

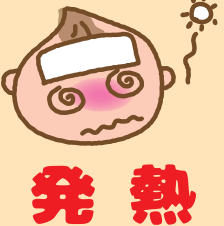




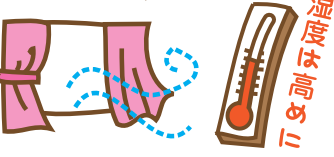




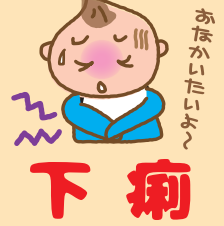

西淀川区はクジラの形をしているよ

●発行/NPO法人にしよどにこネット

●協力/西淀川区子ども・子育て支援連絡会

病院へ行くその前に……

おうちでできるホームケア + 症状別 + 受診の目安 +

症状	症状はあるが水分も摂れていて食欲もあるし元気そう ホームケアをしながら自宅で様子を見る	なかなか症状が良くならない 診療時間内に受診	こんな症状があれば時間外でも 急いで受診
 <p>発熱</p>	<p>水分補給に! カンタン「経口補水液」</p>  <p>100% りんごジュース 200ml 1% 塩 小さじ0.5杯 白湯 800ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 鼻水・せき・下痢など風邪の症状がある □ 耳だれが出たり、耳に手をやって痛がる 	<ul style="list-style-type: none"> □ 生後3ヶ月以内で38度以上の熱がある □ 続けて吐く、ぐったりしていて苦しそう、元気がなく飲まない食べない □ 意識がはっきりしない、けいれんが起こる
 <p>おう吐</p>	<p>吐いたものが残らないようにすばやく処理</p> <p>おう吐処理グッズをセットしておく。</p>  <p>50倍にうすめた塩素系漂白剤 アルコールでは殺菌できません 新聞紙 ハギシ マスク 手袋 ゴミ袋</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ おう吐以外に風邪の症状がある □ 吐き気がいつまでもおさまらない 	<ul style="list-style-type: none"> □ 激しく泣いたり、泣きやんだりを繰り返す □ 顔色が青ざめている □ 連続して吐き続けている □ ぐったりして水分も取れていない
 <p>せきが出る</p>	<p>室内は換気・掃除をこまめにし、新鮮な空気を入れ清潔に。</p>  <p>部屋の湿度を上げるには「ぬれタオル」が効果的です。</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 咳以外に風邪の症状がある □ 咳が長引いている □ たんがひどくからむ 	<ul style="list-style-type: none"> □ 呼吸がはやく、顔色やくちびるが青い □ 息をするのが苦しそう、呼吸困難になっている 
 <p>鼻水・鼻づまり</p>	<p>鼻水は、鼻吸い用スポイトや綿棒でからめ取ってあげましょう。鼻吸い機もいいですね。鼻の下などがかさついてきたらワセリンで保湿を。蒸したタオルを鼻の付け根にあてると鼻が通りやすくなります。熱がなければ入浴も効果的。</p>  <p>レンジでカンタン! ほかほか蒸したタオル</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 鼻水以外に風邪の症状があり機嫌が悪く食欲がない □ 鼻づまりがあり、眠れない □ おっぱいやミルクが飲みづらそう 	<p>ハナミズが出ている だけなら救急の 心配はいりません。</p>  <p>ずるっ</p>
 <p>下痢</p>	<p>おしりがかぶれやすくなるのでかぶれ予防ワセリン清潔にしてあげましょう。</p>  <p>オムツの上で「おしり洗い」</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ 比較的元気だが、いつもとウンチの色が違う □ 下痢以外に風邪の症状がある □ 下痢が長引いている □ 下痢のおいがきつい 	<ul style="list-style-type: none"> □ 激しい下痢とともに、おう吐や脱水症状を起こし、ぐったりしている □ 血便があり、身体を折り曲げて激しく泣く、体力が低下している □ 高熱が出ている

判断に迷った時は!

看護師・相談員が24時間 365日対応

救急安心センターおおさか #7119

●つながらない場合は TEL.06-6582-7119

19時から翌朝8時まで365日、看護師が対応

小児救急電話相談 #8000 (携帯電話、プッシュ回線)

●または TEL.06-6765-3650

おうちで様子を見る?

どしたらいい?

