ママと行政の架け橋になりたい! No 53

2021年4月発行

貝塚子育て情報誌

ティから就園前の子育て、応援します!

Spring

裏表紙や ジもチェック!

貝塚市在住の**全ての妊婦さんのお宅を訪問**!

私たちが お届けします 妊娠中からママとパパの育児を応援するため、おおむね 妊娠 6~8 か月頃に、すくすくサポーターという専門の相談 員(保健師・助産師・看護師)が訪問します!

訪問

事前に電話で日程調 整した日時に、 すくすくサポーター が、妊婦さん(おおむ ね妊娠 6~8 か月頃)の お宅に訪問!

> マスクとフェイス シールドを着用。 手指消毒もして います!



これを見れば

貝塚の子育ての

すべてがわかる!

「赤ちゃんの訪問はわかるけれど、なぜ妊娠中に?」と感じ る方も多いかと思います。妊娠中は体と心のバランス が大きく変化する時期。足のむくみや腰痛などの身体の 症状や、女性ホルモンの量が急激に変わる事で気分の 落ち込みやイライラ感、環境の変化による**漠然とした** 不安を感じることもしばしば…。そんな妊婦さんの身体面 や心のケアを第一に、すくすくサポーターは貝塚市の全 ての妊婦さんのお宅へ訪問しています!

産前産後の上の子の預け先や、貝塚市の**子育で情報** など具体的な質問まで**何でも相談** ②! 安心して子育て ができるように、妊娠中から**寄り添い応援**します♪困った ときはいつでもご相談ください!

すくすく訪問ルーム(貝塚市立保健センター内) 072-433-7006

玄関で OK! (15 分~30 分程)

お部屋や玄関の外でも◎ コロナ禍での対面が不安 な方は電話でも可。



当日の体調によって 座ってお話もして いただいています。

内容

妊娠中→出産→産後のこと などをひとつずつ一緒に確 認。具体的にイメージできる 機会になる!不安なことや質 問など、どんな些細なことでも 何でも相談してください!

さらに、産前産後の強い味 方!一時預かりや家事援助 サービス・任意の予防接種な どで使える『子育て応援券』が もらえる♪

また、産後に使えるサンプル 品や貝塚市の子育て情報など が入ったセットもプレゼント♪



【妊婦さんの感想】

質問やアンケートに答えるうちに私も出産が楽 しみになり、改めて自分は周りの人に助けても らって子育てしているんだなと感じました。

貝塚すくすく赤ちゃんスケジュール

【すくすくママ訪問】 妊娠 6~8 か月頃

【すくすくベビー訪問】【こんにちは赤ちゃん訪問】

生後3週間~2か月頃 生後3か月頃

継続的に育児を応援♪貝塚市独自の取り組み!

新型コロナウイルス感染症対策により、掲載した内容は中止または変更・延期となる場合が あります。詳しくは市ホームページまたは各問い合わせ先でご確認ください。

貝塚子育で情報誌「イキイキ子育でナビゲーション」は、4月・7月・9月・12月初旬に発行!

いつでも どこでも!

スマホやパソコンから も子育てナビが読め る!バックナンバーも 掲載しています♪



出入り自由!申し込み無しで

⑥ か 行けちゃっオープンスペース

※新型コロナウイルスの影響により、人数制限や未開催の場合があります。来所前に確認連絡をしてください。

平日は毎日開催!

※祝日はお休み

▲…山手エリア ♂…中央エリア ◎…浜手エリア

(マ)…マタニティ (乳)…1歳のお誕生日まで (幼)…満1歳から小学校入学まで

(小)…小学生 (全)…どなたでも

▲おひさま 10:00-12:00,14:00-16:00 (₽.3)

(乳)(幼)市立子育て支援センター ※休館日 第2木曜日 *現在申込みをお願いしています。

どみなみパティオ(園庭開放)10:00-11:30 P.5 (乳)(幼)貝塚南こども園子育て支援センター

ぱにじいろひろば (P.4)

10:00-12:00,13:00-16:00 (乳)(幼)子育て支援センター"ひだまり" ※休館日 第3水曜 | Ѿつげさん広場コミュニティースペースえ―る ◐ョシ

10:00-15:00 *月に1~2日休日オープンの日あり(マ)(乳)(幼)(小)NPO法人えーる

曜日ごとに開催!

※祝日はお休み

2021年4月から2021年6月分の共通カレンダーです

	月	火	水	木	金	±
毎週		❷子育てサロン★ ほっとスペース P.6			▲ ぷちおひさま (P.4)	必 おはなし会
第2	ど あかちゃんルーム (P.6)		▲ _{栄養相談} P.3		どにじいろ・すまいる P.4 とほっとタイム P.6	
第3			▲ 育児相談 P.3			
第4	ど あかちゃんルーム			ピ にじいろ・ふたば		

不定期で開催!

