

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

地震が
起きた!
その時

いつものバッグにあってよかった防災グッズ7選

いつでもどこで起きるかわからない地震に備えて、日頃から持ち歩ける「ライフポーチ(防災ポーチ)」を作ってみませんか?
「持ち歩く」ことを想定して、自分の身を守るもの、自分に必要なアイテムを選んでみましょう。



■ホイッスル

「閉じ込められた!」
「倒壊した建物から出られない!」

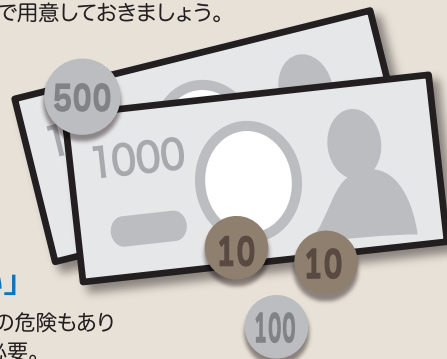
万一閉じ込められた場合、
声を出し続けるのは体力を消耗します。
自分の居場所を知らせるために必要。



■小銭(1000円札・コイン)

「〇〇ペイが使えない!」「公衆電話を使いたい!」

普段はキャッシュレス決済でも、災害時は現金が
必要になるので用意しておきましょう。



■モバイルバッテリー

「家族は無事?」「被災状況はどうなってるの?」

家族の安否確認はもちろん、情報収集にも携帯電話は
欠かせません。停電すると充電できないので必須!
ケーブルも忘れずに。

最近は LEDライト付きの
モバイルバッテリーも登場
ますます便利に!



■小型ライト

「夜、出先で被災した」
「停電で周りが見えない!」

暗い場合、がれきやガラスなどの危険もあり
足元や周囲を照らすためにも必要。
光は人を安心させます。



■マスク

「ほこりや人ごみが心配!」

粉じんや感染症対策など。
被災地では顔が洗えない
こともあるので付けて
いると安心。



■おかし(アメ・キャラメル・チョコレート・ようかんなど)

「電車が止まっちゃった!」
「お腹がすいた」「子どもが泣きやまない!」

少しの量で多くの栄養を補えます。
緊急時に気持ちを和らげる効果も。



■連絡先のメモ

「スマホが使えない」
「家族に連絡したいけど
番号を覚えていない!」

携帯電話が使えない場合を想定して
主要連絡先の電話番号のメモを
入れておきましょう。

連絡先

パパ 000-0000

おじいちゃん 00000000

おばあちゃん 00000000

それでも作るのが
面倒だなあ〜って方は
まずは連絡先のメモを
スマホケースやお財布に
入れることから
はじめてみよう!

ポーチの重さ
目安は 200g



単行本1冊分

いつものバッグに
ライフポーチを!

外出時に、負担にならない
程度のコンパクトな備えが
あれば安心だよ!

※NPO法人ウィメンズアイ考案のライフポーチを参考にしています

身近な防災を
気軽に学べる
からいいね!

みんなで はなそう!

わからなくて当たり前、気軽に学ぼう!

第11回

にしよど 防災カフェ

被災地から学ぼう! 子連れ防災【地震編】

2024年

5/30 (木)
THU入場
無料

会場: 西淀川区役所5階 会議室

●時間: 10:00 ~ 12:00 (受付9:45)

お申込・お問い合わせ/に〜よんステーション TEL.06-6473-2422

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。

1 区役所 子育て支援室

区役所2F

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 西淀川 こうのとりの図書館

区役所B1

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～)
- ・絵本げきじょう(小学生～)
- ・ふわふわクラブ(0歳～)
- ・もこもこクラブ(1歳半～)
- ・工作教室、こども会、子ども読書の日記念行事など

こども向けの
催しが
たくさん!

- 赤ちゃんも図書館カードが作れます
- ひとり15点まで、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://nishiyodo-kosodate.com/

- 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、子育ての援助を受ける
会員(依頼会員)と、援助を提供する会員(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
に一時預かり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!

5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、これは ⑥のつどいの広場 柏里 のイベントだよ!

