

これを見れば 貝塚の子育ての すべてがわかる！

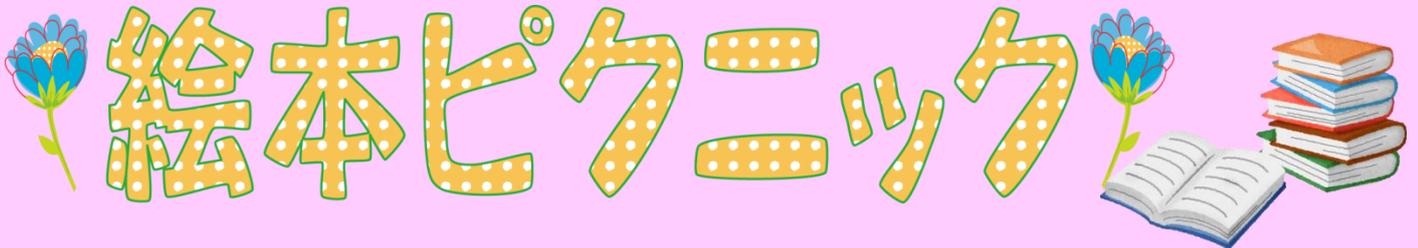
イキイキ

貝塚子育て情報誌

子育てナビゲーション

— 0才～就園前の子育て、応援します！ —

spring



市民図書館やスバコ図書館の本がたくさん集まります。青空の下で、のんびり絵本を読みましょう。お弁当持ってピクニック気分で来てね。



去年の様子



11:00～

・オープニング「絵本でおどろう！」

・各ブース紹介

*鳴り物（タンバリンやスズなど）持って来てね！

11:45～

・絵本の読み聞かせ

13:00～

・「せなけいこ」さんについて語ろう

子どもとのんびりひなたぼっこしながら絵本が読めるなんて最高♪読み聞かせもあるし、小さい子どもでも、図書館じゃうるさくしないか心配だけど、野外なら安心！親子で本と関われるチャンスだね♪本に飽きたら芝生で遊べるしね☆



日時：5月16日（土）11:00～14:00

場所：水間公園（芝生広場）

申し込みはいりません。（雨天中止）

「スバコ図書館」ってなあに？

まちかどにある、巣箱型の小さな図書館です。中の本は誰でも借りれるよ。自由に手にとってみてね。

（ハピネスバコ・fam・ホンノわとわ・ぶらん・貝ファミすばこ図書館など）

共催：貝塚スバコ図書グループ・山手地区公民館・貝塚市民図書館

貝塚子育て情報誌「イキイキ子育てナビゲーション」は、4月、7月、9月、12月初旬の発行を予定しています！！

貝塚イキイキ子育てナビゲーション

検索
クリック！

今日はどこに行こうかな？

(申込不要企画)

※日付欄のアルファベットの内容は
3ページを参照してください！

月	火	水	木	金	土	日
4月		1 AEHL TU●	2 AEHT U●	3 ABEH TU	4 NT	5 T
6 AEHQ TU	7 AEHT U	8 ACEH JLMT U	9 EHS TU	10 ABH KLOF TU	11 NT	12 T
13 AEH QTU	14 AEHR TU	15 ADHL TU	16 AEHT U	17 ABEH KL TU	18 NT	19 T◆
20 AEHQ TU	21 AEHT U	22 AEHJ LTU	23 AGH TU	24 ABEH LTU	25 NT	26 T
27 AEHP QTU	28 AEHR TU	29	30 AEHT U			

月	火	水	木	金	土	日
5月				1 ABEH LTU	2 NT	3 T
4	5	6	7 AEHT U	8 ABF HKLO TU	9 NT●	10 T●
11 AEHP QTU	12 AEHR TU	13 ACEH LMTU	14 EHS TU	15 ABEH KL TU	16 NT	17 T
18 AEHQ TU	19 AEHT U	20 ADHJ LTU	21 AEHT U	22 ABEH LTU ♪	23 NT	24 T
25 AEHP QTU	26 AEHR TU	27 AEHJ LTU	28 AGH TU	29 ABEH LTU	30 NT	31 T