名ページに詳細と連絡先があります。 まずは開催しているかどうか問い合わせしてみてね♪



ピ赤ちゃん相談 P.5

ピみなみ kids ⊕♪

ピみなみ baby P.T

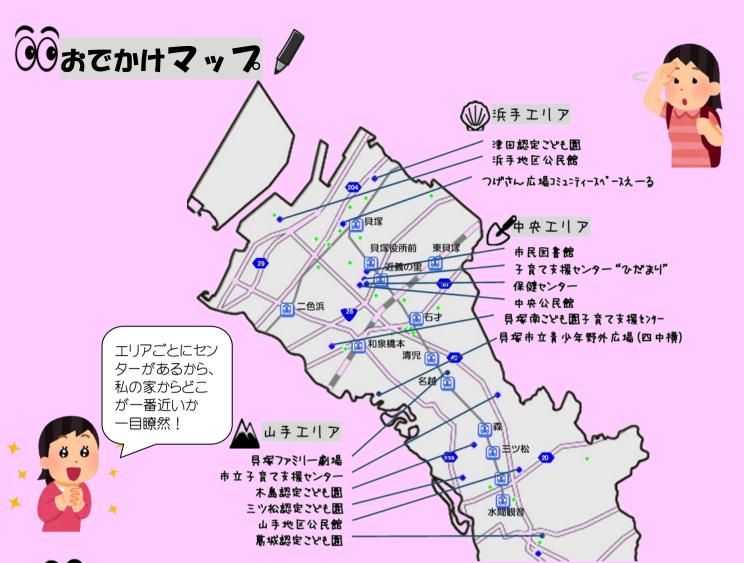
ぱお誕生会 ②ご

ど育児相談 ⊕♪

ピ貝塚プレーパーク

~ゴールデンウィークの巻~ 🕫

どあそぼう!ひろば №6



施設別 子育て情報



[子育で応援券] 登録施設

※応援券は一時保育のみ利用可能です!(P.4~7)

市立子育て支援センター

(TEL072-468-8224)

当日 9:00~電話にて申し込み 10組まで

おひさま

0歳から就学前の子どもと保護者 10:00-12:00:14:00-16:00(第2木曜日休館) 保育室や園庭など、あそび場を自由に開放しています。 気軽にご利用ください。

毎月第4月曜日にお誕生会をしています。(午前のみ) 11:40からと15:40から親子でふれあいあそびや手あそび、11:30 ごろから親子でふれあいあそびや手 えほんの読み聞かせをしています。

栄養相談 (第2水曜)

日時:4/14.5/12.6/9 10:00-11:00 栄養士の相談、身体計測 ※母子健康手帳持参

ぷち・おひさま

1歳のお誕生日までの子どもと保護者 毎金曜日 10:00-12:00 赤ちゃん専用のお部屋とおもちゃを用意し ています。

奇数月1回身体計測をしています。 あそび、えほんの読み聞かせをしています。

育児相談 (第3水曜)

日時:4/21•5/19•6/16 10:00-11:00 保健師・保育教諭の相談、身体計測 ※母子健康手帳持参

★ベビーマッサージで ♥あかちゃんとママのハッピータイム♥⑴★

日時:5/28(金) 10:00~10:40 場所:市立子育て支援センター 講師:中村加奈子助産師 持ち物:お着替えセット、バスタオル、 家で使っているオイルがあれば (ベビーオイル・馬油など) 対象:生後1か月~6か月くらいまでの あかちゃんとママ 申込:5/19(水)13:00~ 電話にて受付 7組まで

-親子教室-★りくりく①★

期間:4/27~6/8 毎火曜日(全6回) 10:00~11:00 対象:1歳8か月~2歳8か月の子どもと保護者 場所:市立子育て支援センター 申込:4/20(火) 10:00~11:00 子ども同伴で市子育て支援センターまで

★り<り<②★

期間:6/21~7/26 毎月曜日(全6回) 10:00~11:00 対象:1歳8か月~2歳8か月の子どもと保護者 場所:市立子育て支援センター 申込:6/14(月) 10:00~11:00 子ども同伴で市子育て支援センターまで





1 Facebook

↑ **ホ**ームへ゜ーシ゛



子育て支援センターひだまり

申込不要

にじいろひろば

(※現在は人数制限があるため、 当日 9:00 から電話申込)

0歳から就学前までの子どもと保護者 10:00-12:00·13:00-15:30

【月~金開催 休館曰:第3水曜日】

0歳から就学前の子どもと保護者が安心してあそべる ひろばです。子育て中のママと子どもたちの交流や、 子育て相談などもできます。支援センター保育室や バルコニーなどを自由に開放していますので、お気軽 にお越しください。

にじいろ・すまいる 1~2歳児親子 【第2・金曜日開催】

にじいろ・ふたば あかちゃん専用 (1歳のお誕生日まで) 【第4・木曜日開催】

★育児相談、栄養相談、身体計測も行っています。 (母子帳ご持参くださいね)

(TEL072-433-7064)