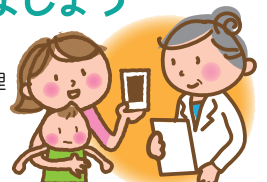
近くに救急病院はある?

急いで病院に走る?

病院では症状の経過を伝えましょう

受診の際には、どのような症状がいつから出て、どのように変化したのか、どんな薬を使用したのか、などの経過を整理して医師に伝えましょう。事前にメモをとっておくと伝え忘れもなくスムーズです。また、吐いたものやウンチなど、携帯で撮影した画像を持っていくのもお勧めです。

★新型コロナウイルス感染が疑われる場合、まずは電話等で主治医にご相談ください。



西淀川区の子育てイベントカレンダー 今日はどこいく～

「参加してみたい」「内容を詳しく知りたい」という方は、各機関まで直接お問い合わせください。



7 保育所・幼稚園・認定こども園

- 柏里保育所 ☎ 06-6471-0440
- レイモンド西淀保育園 ☎ 06-6471-1742
- 姫島保育所 ☎ 06-6471-0859
- キッズコート大和田保育園 ☎ 06-6473-5421
- 佃保育所 ☎ 06-6473-9507
- 姫里保育所 ☎ 06-6474-7845
- 香築保育園 ☎ 06-6472-9261
- 聖花保育園 ☎ 06-6473-2890
- よどっこ保育園 ☎ 06-6471-6224
- みどり保育園 ☎ 06-6474-6698
- 青空保育園 ☎ 06-4808-3939
- レイモンドみでじま保育園 ☎ 06-6472-7008
- みさき保育園 ☎ 06-6195-1316
- トレッサーキッズみさと保育園 ☎ 06-6477-3630
- ソフィア歌鳥保育園 ☎ 06-6829-6266
- プラト保育園大阪東島 ☎ 06-4862-5897
- たからのざと保育園 ☎ 06-6476-0190
- たからのざと保育園 ☎ 06-6473-2200
- ベビーランドさくら園 ☎ 06-6477-1390
- きららかわさぎと保育園 ☎ 06-6195-2173
- さのざと保育園 ☎ 06-7709-1012
- たから保育園いしよだルーム ☎ 06-6770-9050
- ねもののおうち保育 ちぶら園 ☎ 06-4805-8814
- くしろ保育園 姫島園 ☎ 06-6147-3881
- 姫島サンレンズ保育園 ☎ 06-6478-5547
- 姫島幼稚園 ☎ 06-6471-1010
- 野里幼稚園 ☎ 06-6471-1360
- 大和田幼稚園 ☎ 06-6471-4203
- 佃幼稚園 ☎ 06-6471-3579
- 光の園幼稚園 ☎ 06-6471-4248
- 光の園たんぼ保育園 ☎ 06-6195-7466
- 御都島幼稚園 ☎ 06-6471-0173
- たからこども園 ☎ 06-6475-2200

1 西淀川区 子育て支援室

西淀川区御幣島 1-2-10 ☎ 06-6478-9950
(西淀川区役所 2階 21番窓口)

0歳～18歳未満の子育てに関する様々な相談の窓口です。

2 大阪市立 西淀川図書館

西淀川区御幣島 1-2-10 ☎ 06-6474-7900
<https://www.oml.city.osaka.lg.jp>

・えほんのじかん(3歳～)
・パタポンおはなし会(5歳～/小学生)
・絵本げきじょう(小学生～)
・ふわふわクラブ(0歳～)
・ももこクラブ(1歳半～)
・工作教室、子ども会、子ども読書の日記念行事など

●赤ちゃんも図書館カードが作れます
●ひとり15時まで、15日間借りられます

3 西淀川区 子ども・子育てプラザ

西淀川区姫里 2-13-22 ☎ 06-6474-7245
<https://www.osaka-kosodate.net/plaza/nishiyododogawa/>

- 区内子育て情報の提供
- 子育て支援講座や親子イベントの開催
- 児童の遊び場や体験活動、行事の開催
- 世代間交流や地域との交流事業など
- 乳幼児親子が遊べる「つどいの広場」

4 ファミリー・サポート・センター西淀川

西淀川区姫里 2-13-22 ☎ 06-6474-7280

急な保育ニーズに対応するために、子育てでの援助を受ける会員(依頼会員)と、助成を提供する会員(提供会員)が、相互援助活動をするシステムです。依頼会員は保育所・幼稚園への送迎や突発的な用事が発生したときなどに一時的な助けを頼むことができます。【有料】