1	水	⑥2歳以上ひろば ⑦大和田幼稚園 ⑨ちょこっとABC(かわきた)★	
2	木	③からだを動かして遊ぼう! ⑥0歳ひろば ⑦よどっこ保育園 ⑨0さいRoom(おおわだ)	3 9 (御幣島)(おおわだ)
3	金		
4	土		
5	日		
6	月		
7	火	⑤0・1歳ひろば	
8	水	③ベビーマッサージ&親子ヨガ ⑥2歳以上ひろば ⑦佃保育所 ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑦大和田幼稚園 ⑧たんぼぼ	3 5 (千舟)
9	木	③おしゃべり会★ ⑥0歳ひろば ⑧御幣島・竹島まみいくらぶ ⑩大人の遠足「山ガールりんさんと行く中山登山」★	
10	金	②ふわふわクラブ ⑨お誕生日会(おおわだ)★ ⑨TABUNKA(に～よん)★	3 (フラサ)
11	土	②えほんげきじょう ③子どものほめ方・しかり方★ ⑦御幣島幼稚園	
12	日		
13	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦姫島幼稚園 ⑦姫島保育所 ⑧歌島まみいくらぶ ⑨ボールプールの日(かわきた)★	3 (歌島)
14	火	①1歳6ヶ月児健診 ⑤0・1歳ひろば ⑥絵本読み聞かせ ⑦野里保育園 ⑦キッズコート大和田保育園 ⑨お誕生日会(かわきた)★	
15	水	①離乳食講習会 ③身体測定 ⑥2歳以上ひろば ⑦柏里保育所 ⑦光の園幼稚園 ⑦大和田幼稚園	
16	木	⑥0歳ひろば ⑦よどっこ保育園 ⑧野里まみいくらぶ ⑧キッズひまわり ⑧川北ひよこクラブ ⑧子育て広場ぼんぼこ ⑨0さいRoom(おおわだ)	3 3 (佃)(出来島)
17	金	⑥0・1歳おもちゃ作り★ ⑦光の園幼稚園 ⑨0さいRoom(かわきた)	9 (かわきた)
18	土	②パタポンおはなし会 ③ミニつどいの広場(出来島) ⑦ブライト保育園大阪歌島	3 (出来島)
19	日	⑩「アンサンブルネットによるアコーディオンミニコンサート」ボランティアエキスポ夢舞台(もと歌島橋バスターミナル)	
20	月	⑤えほんの会 ⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦御幣島幼稚園 ⑨ほっこりcafe(おおわだ)	6
21	火	①3歳児健診 ⑤「子どもの食事」について★ ⑤0・1歳ひろば ⑦かしわざとさくら園	
22	水	①産後のおしゃべり広場★ ⑥2歳以上ひろば ⑨絵本の日(に～よん)	
23	木	②もこもこクラブ ③お誕生会 ⑥0歳ひろば ⑦聖花保育園 ⑦レイモンド西淀保育園 ⑧ビヨビヨクラブ ⑨ちょこっとヨガ(かわきた)★ ⑨電車でGO!GO!(に～よん)	3 (福)
24	金	⑨保健師さんのおはなし(おおわだ)★	
25	土	②えほんのじかん ⑧親子ワイワイ広場	
26	日		
27	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑧柏里まみいくらぶ ⑨ちょこっとABC(おおわだ)★ ⑨お医者さんに聞いてみよう!(に～よん)	
28	火	①3ヶ月児健診 ⑤0・1歳ひろば ⑨本革チャームをつくろう(かわきた)★ ⑨0歳デー(に～よん)	
29	水	⑥2歳以上ひろば ⑦大和田幼稚園	
30	木	⑥0歳ひろば ⑦野里幼稚園 ⑨第11回 みんなではなそう!にしよど防災カフェ(区役所5階)★	
31	金	⑨子ども服のリユース(に～よん)	