月	火	水	木	金	土	日
1 AEHQ TU	2 AEHT U	3 AEHJ LTU	4 AEHT U	5 ABEH KL TU	6 NT	7 T
8 AEHP QTU	9 AEHR TU	10 ACEH LMTU	11 EHS TU	12 ABF HLOT U	13 NT	14 T
15 AEHQ TU	16 AEHT U	17 ADHL TU	18 AEHT U	19 ABEH KL TU	20 NT	21 T
22 AEHP QTU	23 AEHR TU	24 AEHJ LTU	25 AGH TU	26 ABEH LTU	27 NT	28 T
29 AEHQ TU	30 AEHT U	6月				

「子ども連れだと図書館に行きづらい」
そんな悩みを解消する
市民図書館の新企画！

ほっとタイム(記号はO)
日時 毎第2金曜日 9:30-12:00
場所 市民図書館1階フロア

子どもが静かにしてくれないので、図書館には
行きづらいという子育て中のかた！
少くらしい音や声を出しても大丈夫！
お子さん連れで遠慮せずに来てください。

市立子育て支援センター (Tel.468-8224)

A.おひさま 0歳から就学前の子どもと保護者
10:00-12:00・13:00-16:00(第2木曜休館)
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、えほんの読み聞かせをしています。

B.ぶち・おひさま

1歳のお誕生日までの子どもと保護者、13:00-15:30
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。15時ごろから親子でふれあいあそびや手あそび、えほんの読み聞かせをしています。

C.栄養相談 10:00-11:00

栄養士の相談、身体計測 ※母子健康手帳持参

D.育児相談 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

子育て支援センター“ひだまり” (Tel.433-7064)

E.にじいろひろば 0歳から就学前までの親子、
10:00-12:00・13:00-16:00(休館日: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。

F.にじいろ・すまいる 1~2歳児親子

G.にじいろ・ふたば あかちゃん専用(1歳のお誕生日まで)

貝塚南こども園子育て支援センター (Tel.432-4735)

H.園庭開放 0歳~、10:00~11:30

I.お誕生会 0歳~、10:00~ *お誕生月の子どもさんも、そうでない子どもさんもお参加ください。

J.みなみ Kids 0歳~子と保護者、10:00-11:30

K.みなみ Baby 3か月~未歩行の子と保護者、10:00-11:30

公立認定こども園

L.園庭開放 0歳~就学前の親子、妊婦の方 10:00-11:00
*現在、津田認定こども園では実施していません

水曜開催

葛城認定こども園(446-0227)

金曜開催

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

保健センター (Tel.433-7000)

M.赤ちゃん相談 受付 9:30-11:00

保健師、助産師、栄養士による相談(要予約)

歯科衛生士、保育士によるつどい、測定のみなら予約は不要

市民図書館 (Tel.433-7200)

N.おはなし会 どなたでも、11:00~

第1土曜日:2階視聴覚室 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)

第2土曜日:1階絵本コーナー 絵本の読み聞かせ(対象3歳くらいから)

第3土曜日:1階絵本コーナー かみしばい

第4・5土曜日:1階絵本コーナー 絵本の読み聞かせ、手作りあそびなど

*4/25 は「おたのしみ会」いつものおはなし会より時間も延長して2階視聴覚室で開催します(11:00-11:50)

休館日:毎火曜日、4/29、30、5/3~6、6/3

中央公民館 (Tel.433-7222)

P.赤ちゃんルーム 4月現在で0歳児の親子・妊婦の方
10:00-11:30、保育室。親子の交流の広場です。お気軽にご参加ください。

◆貝塚ファミリー劇場「こども市」

4/19(日)10:00-14:00、

コスモシアター前庭(雨天時中央公民館)

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!