5 西淀川 子育て支援センター

西淀川区佃 2-2-51 ☎ 06-6473-9596

- あそびのひろば
- あかちゃんひろば
- 親子教室
- 講座(食育など)
- 子育て相談
- 子育て情報提供

詳しくは、当センターにお問い合わせください。

6 つどいの広場 柏里

西淀川区柏里 3-17-1-101 ☎ 06-6471-0680

- 子育て相談
- あそびのひろば
- 親子ひろば
- あかちゃんひろば
- 親子教室
- 子育て情報提供

詳しくは、つどいの広場柏里にお問い合わせください。



各機関の詳しい情報はこちらから!

11月

この番号はイベントを開催する各機関の番号です。
例えば、二ホは ⑤の西淀川子育て支援センターのイベントだよ!

1 火	⑤0・1歳ひろば
2 水	⑥2歳以上ひろば ⑨ちょこっとABC(かわきた)★
3 木	
4 金	②ふわふわクラブ★ ⑨のひのひひろば(ふくふく)★ ⑨電車でGO!GO!(に～よん)★
5 土	③ババとあそぼう!★ ③ミニつどいの広場(竹島)
6 日	
7 月	⑤0歳ひろば ⑥1歳親子教室★ ⑥0歳ひろば ⑦御幣島幼稚園地域交流
8 火	①1歳6ヵ月児健診 ②ベビーマッサージ&親子ヨガ★ ⑤0・1歳ひろば ⑥絵本読み聞かせ ⑦みさき保育園地域交流 ⑦姫里保育所地域交流 ⑧お誕生日会(かわきた)★
9 水	⑥2歳以上ひろば ⑦たからこども園地域交流 ⑧子育てサロンたんぼぼ ⑨保健師さんとはなそう(かわきた)★
10 木	③ミニつどいの広場(川北)★ ⑥0歳ひろば ⑦聖花保育園地域交流 ⑧川北よこクラブ ⑧御幣島・竹島まみくらぶ ⑨0さいRoom(おおわだ) (川北)
11 金	⑨お誕生日会(おおわだ)★ ⑨TABUNKA(に～よん)★
12 土	②絵本げきじょう★ ③ミニつどいの広場(出来島)★
13 日	⑩高学年以上対象「千鳥亭で講談を聴こう!」(此花区千鳥橋駅すぐ千鳥亭 旭堂小南陵/南龍)★
14 月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦姫島保育所地域交流 ⑨小児科医の交流相談日(に～よん)
15 火	①3歳児健診 ⑤0・1歳ひろば ⑦野里保育園地域交流
16 水	①離乳食講習会 ⑥2歳以上ひろば ⑦たからのざと保育園地域交流 ⑦柏里保育所地域交流 ⑦野里幼稚園園庭開放 ⑨絵本の日(に～よん)
17 木	⑥0歳ひろば ⑦よどっこ保育園地域交流 ⑧野里まみくらぶ ⑧ぼんぼこ出来島 ⑨0さいRoom(おおわだ)
18 金	⑥1歳親子教室★ ⑨のひのひひろば(ふくふく)★ ⑨0さいRoom(かわきた)
19 土	②パタポンおはなし会★ ⑦レイモンドみでじま保育園地域交流 ⑦大和田幼稚園園庭開放 ⑦御幣島幼稚園地域交流
20 日	③リユースフェア★ ⑩大塚市ボランティア活動振興基金助成事業「日本ーのけん玉シヨウ&ワークショップ」(出来島会場)先着申込100人/無料★
21 月	⑤絵本の会 ⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば
22 火	①3ヵ月児健診 ③災害から学ぶ食育講座★ ⑤0・1歳ひろば ⑦光の園たんぼ保育園地域交流 ⑨折り紙でクリスマスバスターを作ろう(かわきた)★
23 水	
24 木	②ももこクラブ★ ③お誕生日かい★ ⑤1歳親子教室(おやつについて)★ ⑥0歳ひろば ⑦みどり保育園地域交流 ⑦聖花保育園地域交流 ⑧ピヨピヨクラブ ⑨ちょこっとヨガ(かわきた)★
25 金	⑨こどもの発達によりそう(おおわだ)★ ⑨子ども服のリユース(に～よん)
26 土	⑧親子ワイワイ広場 ⑨えほんとあそびのふわふわランド(区役所5階)
27 日	⑨えほんとあそびのふわふわランド(区役所5階)
28 月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑧柏里まみくらぶ ⑨ちょこっとABC(おおわだ)★
29 火	⑤0・1歳ひろば ⑦姫島幼稚園園庭開放 ⑨0歳児デー(に～よん)★
30 水	⑥2歳以上ひろば ⑦レイモンド西淀保育園地域交流 ⑦野里幼稚園園庭開放 ⑨ポールプールの日(かわきた)★