★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。

6月

1	土	②パタポンおはなし会 ③ミニつどいの広場(竹島)	3 (竹島)
2	日		
3	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦御幣島幼稚園 ⑨ボールプールの日(かわきた)★	
4	火	⑤0・1歳ひろば	
5	水	⑥2歳以上ひろば ⑦たからこども園 ⑦大和田幼稚園 ⑨ちょこっとABC(かわきた)★	
6	木	③に～よん文庫による大人のための絵本の読み聞かせ★ ⑥0歳ひろば ⑦よどっこ保育園 ⑧御幣島・竹島まみいくらぶ ⑧姫島子育てサロン ⑧川北ひよこクラブ ⑨0さいRoom(おおわだ)	3 9 (御幣島)(おおわだ)
7	金	②ふわふわクラブ	
8	土	②えほんげきじょう	
9	日		
10	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦姫島保育所 ⑧歌島まみいくらぶ	3 (歌島)
11	火	①1歳6ヶ月児健診 ⑤「保育園に入るには・・・」★ ⑤0・1歳ひろば ⑥絵本読み聞かせ ⑦野里保育園 ⑦みさき佃保育園 ⑦キッズコート大和田保育園 ⑨お誕生日会(かわきた)★	
12	水	①産後のおしゃべり広場★ ③ベビーマッサージ&親子ヨガ ⑥2歳以上ひろば ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑦たからのざと保育園 ⑦光の園幼稚園 ⑦姫島幼稚園 ⑦佃保育所 ⑦大和田幼稚園 ⑧たんぼぼ ⑨保健師さんとはなそう(かわきた)★	3 5 (千舟)
13	木	③手形アート ⑥0歳ひろば ⑦トレジャーキッズひめさと保育園 ⑦聖花保育園	
14	金	⑥1歳親子教室★ ⑦光の園幼稚園 ⑨お誕生日会(おおわだ)★ ⑨「ケガとやけどのお話」(に～よん)★	3 (フラサ)
15	土	⑦ブライト保育園大阪歌島	
16	日		
17	月	⑤えほんの会 ⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば	6
18	火	①3歳児健診 ⑤0・1歳ひろば ⑦かしわざとさくら園 ⑨ふたごちゃん・みつごちゃん・多胎ファミリーデー(に～よん)★	
19	水	①離乳食講習会 ③身体測定 ⑥2歳以上ひろば ⑦柏里保育所 ⑦大和田幼稚園	
20	木	⑥0歳ひろば ⑦よどっこ保育園 ⑧野里まみいくらぶ ⑧キッズひまわり ⑧子育て広場ぼんぼこ ⑨0さいRoom(おおわだ)	3 3 (佃)(出来島)
21	金	③絵本の読み聞かせ ⑥1歳親子教室★ ⑦レイモンド西淀保育園 ⑨0さいRoom(かわきた) ⑨みんなで歌おうの日(に～よん)	9 (かわきた)
22	土	②えほんげきじょう ⑦御幣島幼稚園	
23	日		
24	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑧柏里まみいくらぶ ⑨ちょこっとABC(おおわだ)★	
25	火	①3ヶ月児健診 ⑤七夕制作★ ⑤0・1歳ひろば ⑦光の園たんぼぼ保育園 ⑨保育所選びのおはなし(かわきた)★ ⑨0歳デー(に～よん)	
26	水	③トイレトレーニング講座★ ⑥2歳以上ひろば	
27	木	②もこもこクラブ ③お誕生会 ⑥0歳ひろば ⑦野里幼稚園 ⑧ビヨビヨクラブ ⑨ちょこっとヨガ(かわきた)★	3 (福)
28	金	⑨親子で触れ合いヨガ(おおわだ)★ ⑨子ども服のリユース(に～よん)	
29	土		
30	日		

⑦は、こどもと保護者が参加できる
イベントです。詳しくは 園・保育所
にお問い合わせください。

7 保育所・保育園・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
姫里保育園	☎06-6474-7845
野里保育園	☎06-6472-9261
香養保育園	☎06-6473-2890
聖花保育園	☎06-6471-6224
よどっこ保育園	☎06-6474-6698
みどり保育園	☎06-4808-3939
青空保育園	☎06-6472-7008
レイモンドみてじま保育園	☎06-6195-1316
みさき佃保育園	☎06-6477-3630
トレジャーキッズひめさと保育園	☎06-6829-6266
ソフィア歌島保育園	☎06-4862-5897
ブライト保育園大阪歌島	☎06-6476-0190
たからのざと保育園	☎06-6473-2200
かしわざと さくら園	☎06-6472-1390
ベビーランドさくら園	☎06-6477-1390
きららかしわざと保育園	☎06-6195-2173
きららのざと保育園	☎06-7709-1012
たから保育園にしよどルーム	☎06-6770-9050
ぬくもりのおうち保育 ちぶね園	☎06-4862-6755
くじら保育園 姫島園	☎06-6147-3881
姫島サンフレンズ保育園	☎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
光の園たんぼぼ保育園	☎06-6195-7466
御幣島幼稚園	☎06-6471-0173
たからこども園	☎06-6475-2200