◆おでかけ 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。くわしくは各公民館まで

山手地区公民館 (Tel.446-0090)

Q.かばさんルーム 乳幼児の親子、13:00-17:00、保育室
乳幼児親子の交流の場として、保育室を開放しています。
<第3月曜日、14:00~15:30 はかばさんタイム>
みんなで一緒におやつを食べたり物作りをして交流しましょう

浜手地区公民館 (Tel.431-0926)

R.子育てサロン☆ほっとスペース

0歳~未就園児の親子・妊婦の方、10:00-12:00、プレイルーム
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。(不定期で「学びのサロン」を開催しています)

S.ロビーコンサート 12:15-13:00、ロビー

お子さん連れで来ていただけます。

貝塚ファミリー劇場 (問:中央公民館Tel.433-7222)

T.貝ファミすばこ図書館

貝塚ファミリー劇場事務所の前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小さな町の図書館です。季節の新刊もチェックしてね。

■4月19日(日) こども市にて出張すばこ図書館開催予定!
場所:貝塚ファミリー劇場事務所(貝塚市清見1104/446-6100)

■ファミリーひろばは6月より開催いたします。

10:00~11:30 毎月第3火曜日

親子で、また大人お1人でもほっこりに来てください。

■市民企画講座「こどものいきる力を育むために親ができること」を開催します! 詳しくは4ページ、公民館の枠をご覧くださいね。

NPO法人えーる (Tel.080-3130-3567)

U.コミュニティスペースえーる

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連れでも気軽に集えて、おしゃべりしたり、お茶を飲んだり、親子で自由に遊んだりして、ひと息つけるほっとスペースです。~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きます。イベント時など半日お休みの日があります。メルマガやフェイスブック、Twitterでお知らせしています。

その他

●貝塚プレーパーク 3/27(金)-4/2(木)、5/9(土)、5/10(日)

10:00-16:00、貝塚市立青少年野外広場(第四中学校校横)

「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーに、子どもたちが自分の手でやってみたいことを実現していく遊び場です(雨天中止)

参加協力費:一人100円

主催:貝塚プレーパーク実行委員会 問:中央公民館

申し込んで行ってみよう!!

(要申し込み企画)



「子育て応援券」登録施設

※応援券は一時保育のみ利用可能です!(P.4~5)

市立子育て支援センター

(TEL468-8224)

～親子教室～ ★わくわく①★

期間:6/23～7/28 毎火曜日(全6回)10:00～11:00

場所:市子育て支援センター

対象:1歳8か月～2歳8か月の子どもと保護者

申込:6/16(火)10:00～11:00

子ども同伴で市子育て支援センターまで

★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①★

日時:5/22(金)13:00～13:40

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か月までのあかちゃんとママ

申込:5/13(水)13:00～電話にて受付 10組まで



子育て支援センターひだまり

(TEL433-7064)

★アドラー心理学から学ぶイヤイヤ期の対処法★

日時:4/20(月)10:00～12:00

場所:保健・福祉合同庁舎内

講師:アドラー心理学 梶田 恵子さん

定員:12人(保育あり12人)

申込:4/6(月)10:00～窓口・電話にて

★にこにこベビーサイン★

日時:5/14(木)10:30～11:30

場所:子育て支援センターひだまり

講師:もみじのこころ 胡崎 裕理菜さん

定員:親子10組

対象:生後6か月～1歳半

申込:4/30(木)10:00～窓口・電話にて



ファミリーサポートセンター

(TEL433-7050)

★コミュニケーションについて

～子どものこころを聴く～★

日時:6/16(火)10:00～12:00

場所:保健・福祉合同庁舎2階

ボランティアルーム

講師:出来 麻由子さん

(全心連上級心理カウンセラー)

定員:10人(定員になり次第締め切ります)

※保育はありません。一時預かりなどの保育施設をご利用ください

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。

★子育てサークルに

おでかけしてみよう★

《さくらんぼ》

月曜日は公園などで外遊び♪金曜日はピアノでリズム体操、体を動かして脳と心を刺激しよう。ママのリフレッシュにもどうぞ!