★おやこでリトミック★

日時:4/16(金)10:30~11:30 場所:子育て支援センター"ひだまり" 講師:高橋裕野さん(リトミック講師) 対象:1歳半~2歳の親子10組 申込:4/2(金)10:00~窓口・電話にて

★ママの手作りおもちゃで一遊ぼう★

日時:5/11(火)10:00~11:00 場所:子育て支援センターひだまり 定員:親子 8 組 対象:1 歳までの赤ちゃん

《一時預かり》



申込:4/27(火)10:00~窓口・電話にて

[AM]9:00~12:00 [PM]13:00~16:00

ご利用料金 1時間 3歳児未満:500円 3歳児以上:400円

※休館日、講座やイベントがある時は、お受けできない場合もあります。
※詳細につきましてはお問い合わせください。







↑ ホームへ゜ーシ゛



↑ Facebook

(\mathscr{C})

ファミリー・サポート・センター (TEL072-433-7050)

★「小児看護の基礎知識」 ~これから流行る病気について~★

日時:5月19日(水)10:00~12:00 講師:看護師 場所:職員会館2階 定員:10名

★「コミュニケーションについて」 ~こどものこころを聴く~★

日時:6月16日(水)10:00~12:00 場所:職員会館2階 講師:出来麻有子さん (全心連上級心理カウンセラー)

定員:10 名

※いずれも要申込、定員になり次第締め切り 保育なし

お問い合せ:貝塚市ファミリー・サポート・センター ☎433-7050

今後もサポートや子育てに役立つ講座を行 う予定です。気軽にお問い合わせください。



児童家庭支援センター岸和田

★子育てCafe★

月 1 回開催(保育/無料) 10:00~11:30 対象:子育了中の保護者

対象:子育で中の保護者 ♪保護者の交流会・学習会

★赤ちゃん広場★

月1回開催(保育/有料) 10:00~11:00

対象:1歳未満のお子さんと保護者 ♪乳児期のお悩み相談・ベビーマッサージ

★親子で"遊ぼり★

月 1~2 回開催 10:00~11:30

対象:就学前のお子さんと保護者 ♪室内での自由遊び・紙芝居など

★多胎児のつどい★

3·8·12月 各1回開催予定 10:00~11:30

対象:多胎出生のお子さんと保護者 ♪室内での自由遊び・保護者の交流

☆子育で・教育についての悩みや相談にも 随時対応中!→相談ダイヤル 421-2000 親子で遊ぼう・赤ちゃん広場・多胎児のつどいは 阪南福祉事業会主体で開催中 ※行事の詳細はHPをご覧ください ※大阪府下在住の方はご利用いただけます ※行事の参加は無料です ※お問い合わせは TEL:421-2000 へ

令和 3 年度中に「児童家庭支援センター岸和田」の事務所を移転する際に、上記の電話番号が変更となります。 HP上で詳しい情報をお知らせいたしますので、是非ご確認ください。

(8)

市民図書館

(TEL072-433-7200)

【休館日:毎週火曜日・4/29・5/3~6・5/31・6/30】



おはなし会

◎どなたでも、毎週(土)11:00~ 2階視聴覚室

第1土曜日: ストーリーテリングと絵本の読み聞かせ(対象5歳くらいから)

申込不要

第2土曜日: 絵本の読み聞かせ(対象3歳くらいから)

第3土曜日: 紙しばい

第4・5土曜日:絵本の読み聞かせ、手作りあそびなど

ほっとタイム

日時: 毎月第2金曜日 9:30-12:00 【4/9(金)•5/14(金)•6/11(金)】 親子で声や音を気にすることなく、気軽に図書館を利用できる時間です。

★本好きのお母さん集まれ!★

日程:5/13(木)•6/25(金)

10:00~1 時間程度

場所:市民図書館2階視聴覚室 対象:就学前のお子さんとお母さん

定員:5 組程度 申込:先着順

内容:司書からの本の紹介のあと、みんなで楽しいおしゃべりをしましょう。お子さんを預けてゆっくり

図書館内の本を選べる時間もありますよ。





多〉保健センター (TEL072-433-7000)

※新型コロナ感染予防のため、内容を変更している可能性がありますので、 事前にお問い合わせください。

★赤ちゃ~相談★(要予約)

受付 9:30-11:00 日時:4/21(水)·15/19(水)·6/9(水) 保健師、助産師、栄養士による相談

歯科衛生士、保育士によるつどいも 実施しています。

★離乳食講習会★

生後 5~8 か月頃 日時:4/23(金)・5/28(金)・ 6/25(金)

時間: 13:30~15:30 費用: 200円

講義の間、集団での保育を

実施しています。

★離乳食講習会★

生後 9~15 か月頃 日時: 5/14(金)•7/9(金) 時間: 13:30~15:30

費用: 200円

講義の間、集団での保育を

実施しています。





NPO 法人久一る (TELO80-3130-3567)