12月

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載されているイベント等が予告なく変更・中止になる場合があります。
詳しくは主催団体等へお問い合わせください。

1 木	③「こぼれの発達について」★ ⑤1歳親子教室(親子あそび)★ ⑥0歳ひろば ⑧御幣島・竹島まみくらぶ ⑧川北よこクラブ ⑨0さいRoom(おおわだ)
2 金	②ふわふわクラブ★ ⑨ぶんぶんひろば(ふくふく)★
3 土	③ミニつどいの広場(竹島)★
4 日	⑨にしよど冒険あそび場～冬の巻～(御幣島東公園)★
5 月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦御幣島幼稚園地域交流
6 火	③ベビーマッサージ&親子ヨガ★ ⑤0・1歳ひろば
7 水	⑥2歳以上ひろば ⑦たからこども園地域交流 ⑦野里幼稚園園庭開放 ⑨ちょこっとABC(かわきた)★ ⑨ホームケアのお話(に～よん)★
8 木	③ミニつどいの広場(川北)★ ⑥0歳ひろば
9 金	⑥クリスマスリース作り★ ⑨お誕生日会(おおわだ)★ ⑨親子で遊ぼう会(に～よん)★
10 土	②絵本げきじょう★ ③クリスマスパーティー
11 日	⑩「ピアノカの魔術師」ファミリー向けコンサート(エルモ西淀川)★
12 月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑥看護師来館 ⑦姫島保育所地域交流
13 火	①1歳6ヵ月児健診 ⑤クリスマス制作講座★ ⑤0歳ひろば ⑤0・1歳ひろば ⑥絵本読み聞かせ ⑦みさき保育園地域交流 ⑨クリスマス会(かわきた)★
14 水	⑥2歳以上ひろば ⑦たからのざと保育園地域交流 ⑧子育てサロンたんぼぼ ⑨歯のお話(に～よん)★
15 木	⑥0歳ひろば ⑧野里まみくらぶ ⑧ぼんぼこ出来島 ⑧キッズまわり ⑨0さいRoom(おおわだ)
16 金	③絵本の読み聞かせ★ ⑨ぶんぶんひろば(ふくふく)★ ⑨0さいRoom(かわきた) ⑨みんなで歌おうの日(に～よん)
17 土	②パタポンおはなし会★ ③ミニつどいの広場(出来島)★ ⑦御幣島幼稚園地域交流 ⑦レイモンドみでじま保育園地域交流 ⑧おおわだ・おの・ひやくしま親子なかし広場 (出来島)
18 日	
19 月	⑤絵本の会 ⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑧柏里まみくらぶ
20 火	①3歳児健診 ⑤0・1歳ひろば ⑦光の園幼稚園園庭開放 ⑦光の園たんぼ保育園地域交流
21 水	①離乳食講習会 ⑥2歳以上ひろば ⑦光の園幼稚園園庭開放
22 木	②ももこクラブ★ ③お誕生日かい★ ⑥0歳ひろば ⑧ピヨピヨクラブ ⑨ちょこっとヨガ(かわきた)★
23 金	⑦姫里保育所地域交流 ⑨たのしいクリスマス(おおわだ)★ ⑨子ども服のリユース(に～よん) ⑩「劇団かかし座の影絵劇 オズの魔法使い With オーケストラ」(阿倍野区民大ホール)★
24 土	②えほんのじかん★ ⑧親子ワイワイ広場 ⑩「劇団かかし座の影絵劇 オズの魔法使い With オーケストラ」(阿倍野区民大ホール)★
25 日	③リユースフェア★
26 月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑨ちょこっとABC(おおわだ)★
27 火	①3ヵ月児健診 ⑤0・1歳ひろば ⑨お誕生日会(かわきた)★
28 水	⑥2歳以上ひろば ⑨ポールプールの日(かわきた)★
29 木	
30 金	
31 土	