日時:毎週 月・金曜日 10:00～11:30

場所:中央公民館や公園など

《ノナン森のようちえん》

せんごくの杜を中心に二色の浜、そぶらの川などで親子で自然あそびを楽しんでいます。

日時:毎週水曜日 9:30～

場所:せんごくの杜など

《どんぶりようちえん》

芝生で元気いっぱい遊んでいます。今しかない時間を一緒に遊ぼう!

日時:毎週火・金曜日 10:00～11:30

場所:市民の森や中央公民館など

《ありんこ》

季節の遊びや製作、クッキングなどを行っています。今しかない乳幼児期を、みんなで思い切り楽しんでいます。

日時:毎週木曜日 10:00～11:30

場所:貝塚市立青少年野外広場(第四中学校横)中央公民館など

いつでも気軽にお問い合わせください! 中央公民館(433-7222)



※各講習会とも保育付きです

保健センター (TEL433-7000)

★離乳食講習会★

対象:離乳食開始～2回食

の子どもと保護者

日時:4/24・5/29・6/26

いずれも金曜日

時間:13:30～15:30

費用:200円

★離乳食講習会★

対象:3回食～離乳食完了

の子どもと保護者

日時:5/8・7/10

いずれも金曜日

時間:13:30～15:30

費用:200円

★幼児食講座★

行事食をテーマに実施します

対象:離乳食完了から小学校入学前の幼児と

その保護者(保護者のみの参加可)

日時:4/21(火) 子供の日メニュー

5/26(火) 運動会・遠足のお弁当

6/29(月)七夕メニュー

10:00～13:00 定員:15組(先着順)

費用:保護者500円、幼児1人につき200円

各公民館

★げんきに子育て【春】★

(保育付講座)

乳幼児を育てるお母さんに伝えたいことや

子育てに役立つ情報を一緒に学びましょう。

日時:5/8～7/3(金)10:00～12:00(全9回)

内容:子どもの成長と遊び・マネー講座

収納術・幼児食など

対象:子育て中の方

保育定員:15人

(原則1歳以上・先着順)

おやつ代:400円

締切:4/21(火)

申込:浜手地区公民館(431-0926)

★パパサロン★

パパ友を作って、子育てを楽しもう!

日時:5月～12月の基本第4日曜日

10:00～12:00

(8月・10月休講、12月は第3日曜日)

対象:未就学児とパパ

締切:各開催日1週間前まで

参加費:無料(材料費は実費徴収)

・5/24(日)さつまいもや野菜を植えよう!

(日曜文化サロン終了後)

畑づくり協力:パパサロンボランティア

・6/28(日)たなぼた飾り作り

(日曜文化サロン終了後)

笹に短冊や飾りを作ろう!

小さい子どもと一緒に音楽を楽しめる「日曜

文化サロン」も同時開催します。パパはもちろ

んママとの参加や大人どうしの参加もOKです

(整理券あり)

申込:浜手地区公民館(431-0926)

★子育て×自分磨き★

子どもをのびのびと育てるコツは?

子どもの運動遊びや自分のイライラとの

付き合い方を学びましょう。

日時:5/14～6/18 毎週木曜日

10:00～12:00(全6回)

対象:乳幼児から小学生の親

保育あり(要:おやつ代として300円)

締切:4/30(木)

※内容など、詳しくはお問合わせください

申込:山手地区公民館(446-0090)

★おさんぽかぼさん★

子どもを自由に遊ばせよう!後半は、

みんなで手作りおやつを食べましょう。

日時:5/12～6/9 毎週火曜日

10:00～11:30(全5回)

対象:乳幼児親子 場所:水間寺客殿

参加費:各日大人100円・子ども50円

(最終日は一人100円)

持ち物:人数分のお皿・フォーク・スプーン、

ママのカップ、子どものお茶、手拭きタオル

申込:山手地区公民館(446-0090)

締切:4/30(木)

★【市民企画講座】こどものいきる力を育てるために親ができること★

日時:5/19・26(火曜日)10:00～12:00

①5/19 講義 子ども自ら育つ力を親が学ぶ

講師:中島みちる

②5/26 体験 生の文化にふれよう

演奏:沖繩三線あかばな

場所:中央公民館視聴覚室ほか

定員:55人(先着順) 保育は要相談

企画:貝塚ファミリー劇場

申込:中央公民館(433-7222)

★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。子育てのこと、もしものときに役立つ

防災、幼児食を学び、子育ての悩みを解消!!