申込不要

つげさん広場コミュニティースペースえーる

子育て中の親子・子育て中の方・どなたでも、10:00-15:00 子育て中のママが子どもを連れて気軽におしゃべりしたり、親子で 自由に遊んだりして、ひと息つけるホッとスペースです。~気兼ねな くママにゆっくりしてもらいたい~ そんな想いでこのスペースを運 営しています。一時保育も行っています。イベント時など開所時間が 変わることがあります。また月に一日、お休みの日があります。 メルマガやインスタグラム等の SNS でお知らせしています。

★
 大一る親子あさび塾(つげさん広場出前教室)★

親子であそぼう!自然にふれよう!発達しよう! 親も子も思いっきりからだを動かして遊びます。

発育発達トレーナー監修の発達を促す遊びのプログラムを行います。

日時:4/12・4/19・5/3・5/10・5/24・5/31・6/14・6/21(すべて月曜日)

10:00~11:30(雨天中止)

場所:ハート交流館、せんごくの村、ほか 対象:しつかり歩ける1歳~小学生親子

費用:無料 ※事前申し込み、初回優先

★ママと赤ちゃんのふれあいタイム★

ママと赤ちゃんのスキンシップにはお互いにとっていいことがいっぱい♪ おうちでできるふれあい遊びが体験できます

日時:4/21(水)•5/26(水)•6/16(水) 10:10~10:40(受付 10:00~)

対象:1か月健診後~ねんねの赤ちゃん親子

定員:3 組 ※事前申し込み

2回目以降の申し込みの場合1週間前より受付いたします。 場所:コミュニティースペースえーる 費用:無料

★リラクゼーションマッサージ★

忙しいママのためのマッサージ!椅子に座ったまま上半身を中心に施術 します。子どもさん連れ OK です。

日時:4/16(金)•5/13(木)•6/10(木) 10:00~11:30

場所:コミュニティースペースえーる

費用:500 円/15 分 定員:4 人(時間制) ※事前申し込み

★りとるりとみっく★

親子で体験♪リトミックは子どもが初めて体験する音楽教育。 音楽の世界を通して、心と体と頭を育て、子どもの成長する土台を 育てます。気軽に親子で体感できるので、スキンシップの場として お家でも楽しんでもらえます。

講師:岸本 綾佳さん(musica+音楽教室主宰)

定員:5 組(先着順・事前申込) 場所:コミュニティースペースえーる

《Baby クラス》

対象:しっかり首の座った赤ちゃんから 10 か月までの親子 日時:4/19(月)•5/10(月)•6/2(水) 10:10~10:40(受付 10:00~) 費用:800円

《Kids クラス》

対象:10 か月から就園前までの親子

日時:4/14(水)•5/19(水)•6/18(金) 10:10~10:40(受付 10:00~)

費用:800円

★ペタペタの日★

かわいい子どもの成長を記念に残そう!手形・足形スタンプと写真で、 成長記録カードを楽しみながら作りませんか? 日時:4/26(月)•5/24(月)•6/28(月) ①10:00~ ②10:30~ 定員:6 組(事前申し込み) 場所:コミュニティースペースえーる 費用:200 円/1 人

★オンつげ 1on1 (オンライン個 別カウンセリング) ★

オンラインで発育発達トレーナーが個別カウンセリングを行っています。 日時:4/23(余)•5/30(日)•6/30(水) 1回 30 分~60 分程度 事前予約制(ご希望時間をお伝えください) 参加費:1,500円(初回無料) 申込締切:各開催日の2日前

★おひるねアート&おもちゃ作り★

おひるねアートはママがカメラマンとなって撮影を楽しんでいただくアート写 真です。赤ちゃんのおもちゃ作りも一緒にお楽しみいただきます。

ハーフバースデーや1歳のお誕生日の成長記念に可愛い写真を残しましょう。

講師:まつもとなみこ(おひるねアートマシュマロほっぺ)他

日時:4/24(土) シリコン&ウッドビーズで作るおもちゃホルダー 5/29(十)•6/26(十) 10:00-11:30

対象:生後6か月または1歳前後 定員:4 組

場所:コミュニティースペースえーる

費用:3,500 円/1人

★マタニティフォト&がーせでべじー汗とりパッド作り★

妊娠中の貴重な姿を記念に残しませんか?プレママさんどうし、交流しながら これから生まれてくる我が子のためにベビーグッズ作りも楽しみましょう。

講師:まつもとなみこ(おひるねアートマシュマロほっぺ)他

日時:5/29(土) 13:00-14:30

対象:妊娠週数 32 週以降のお母さん

定旨:4 組

場所:コミュニティースペースえーる

費用:2,000円/1人

★応用行動分析子育で講座 「子どものやる気を引き出す子 育てのコツ」★

応用行動分析を基にした叱らないほめて育てる子育て法についての講座で す。また、発達に心配のある子どもに効果的なペアレントトレーニングの基礎に ついてもお話します。

日時:4/20(火) 10:00-12:00 対象:3歳~小学生の子どもをもつ保護者 場所:ひと・ふれあいセンター 第3教室 費用:500円(資料代) 定員:20名

★外あそびサークル★

大人も子どももいっぱいあそぼう!親があそぶ! 親だからあそぶ!親が楽 しかったら子どもも楽しい! 親がワクワクする「外あそびサークル」!