★印は要予約。必ず番号の各機関に事前申し込みをしてください。

このマークが付いている「バックスタート」とは、赤ちゃんや保護者が絵本を通して楽しい時間を分かち合えるよう、3ヶ月健診の対象となる親子に絵本をお渡しし、絵本についてのお話や読み聞かせをしています。※時間など詳しくは、各機関にお問い合わせください。(要予約)

8 西淀川区子育てサロン

西淀川区創発組合グループ ☎ 06-6478-9969
西淀川区民生児童委員協議会事務局 ☎ 06-6478-9969

※新型コロナウイルス感染症の予防により、開催が予定中止の場合があります。

- 柏里まみくらぶ 第4月曜 柏里会館
- 野里まみくらぶ 第3木曜 野里福祉会館
- 歌島まみくらぶ 第2月曜 歌島コミュニティ会館
- 御幣島・竹島まみくらぶ 第1木曜 御幣島6丁目市民センター1集会所
- たんぼぼ 第2水曜 千舟会館
- キッズまわり 第3木曜 佃会館
- おたのしみおののけしほ親子なかし広場 第3土曜 大和田会館
- 親子ワイワイ広場 第4土曜 姫里小学校内
- 姫島子育てサロン 第1木曜 姫島福祉会館
- どじょうクラブ 第4木曜 佃会館
- ひまこクラブ 第1水曜 川北コミュニティ会館
- ぼんぼこ出来島 第3木曜 出来島コミュニティ会館

竹島ひまこクラブ 第3月曜 竹島会館
※竹島のひまこクラブは地域居住の乳幼児と保護者、祖父母の孫の別対象

9 NPO法人 にしよだにこネット

ブログ <https://ameblo.jp/nishiyodo-nikonet/>
メール nikonet-room@swan.ocn.ne.jp

・にっこりRoom おおわだ ☎ 06-6195-1303
(大和田 6-3-29)

・にっこりRoom かわきた ☎ 06-6195-8503
(中津 112-15 中津東3住宅集会所)

・にっぽろステーション ☎ 06-6473-2422
(西淀川区役所1F) 詳しくはブログ、HPを見てね!

10 にしよど おやこ劇場

☎/SMS 080-6157-9301(若本)

Facebook/にしよどおやこ劇場 検索

Instagram/nishiyodooyako 検索

「みる」「つくる」「つどう」ことを大切にし、幼児、小・中・高校生、青年、大人がつながり、心豊かに成長できる活動をしています。【会員制】

区内の各地で活躍している「子ども支援団体」が、子どもをいっしょに見守るために発足。子どもたちの無事と安心を、いっしょに見守るつながりに努力しています。

ぜひ、子ども食堂や学習支援イベントなどで、子どもたちといっしょに出会いましょう!

おとなも子どもも いっしょにごはん!



[レシピ紹介]
わこちゃん

お野菜が苦手な子どもにピッタリ♪
～鶏ひき肉のくるくる巻～



材料 (4人分程度)

- 薄揚げ 2枚
- 鶏ひき肉 150g
- 人参 3cm
- えのき 1/2束
- 万能ねぎ 1本
- 塩 小さじ 1/2

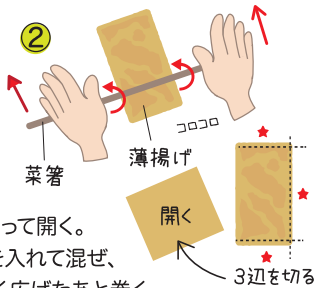
煮汁

- ★だし汁 200cc
(水+顆粒だしでもOK)
- ★醤油 大さじ1
- ★さとう 小さじ1

作り方

- 人参をみじん切りにし、えのき、万能ねぎは小口切りにする。
- 薄揚げは熱湯をかけ、油抜きをし、薄揚げの上で菜箸を転がし、3辺を切って開く。
- ボウルに鶏ひき肉を入れ、①の材料を入れて混ぜ、広げた薄揚げに半量ずつのせてうすく広げたあとと巻く。
- 鍋に★を入れ中火で煮たら、③(巻き終わりを下にする)を入れて15分煮たら出来上がり。

※ひき肉に入れる野菜は冷蔵庫に余っているものでも何でもOKです!!