アロマづくりやヨガ体験などでリラクゼーションして日頃の

子育てにホッとしませんか。親は講座で、子どもは保育で、

ステップアップしてすてきな親子関係を築きましょう!

日時:5/12～7/14 毎週火曜日(全10回)10:00～12:00

講師:貝塚市健康推進課、まちのすぐれもの登録者ほか

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:20名

おやつ代:500円・材料費実費徴収

締切:4/19(日)まで 申込:中央公民館(433-7222)

★ふれあい料理ボランティア募集★

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。

気軽に和やかな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:5/15・6/26・7/31(金曜日)9:30～12:30

持ち物:エプロン、三角巾、ふきん(体験希望の場合)

申込:中央公民館(433-7222)

申込多数の場合は抽選

保育は原則1歳以上の子ども

(要申し込み企画)

保育園・こども園

★わきはまこども園★ (431-2151)
 申込:毎月1~実施日1週間前の
 平日 9:00~17:00 電話
 《園庭開放》
 日時:4/21(火)・5/12(火)・6/16(火)・7/14(火)
 10:00~11:00(雨天中止)
 対象:1~5歳の親子5組
 《体験保育》
 日時:4/16(木)・5/7(木)・6/18(木)・7/16(木)
 10:00~11:30 ※給食あり
 対象:0~1歳児親子2組、2歳児親子2組

★貝塚中央こども園★ (433-1319) 
 《園庭開放》
 日時:5/19(火)3,4,5歳児対象 10:00~11:00
 6/9(火)0,1,2歳児対象 10:00~11:00
 《親子教室にここ広場》
 日時:5/26(火)3,4,5歳児対象 10:00~11:00
 6/23(火)0,1,2歳児対象 10:00~11:00
 定員:各日5組 申込:詳細はお問合せ下さい

★海塚保育所★ (432-7847)
 《園庭開放はとぼぼ》
 日時:5/21(木)・6/18(木) 15:30~16:30
 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
 おやつがあります。アレルギーの有無をお知らせ
 ください。徒歩、自転車でお越しください。

★認定こども園ピアニ道教寺★ 
 《園庭開放》 (493-1330)
 日時:5/13(水)・27(水)・6/10(水)・24(水)
 10:00~11:00
 対象:1歳~3歳親子 申込:電話にて

★認定こども園木島幼稚園★
 《プレ幼稚園の無料体験》 (446-3901)
 日時:5/12(火)から隔週火曜日 10:30~12:00
 対象:2歳児 申込:電話
 ※室内履きをご用意ください

★おおぐらこども園★ (432-5222)
 申込:各企画とも毎月1日からの
 平日 9:00~17:00 電話にて先着順
 スマイルキッズ 5月1日分は4月より受付
 グルメランチは開催日2週間前締切
 《園庭開放》
 日時:4/16(木)・5/21(木)・6/25(木)・7/9(木)
 10:00~11:00
 対象:1歳児~就学前親子5組
 《親子教室スマイルキッズ》
 日時:5/1(金)・7/7(火) 10:00~11:00
 対象:就学前親子6組
 《グルメランチ》
 日時:5/21(木)・6/25(木) 11:30~12:30
 対象:就学前親子5組
 費用:大人300円、幼児200円
 離乳食・アレルギー除去は行っていません

★ひがし保育園★ (431-9006) 
 《園庭開放》
 日時:4/15(水)・5/20(水)・6/17(水)
 10:00~11:00
 対象:0歳~就学前親子
 申込:随時(電話)園庭開放後に施設見学、
 子育て相談等も行っていきます