対象:乳幼児から中高生の子育て中の親子

費用:登録料(一家族) 15,000 円/年

その他活動参加時に要実費(300円~2,000円程度)

-時保育、産前産後家事サポートは 応援券が利用できます!





↑ Instagram

↑ ホームへ゜ーシ



浜手地区公民館 (TEL072-431-0926)

申込不要

子育てサロン☆ほっとスペース

プレイルームを開放しています。 赤ちゃんと一緒に遊びに来てください。 日時:毎週火曜日 10:00-12:00 対象:0歳~未就園児の親子•妊婦の方 場所:浜手地区公民館 プレイルーム (第2・4 火曜日は「造形あそび」をします。

★パパサロン★

パパ友作って子育てを楽しもう! 日時:5/23(日)、6/27(日)の10時~12時 対象:未就学児とパパ

内容:5月[さつまいもや野菜を植えよう!]ほか 6月「七夕飾り作り」 ↓ ホームへ゜ーシ゛

申込み:各開催日1週間前まで 参加費:無料(材料費は実費徴収)



★浜手アフターヌーンコンサート★

お子さん連れで来ていただけます。 日時:4/8(木)、6/10(木)の14:00-15:00 場所:浜手地区公民館 ホール 申込み:開催日のおおむね 3 週間前から電話ま たは窓口で(先着順)

Spring Jazz Concert

日時:5/16 13:30~ 場所:二色小学校体育館 対象:どなたでも 申込:4/9(金)から電話または窓口で (先着順で整理券あり)。



中央公民館 (TEL072-433-7222)

★赤ちゃんルーム★

親子の交流のひろばです。要申込。 日時:毎月2•4月曜日 10:00-11:30 (4/12,26 5/10,24 6/14,28) 場所:中央公民館保育室

対象:4 月現在で 0 歳児の親子、妊婦の方 ※現在、定員を設けています。

★ふれあい料理ボランティア 墓集★

障がいのある方といっしょに料理をする講座の ボランティアを募集しています。

料理などの経験は問いません。講座日に体験、 もしくは見学ができます。

気軽に講座の雰囲気を見に来てください。 要申込(各講座日の1週間前締切)

日時:4/23、5/28、6/25、7/30(すべて金曜日) 9:30~12:30

持ち物:体験希望の場合はエプロン、 三角巾、ふきん

ホームページ→ **同とかり**まで。

★保育つき講座「おや子教室」★

「おや子教室」では、親子で楽しく過ごせるよう に仲間と一緒に学びます。子どもが入園するま でに知っておきたいことを学び、悩みを解消! いろいろな体験を通して日頃の子育てにホッと 一息!

日時:毎週火曜日 10:00-11:30 6/1~7/20 (全8回)

講師:濱□富子(瑞音)、

梅本道代(Physical Heart 代表) すくすく子育て応援隊ほか

場所:中央公民館講座室•保育室

対象:乳幼児をもつ親子

保育定員:12名

※材料費実費徴収、要申込(先着順)

★おでいけよちよちサロン★

地域に出かけて乳幼児親子の交流の場を提供 します。「ぜひうちの地域で一緒にやりたい!」 という声をお待ちしています。詳しくは公民館



山手地区公民館

(TEL072-446-0090)

絵本ピクニック

芝生の上で子どもとのんびり絵本を読みましょ う。市民図書館やスバコ、図書館の本がたくさ ん集まります。絵本の読み聞かせや、紙飛行機 を作って飛ばすお楽しみもあるよ♪ 日時:5/16(日)10:30~12:30 ※雨天中止 場所:水間公園(芝牛広場) 参加無料

申込不要

★おさんぽかばさん★

同じくらいの子どもを持つママたちの交流の 場です。子どもを遊ばせながら楽しくおしゃべ りしませんか。ヘアゴムなど手作り小物のワー クショップを予定しています♪ | ホームへ°ージ

日時:5/18~6/15 毎週火曜日 10:00~11:30(全5回)

場所:水間寺客殿

材料費:100円

対象:乳幼児親子 ママだけも大歓迎! 申込:窓口・電話またはメールで 締切:5月14日(金)午後5時



具 塚 子 育 てネットワークの 会 (問:中央公民館 tel.433-7222)

申込不要

貝塚プレーパーク~ゴールデンウィークの巻~

日時:5/8(土)~9(日)10:00~16:00 *雨天中止 対象:どなたでも

場所:貝塚市立青少年野外広場(第四中学校横)

「あそぼう! ひろば!

