう。



### 5つのPoint

#### 【Point1 | 身体を密着】

身体への負担が少ないバランスのとれた抱っこをするために、大人と赤ちゃんが密着して、なるべく重心を近づけることが大切。これは赤ちゃんの安心感にも繋がります。身体を密着させるためには、抱っこ紐のベルト調節が重要です。

#### 【Point2 | 高い位置】

抱っこ紐を使う時、重心は高い方が身体への負担が少なくなります。抱っこ紐の腰ベルトはウエストのくびれの辺りに装着します。「赤ちゃんの顔にキスがができる高さ」を目指しましょう。

#### 【Point3 | 股関節はM字に】

赤ちゃんの股関節は、無理に足を真っ直ぐ伸ばしたり引っ張ったりすることで外れることがあるので、注意が必要です。足の付け根がカエルのように外側に曲がった状態を保ちましょう。

#### 【Point4 | 丸い背中】

赤ちゃんは、胎内のような、あたたかく包まれているような姿勢が大好き。抱っこする時はお母さんのお腹の中にいた頃のような、丸い背中のカーブを意識してみましょう。

#### 【Point5 | おんぶもおすすめ】

首が座ってからは、おんぶもおすすめです。視界が遮られないため、驚くほど家事がはかどります。お手持ちの抱っこ紐が、おんぶにも使用できるか、何ヶ月から使えるか、必ず説明書を確認した上で、是非チャレンジしてみてください。

### 抱っこ紐の 装着方法



- ① 背中のベルトは脇の下の高さ、肩甲骨間の幅くらいに調整しておきましょう。腰のベルトはウエストのくびれ部分に装着します。
- ② 赤ちゃんを抱っこして、いつものやり方で装着します。背中のバックルが届きにくい場合は、肩紐をゆるめにしておき、前にたぐり寄せるようにして留めましょう。
- ③ 赤ちゃんのお尻と抱っこ紐の間に両手を差し込み、赤ちゃんを一度持ち上げ、お尻と股関節、足の位置を整えましょう。
- ④ 抱っこ紐の外側から赤ちゃんのお尻を持ち上げ、左右の肩紐の長さを調整するベルトを引っ張り、赤ちゃんの身体を密着させます。片方の手でお尻を持ち上げ、もう片方の手でベルトを引いても良いでしょう。
- ⑤ 必要であれば③④を何度か繰り返し、左右均等で心地よい位置に整えます。

【ウーミーカフェ (M助産師)】

## 【編集後記】 ~クラスメートができました~

Tキッズクラブ(以下キッズ)にクラスメートができた^^

区内で親子が集える広場は3ヶ所だった。そして、10月から1ヶ所増えた! つどいの広場は一般型、センター型などいろいろ分かれているので、実はプラザや支援センターとは担当(学校で言えばクラス担任)が違う。なので、U-meさんとは同じクラスとなる。広場として行っていることはほぼ同じなので、利用者さんにとってはどっちでも構わないこと、サラッと読み流して~(^\_^)

見た目も全く違う。広場以外にしていることも違う---なのに同じクラスなの?と思われるだろう。対面のみとオンラインも可能、昭和と令和の違いのような感覚だ。キッズにとっては無いものを備えている級長のようなクラスメート。見習うべきところが多い。

今までは直接話して、関わって、世間話から悩み相談まで様々。来て、参加していただくことが前提だった。ところが、前年からの新型コロナ禍で環境は一変した。広場にたたくても出て来られなくなったのだ( \_ )電話での相談を行っていたものの、相談電話はほぼ無かった。

家に居て、ネット環境があれば、オンラインで繋がりが、必要なら顔を見ながらの会話もできる!! 世間では急激にネット環境が整い出した。きっと少しでも話したい、繋がりたいママたちが沢山いたのだと思う。知り合いのオンラインイベントの情報や開催内容を見ながら、でも難しいなあと先送りしてた。

先日、編集会議にキッズのNPO法人理事長がとっても久しぶりに参加。会議の後、理事長と話をする中で、「オンライン」「リモート」---つどいの広場もネット環境を整え、オンラインで繋がれる人間関係も必要なのだと実感した。

これが来年への抱負。頑張ろう!!

(M)