★東山こども園★ (421-2005) 
 《園庭開放》
 日時:4/16(木)・5/14(木)・6/18(木)・7/9(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
 《親子教室げんきつひろば》
 対象:2歳~就学前 ※開催日程はお問合せください

★認定こども園永寿台保育園★ 
 《園庭開放》 (446-4387)
 日時:4/16(木)・5/21(木)・28(木)
 6/11(木)・18(木)・7/9(木) 10:30~11:30
 対象:0~就学前親子5組
 申込:随時先着順 9:00~17:00

★認定こども園パルティ道教寺★
 《どんぶり》 (427-8969)
 日時:第2・4木曜日 10:00~10:45
 対象:0~2歳児3組 申込:随時(5月から)

★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1,000円
 申込:4/7(火)13:00~先着順
 (その後は定員に空きがあれば受付)

★まーぶるこども園★ (438-2345) 
 《ベビーピクス》
 日時:4/16(木)・5/14(木)・6/11(木)
 10:00~11:00
 対象:2~8か月児の親子、10組
 《園庭開放》
 日時:4/23(木)・5/28(木)・6/18(木)
 10:00~11:00 対象:1~3歳親子
 《Suku Suku くらぶ》
 日時:5/19(火) 10:00~11:00
 対象:1歳~就学前親子
 申込:いずれも電話にて(ベビーピクスは前日
 までに、他は当日参加可)

★貝塚南こども園★ (432-4735)
 《わんぱくホーム》
 日時:火曜日コース...初回 5/26(火)
 木曜日コース...初回 5/28(木)
 10:00~11:30 全11回
 対象:歩いている1歳児~未就学児と保護者
 各25組 申込:電話(5/7~22先着順)

★ひさほ保育園★ (427-5688)
 《園庭開放》(雨天中止)
 日時:5/12(火)・7/14(火) 10:00~11:00
 対象:就学前親子5組 申込:前日まで(電話)

児童家庭支援センター岸和田

★子育てCafe★ 月1回開催
 10:15~11:45
 ♪子育て中の保護者の交流会
 ♪保育有り・無料

★赤ちゃん広場★ 月1回金曜開催
 10:30~11:30 (保育有料)
 対象:1歳未満のお子さんと保護者の方
 ♪乳児期のお悩み相談・ベビーマッサージ

★親子で遊ぼう★
 原則毎週木曜日
 10:00~12:00 ※出入り自由
 対象:就学前のお子さんと保護者の方

★多胎児のつどい★
 原則3・7・12月の第4金曜日
 10:00~12:00 ※出入り自由
 対象:多胎出生のお子さんと保護者の方

※子育て講座も年1回程度開催予定
 ※子育て・教育についての悩みや相談も
 随時受け付けています (TEL421-2000)

親子で遊ぼう・多胎児のつどい・赤ちゃん広場は令和2年4月より阪南福祉事業会主体で開催いたします。
 ※詳細はHPをご覧ください。 ※どちらの地域の方でもご利用いただけます。
 ※行事の参加は無料です。 ※行事のお問い合わせは TEL445-0101 へお願いします



★本好きのお母さん集まれ!★

市民図書館 (TEL433-7200)

日時:5/14(木) 10:00~11:00 ぐらい 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:10組程度 申込先着順
 内容:絵本の読み聞かせや本の紹介などをします。お子さんを預けてゆっくり図書館内の本を選ぶ時間もありますよ。



NPO 法人えーる (TEL080-3130-3567)

★ベビーシャワーパーティー★
 妊婦さんとこれから生まれてくる赤ちゃんをお祝いするイベントです。
 貴重なマタニティー期の思い出づくりにハッピーな時間を一緒に
 過ごしませんか?
 日時:6/20(土) ①10:00~12:00 ②13:30~15:30
 場所:コミュニティースペースーる 対象:妊娠7か月以上のママ
 内容:マタニティー期ママの写真撮影・交流・ティータイム 参加費:3,000円

★ペタペタの日★ (身長体重の計測あり)
 かわいい子どもの成長を記念に残そう! 手形足形スタンプで、成長記録
 カードをつくりませんか?
 日時:4/13(月)・5/18(月)・6/22(月) 場所:コミュニティースペースーる
 午前の部 10:00~11:00、午後の部 13:00~14:00にお越しください。
 定員:各回5組(事前申し込み・先着順) 費用:400円

一時保育、産前産後家事サポートに応援券が利用できます!