乳幼児親子で外あそびの楽しさを体験してみよう! ↑ブロク 自然の中で木や葉っぱ、水や土に触れながら遊んでみよう!

日時:9:30-11:30(月1回)

※開催日はブログでお知らせします。

対象:乳幼児親子

場所:貝塚市立青少年野外広場(第四中学校横)

↑ ホームへ° ーシ

「子育てサークルと交流する場」

5月開催予定。決まり次第、ブログなどでお知らせします。

★子育てサークル紹介★

いずれも対象:0 歳~未就園児の子どもと保護者 2 要申込:中央公民館まで

《さくらんぼ》

乳幼児期の心身の発達を促すリズム 体操や、季節を感じる外遊びなどを 通して、親も子も笑顔になれる場所です。 活動日:毎週(火)外遊び、(金)リズム体操 10:00~11:30

活動場所:中央公民館や戸外

《どんぐりようちえん》

今しかない時間を四季を感じながら親子 -緒に全力で遊ぼう!笑おう! 活動日:毎週(火)・(金) 10:00~11:30 活動場所:市民の森、中央公民館ほか

いつでも見学・体験 お待ちしています♪

《森あそびサークル

ノンタン森のようちえん》 せんごくの杜を中心に、二色の浜、そ ぶらなどで親子一緒に自然を楽しん でいます。

活動日:毎週(火)9:30~昼前まで 活動場所:せんごくの杜ほか

《ありんこ》

親子で元気に外遊び、室内あそび 季節のイベントもやっています。

日時:毎週(木)10:00~11:30

活動場所:貝塚市立青少年野外広場 (第四中学校横)、中央公民館ほか



具 塚ファミリー劇場 (問:中央公民館 tel.433-7222)

申込不要

「こども市」

子どもが考え、工夫したお店がたくさん出ます! ぜひ遊びに来てください!

日時:4/18 日曜日 午前 10 時~午後 2 時

場所:コスモスシアター前庭(雨天時は中央公民館)

↑ブログ

貝ファミすばこ図書館

貝塚ファミリー劇場事務所横に置かれたすばこ型のミニ図書館。 いつでもだれでも利用できる町の図書館です。季節の新刊もチ エックしてね。

★絵本作家金澤麻由子の世界展★ ~映像と音楽で楽しむ絵本の読み聞かせとコンサート~

2021年6月27日(日)14時開演

チケット価格は直接ファミリー劇場にお問い合わせください。

《会員募集中》

子どもに心豊かな感動を与えたいと始まった親子劇場♪ 親子で共感を積み重ねる舞台鑑賞や「こども市」「キャンプ」 など様々な活動を通じて子どもの「いきる力」を育んでいま す。一緒に観劇しませんか。

公立認定こども 園庭開放

0 歳~就学前の親子、妊婦の方 ※詳しくは各園へお問い合わせください。 時間: 10:00-11:00 定員: 5 組程度 申込:当日 9 時から先着順

水曜開催 4/21 · 5/19 · 6/16

● 津田認定こども園(422-1786)・▲ 葛城認定こども園(446-0227)

金曜開催 4/16 · 5/21 · 6/18

▲木島認定こども園(446-4139)・▲ 三ツ松認定こども園(446-7158)

★東山こども園★(421-2005)

《園庭開放》

日時:4/15(木)•5/13(木)•6/17(木) 10:00~11:00

対象:1~3 歳児親子5組 申込:1週間前から先着順 《親子教室げんきっ子ひろば》

対象:2歳~就学前 ※詳細はお問合せください

★認定こども園ピアニィ道教寺★

(493 - 1330)

《園庭開放》

⊟時:5/12(水)•26(水)•6/2(水)•16(水) 10:00~11:00

対象:1歳~3歳親子 申込:電話にて

★認定こども園永寿台保育園★

《園庭開放》 (446 - 4387)日時:4/15(木)•5/20(木)•27(木) 6/10(木)・17(木) 10:30~11:30 対象:0~就学前親子5組 申込:9:00~17:00 電話にて

★海塚保育所★(432-7847)

《園庭開放はとぽっぽ》 日時:5/20(木)・6/17(木) 15:00~16:00 対象:0 歳~3 歳児未就園親子5組 申込:3 日前までに電話にて先着順 ※来園は徒歩自転車で

★ひさほ保育園★(427-5688)

《園庭開放》

日時:4/23(木)•5/28(木)•6/25(木) 10:00~ 対象:0~3 歳児未就園親子 5 組 申込:電話にて先着順 9:00~17:00

★まーぶるこども園★(438-2345)

《ベビービクス》

日時:4/15(木)•5/27(木)•6/24(木) 10:00~11:00

対象:2~8 か月児の親子、10 組 《園庭開放》

日時:4/22(木)・5/20(木)・6/17(木) 10:00~11:00

対象:1~3 歳親子

《Suku Suku くらば》

日時:5/18(火) 10:00~11:00 対象:1歳~就学前親子

申込:いずれも電話にて(ベビービクスは 前日までに、他は当日参加可)