インフォメーション

↑ ※切り取ってレシピカードとして利用してね!

第15回 えほん展

2022年
11/26(土)
10:00～16:00
27(日)
10:00～15:00



- 1000冊以上の絵本がおでむかえ
- 赤ちゃん絵本、外国語絵本、点字絵本もあります
- 楽しいあそびや工作のコーナーもあるよ!

西淀川区役所5階

入場無料

※12:30～13:00は換気消毒のため、一旦会場を閉鎖します

(お問合せ) えほん展実行委員会事務局 みんなで子育て! に～よんステーション TEL.06-6473-2422

西淀川区役所の各種情報は、区のLINE、
ツイッターなどで発信されています。



LINE



ツイッター

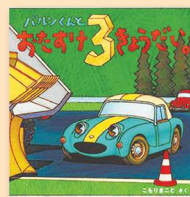
区のイベントや防災情報
など随時更新中。
ぜひフォロー＆チェック
してみてください。

詳しくは 西淀川区役所 政策共創課 5階52番窓口 ☎06-6478-9683 まで

絵本 だいすき!

[絵本紹介]
ぼけっと
(絵本の会 西淀川)

シンプルなお話で
絵もかわいい♡
ブルブル ガラガラ バルンバルン
楽しい音も子どもたちに
大ウケです♪



バルンくん おたすけ3きょうだい

こもり まこと/さく
(福音館書店)

あめあがりのいいてんき。さんぽかえりのバルンくん。がけくずれでとおれない。そこへ おたすけ3きょうだい。ブルブル ガラガラ キキキキー。「ぼくたちにおまかせ」とさぎょうかいし。プルにいさん プルプル。ペイにいさん グリーン。それから ダンプくん ドサドサドサツ。つちをあつめて すくって フォーンとひとつばしり。みちのわきに つちをドサーツ。あつめて すくって ドサーツ プルプル グリーン ドサドサドサツ。さぎょうしゅりょう あんぜんかくにん。とおってよし! おたすけ3きょうだい ありがとう。バルンくん さあ おうちへ バルン バルン バルンバルーン。3きょうだいのだいかつやくに 大人も子どももわくわくする1冊です。

西淀川図書館 ●ふわふわクラブ 毎月第1金曜日 10:30～10:50
11月4日(金) 12月2日(金)
●もこもこクラブ 毎月第4木曜日 11:00～11:20
11月24日(木) 12月22日(木)

・前日までの事前申込制
・お申込みは図書館まで
・参加無料
・定員/各回5組(先着順)

※新型コロナウイルス感染拡大に伴い、催しが中止になる場合があります。

この絵本は西淀川図書館にて貸し出しを行っております。ご利用ください。

子育て
コラム

先輩ママの子育て奮闘記! 泣いたり笑ったりの日々をふりかえります。0



by. へろへろかあちゃん

いろいろあって母も子もつよくなりました。

私には二人の子どもがいます。上の子が初めて熱を出した時のことは、今でもはっきりと覚えています。下の子のことはまったく覚えていません!(笑) 保育所に通いはじめて1週間経ったときのこと、熱が急に39度まで上がり、本人も初めてのことに戸惑い、母親である私にすがりついてきました。腕の中でどんどん熱くなっていく子を抱え、自分が代わってあげられたらどんなによいだろうと思いました。そのときからもう5年。熱性けいれんや嘔吐、様々な流行性疾患... 本当にいろいろなことがありました。高熱が出ても寝ず走り回る子どもたち。私も多少の熱が出て動じなくなりました。今や座薬を入れるのもお手の物です。病気の子どもの前になると、判断に悩むこともあります。たくさんの経験が私をつよくしてくれたように思います。



西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー]

西淀川区 子育てまるごと情報 Coo [クー] は、西淀川区役所HP
からもご覧いただけます。(バックナンバーもご覧いただけます)

ご意見・ご感想など、ぜひ皆様の声を寄せてください。

[メールアドレス] ni-yon@oregano.ocn.ne.jp

※本誌の記事、写真、イラストなどの無断転載、再発行等を禁じます。