★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! イスに座ったまま上半身を中心に施術します。
 子ども連れOKです
 開催日:4/21(火)・5/26(火)・6/26(金) 10:00~12:00(時間制)
 定員:5人(時間制・先着順) 場所:コミュニティースペースーる
 費用:800円/15分

★りらりらとみく★

☆笑顔シェア☆ 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:10組(先着順)
 場所:コミュニティースペースーる 費用:1,100円

Baby クラス

対象:しっかり首の座った赤ちゃんから
 10ヵ月までのお子さんと保護者
 開講日:4/8(木)・5/12(火)・6/2(火)
 10:00~10:30 ごろ

Kids クラス

対象:10ヵ月から就園前までの
 お子さんと保護者
 開講日:4/30(木)・5/20(水)・6/30(火)
 10:00~10:30 ごろ

離乳食講習会



生後5ヵ月頃から開始目安の離乳食。

今回は保健センターで行われている離乳食講習会
(生後5ヵ月頃～8ヵ月頃)へ取材に行ってきました

「講習会」って聞くとなんか難しきう…

一体どんなことをしているの？



●受付

●講習会・保育開始



●スライドを見ながら離乳食の基本的な進め方を学ぶ(約20分)



●調理デモンストレーション見学(約60分)参加者のうち3名は調理実習に参加出来ます



●保育の子どものお迎え



●調理した離乳食の試食

管理栄養士さんがスプーンでのおげか、お子さんの食べ方、食事時の姿勢などを個別に見てくれコツを教えてくださいました★

終了



上手にもぐもぐしてるね～



ママたちが講習会を受けている間

子どもは？

保育士2名・看護師1名・食生活改善推進ボランティア数名(申し込み人数により人数調整)が別室で大切なお子さんを保育してくれるので、講習会に参加しているママも安心して預けられますよ★

保育中の様子

おもちゃで遊んだり、寝ている子などのどかな時間を過ごしていました



取材行っの感想

- 事前に申し込みをすることで、保育者の確保を確実にしてもらえから、子どもを安心して預けられる！
- 月齢にあわせての離乳食の見本を置いてくれているので、少し成長した時の離乳食の参考に出来る
- 調理している間も、常備野菜の簡単な離乳食作りや季節の旬の食材を使った簡単＆時短調理のコツを教えてくださいましたので、普段の料理にも使える情報が沢山！！
- 実際に調理したり、目の前で見ることで分かりやすい
- 栄養士さんへ質問しやすい！！調理中に不思議に思った事や、家で難しいと思っていることなど気軽に質問できる雰囲気作りをしてくれている
- 調理するのは3ヵ月毎の季節のメニューなので旬の野菜を取り入れたもの♪



参加者の声

- ・本日はご丁寧に教えて頂きありがとうございました。なんとなく作り方しか頭になかったので、とても勉強になりました。また3回食の講習も受けたいです
- ・一人目の時もこの講習を受けましたが毎度勉強になりありがたいです。離乳食だけでなく自分の料理の知識も増えました。
- ・初期の時も受講しました。今7ヵ月で好みも変わったので確認することが出来て良かったです。ありがとうございました。
- ・二人目でしたがいろいろ忘れていたので受講させて頂きました。勉強になりました。
- ・実際に作る場所を見せて頂け息子がパクパク食べる姿を見たりしたことで早く始めたいなと思うことが出来ました。

貝塚子育て情報誌「イキイキ子育てナビゲーション」第49号(2020年4月発行)

発行者: 貝塚市 企画: 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