★認定こども園木島幼稚園★

《ふたば教室プレ幼稚園》 (446 - 3901)日時:5/11(火)・18(火)・25(火) 6/1(火)・8(火)・22(火) 10:30~12:00 対象:1~2 歳未就園児 費用:月 3300 円(教材費) 申込:申込用紙を園にて配付

★認定こども園パルティ道 教 寺★

(427 - 8969)《どんぐり》 日時:第 2•4 木曜日 10:00~11:00 対象:1~2 歳児親子3組 申込:電話にて

★認定こども園橋本保育所★

《ちびっこプラザ》 (423 - 0066)日時:隔週水曜日 10:00~11:30 2グループに分かれて隔週に交代で開催 (1グループ年間 15 回程度) 対象:未就園の0~6歳

費用:年間 1000 円(材料代) 申込:4/7(水)13:00 から先着順 (その後は定員に空きがあれば受付)

★貝塚中央こども園★(433-1319)

《園庭開放》

日時:5/11(火)•6/8(火) 10:00~11:00 《親子教室にこにこ広場》 日時:5/18(火)・6/15(火) 10:00~11:00 《ママのつどい smile タイム》 日時:5/25(火)•6/22(火) 10:00~11:00 対象:0~3 歳児未就園親子 申込:事前に電話にてお問合せ

★ひがし保育園★(431-9006)

日時:4/21(水)·5/19(水)·6/16(水) 10:00² 対象:未定 申込:電話にて 《一時保育》

日時:月~金 9:00~17:00 定員:1日1世帯 費用:[3 歳児未満]

> 4 時間未満 1500 円 4 時間以上 3000 円 [3 歳児以上]

4 時間未満 1000 円 4 時間以上 2000 円

申込:電話(要登録)

※両事業も今のところ休止中。実施状況は 園の HP(https://higashihoikuenn.com)にて ご確認ください。

★おおぞらこども園★(432-5222)

申込:各企画とも各月1日からの平日9:00~17:00 電話にて先着順

《園庭開放》

日時:4/15(木)•5/20(木)•6/17(木) 10:00~11:00 対象:1歳児~就学前親子2組

★わきはまこども園★(431-2151)

《闌庭開放》

日時:4/27(火)•5/25(火)•6/29(火) 10:00~11:00 対象:1~5歳の親子2組

申込:毎月1~実施日前日の 平日 9:00~17:00 電話にて

《見学会》

日時:4/22(木)・5/27(木)・6/24(木) 各 10:00~と 11:00~ 対象:各1組(大人1人で複数の子は可)

★こぎ幼稚園★(422-1641)

※園庭開放は検討中。 ブログ等でご確認ください。

貝塚南こども<u>園子</u>育て支援センター

申込不要

(TEL072-432-4735)

毎日開催

みなみパティオ(園庭開放)

日時:月~金 10:00~11:30 対象:未就学の子と保護者

みなみ kids

日時:4/14(水)•5/12(水)•26(水)•6/2(水) 10:00~11:30

対象:未就学の子と保護者

みなみ baby

日時:4/16(金)•23(金)•5/7(金)•21(金) 6/4(金)・18(金) 10:00~11:30 対象:3 か月~未歩行の子と保護者

お誕生会

日時:4/21(水)•5/9(水)•6/9(水) 10:00~11:30 対象:お誕生月の子どもさんも、

そうでない子どもさんもご参加ください

育児相談

日時:4/28(水)・6/30(水) 10:00~11:30

★わんぱくホーム★

日時:5/25 からの火曜日・木曜日いずれか 10月までの全11回 10:00~11:00

対象:1歳くらいからの歩ける子どもの親子 各10組

申込:5/10(月)~5/21(金)電話にて先着順



コミュニティースペ・ えーるにて配布中

かわいいイラスト付き

短いエピソードで 読みやすい 全28ペ

プレママ・子育てママへの応援 BOOK

そどものいるくらし

妊娠中から3歳までの共感エピソードをたくさん掲載

パステルカラ かわいい

先輩ママが経験したからこその**「こうすれば良かった」** など育児書には載っていないエピソードが満載の冊子です!

とても不思議だった

妊娠期•バースプラン編を少しご紹介♪

"すっっと眠たい"

中の赤ちゃんが動き出し

寝ようとするとお腹の

なかなか眠れない

常に眠い







の心構え



妊娠がわかってハッピー☆ でも…? つわりが始まり体調不良におそわれる

"すっともく"もく""

- ・食べづわりでカバンの中には ガムやグミなどを入れていた 体重 12 キロ増加
- "トコちゃんベルト大活躍"
- 腰がとても痛くてトコちゃんベルトを購入



マタニティマークあるある"

マタニティストラップを見つける と「あの人は何ヵ月かな?」 「同級生になるのかな?」などと、 つい変想してしまう

"胎動に感動!!"

"4 週間は不安な日々"

初期~23 週まで健診が 4 週間おきなので赤ちゃんは元気なのか、成長

しているのか、常に不安な日々を送

不安なことやわからないことは先生に聞きましょう!

妊婦健診は出産まで数えるほどしかありません。妊婦期間には「これってどうな のかな?」「これであってるのかな?」など不安なことや疑問に思うことは日頃か ら出てきます。「こんなこと聞いていいのかな?」と思うかもしれませんが、お腹の 赤ちゃんのことはママになるあなたが一番心配しているはず。小さな疑問もメモ

を取っておいて、健診時に関けるよう準備することをお ンターネットですぐに検索はできますが、症状などは人 身体を目の前で顔を見ながら診断してもらいましょう。 ば、また楽しいマタニティライフを送れるはずです。

「赤ちゃん0歳 親も0歳」

助けてと言える自分になってほしい

これからパパ・ママになるみなさんに

心に余裕をもち、楽しい子育てをして

そんな想いで作ったハンドブックです

孤独や不安があって当たり前 いい親になろうと頑張りすぎないで

困ったら、しんどかったら、

子育て中の私たちだから

伝えたいことがある!

もらいたい!

"体の変化鬼"

- 靴下を履きたいけど、手が届かない で通れていたところが通れない
- おへそが消えた
- 足がつる足がむくんで重たい

"FTL"

- トイレが近くなる
 トイレを済ませても出かけだらまたすぐにトイレに行きたくなる
 破水が怖くて気張れなく便秘になる

"夜中眠れない時はついつい"

自分はちゃんと産めるだろうか? と不安になる。 皮な夜な出産エピソード を読んだり、検索ばかりしていた。 だって怖いんだもん

"周りの人の温かさを感じた" お腹が大きくなってきた頃、会計の済んだカゴを見知らぬ人が運んでくれた!
 牛乳など量だいものを買っていたので、本当に助かった★ありがとう

出産前に知ってて良かったこと!ホルモンが変化する!!

出産後のママは情緒不安定や体調不良を生じやすくなります。さらに昼夜間 わず赤ちゃんのお世話のため心身共にストレスがたまりやすくなります 訳もなく涙が出たり、食欲低下や不眠、気分の落ち込み、不安定感などの症



離乳食・イヤイヤ期 などのあるある エピソードも!



~パースプランって知ってる?

バースブランとは、廃院から延続さんに向けて「施ちゃんを出度するとき にどうしたいか?」を構設するものです。 医野や管護隊、展展から必適素を扱っるほかに、民等さん信息が小坂に対 して準備を与て、解認性に「自分がどうしたいか?」に得き合うことが欠 責るというエソニットが表ります。 物態によってもなび会がい始を受け、加すない、出意時の服券は新止など制

約がいくつか設けられています。 魔院は医師との相性のほか「出魔時の希望は吐うか?」などを基準に進ぶ と後悔が少ないでしょう。

プランを書くと落ち着いて出産と向き合える





組由があります。 人タッフの協力もスムーズに くもらえるかもしれません

"具体的にとしか内容の"

- ・ 配屋の明るさや、BOM など、第5番いた空間で出産に挑めるように 高度を伝えをしょう ・ 分類をは外上で、豊の部屋や水中など、出産力法はいろいろあります。 産資ではどのようなお産が可能力を確認し、希望に沿った分娩力法を 遅んでみてください ・ 公園に関い局間 ・ 希望に添えない場合もあると思いますが、希望を伝えておくのは大切です。 ・ 義国領、実面積を分泌室に入れない ・ 優多と多力へた思考。 値が、出産中に入ってきてほしくない入って いますよね、気になる力は、しっかりと無いておいた力が使さそう)

- さて、パースプランが分かったとこうで 失輩ママはどんなことを書き、実現できたのでしょうか??

"實際に叶太られた希望"

へその緒を切ることができた

- ・ 問題を見ることができた ・ あちゃんの頭が比たときに触ることができた ・ 産機は完全母乳にしたかったので、産後からおっぱいたい ・ 円をしたり、アドバイスをもらえた ・ 比愛した日は身体をかっくり体めたかったのでおっぱいの 時間以外は赤ちゃんを預かってもらえた

当然ながら希望したことがすべて叶うわけではありませんが、自分自身が 納得できるお産になるかもしれません



←冊子についての お問い合わせはこちら プレママ・子育てママへの応援 BOOK こどものいるくらし 赤い羽根いきいきプロジェクト共同募金公募配布事業 企画・編集・発行 NPO 法人えーる

新型コロナウイルス感染症対策により、掲載した内容は中止または変更・延期となる場合があります。 詳しくは市ホームページまたは各問い合わせ先でご確認ください。

貝塚子育て情報誌「イキイキ子育てナビゲーション」第53号(2021年4月発行)

発行責任者:貝塚市子育て支援調整委員会(子育て支援課内) 作成編集:貝塚子育てネットワークの会 発行元:貝塚市