8 西淀川区子育てサロン

西淀川区役所総合福祉グループ

西淀川区民生委員児童委員協議会事務局

☎06-6478-9969

柏里まみいくらぶ	第4月曜	柏里会館
野里まみいくらぶ	第3木曜	野里福祉会館
歌島まみいくらぶ	第2月曜	歌島コミュニティ会館
御幣島・竹島まみいくらぶ	第1木曜	御幣島6丁目市営住宅第1集会所
たんぼぼ	第2水曜	千舟会館
キッズひまわり	第3木曜	佃会館
おおわだ・おおの・ひやくしま親子なよし広場	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
ビヨビヨクラブ	第4木曜	福町会館
ひよこクラブ	第1木曜	川北コミュニティ会館
ぼんぼこ出来島	第3木曜	サンラフし出来島第1集会所
竹島ひよこクラブ	第3月曜	竹島会館

※竹島ひよこクラブは地域居住の乳幼児と保護者、祖父母の孫の方対象

9 NPO 法人 にしよどにこネット

[HP] http://niko-net.sakura.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
(中島1-12-15 中島第3住宅集会所)
- ・に～よんステーション ☎06-6473-2422
(西淀川区役所1F) 詳しくはHPを見てね!

10 にしよど おやこ劇場

☎/SMS 080-6157-9301(岩本)

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]

11 西淀川こどもネット

☎/SMS 090-5648-7182(大西)

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やイベントなどで、子どもたちといっぱい出会いたいです!

この番号は
お問い合わせ機関
の番号です



このマークが付いている「ブックスタート」とは

赤ちゃんと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)



新じゃがとブロッコリーのチーズ焼き



クリームチーズや
トマトをトッピングして
パーティ料理に!



材料 (4人分)

新じゃが ※じゃがいもなら なんでもOK	中3個	片栗粉	大さじ2
ブロッコリー	約300g	塩	少々
ピザ用チーズ	50g	オリーブオイル	大さじ1

作り方

- ① ジャがいもの皮をむき、1cm角に切り
水にさらしてからレンジで (600W)
3~4分加熱する。
- ② ブロッコリーはあらみじん切りにし、
レンジで (600W) 2分加熱する。
- ③ ボールに①、②そしてピザ用チーズ、片栗粉、塩を
分量通り入れたらよくかき混ぜる。
- ④ 次にフライパンを温め、オリーブオイルを入れ
なじんできたら③を入れて形を整える。
その後フタをして弱火で5分程焼き、
裏面も同じように焼き目をつけたら出来上がり♪

離乳食
ココで取分け
じゃがいもを
マッシュして焼く
と離乳食としても
使えます!

POINT!



お好みで、ツナやコーンなどを入れて
アレンジを楽しんでくださいね!

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!

■ 西淀川区 子育てを応援する担い手育成・地域連携事業

乳幼児が中心の「親子の遊びスペース」や
子育てに役立つ情報がいっぱい!!

開所日時/月曜日~金曜日 9:30~15:30

みんなで子育て!

に~よんステーション

西淀川区御幣島 1-2-10 西淀川区役所 1階 TEL.06-6473-2422

区役所の
1階です

ゆっくりほっこり。
親子で集う会合と交流の場です。
もちろん初めてでも大丈夫!

スケジュールを
チェックして
お気軽に
お越しください。



に~よんステーションHP

★NPO法人にしよんこネットが運営しています。

■ 大阪市地域子育て支援拠点事業

プチ講座、お誕生日会なども開催しています! おもちゃや絵本、ベビーベッドもあります

開所日時/月曜日~金曜日 10:00~15:00 (不定休や土・日・オープンの場合あり) 午前と午後の入れ替え制

にっこりRoom おおわだ にっこりRoom かわまた

西淀川区大和田6-3-29 TEL.06-6195-1303

西淀川区中島1-12-15 中島第3住宅集会所 TEL.06-6195-8503

西淀川区役所の各種情報は、区の公式LINEで発信されています。



LINE

区のイベントや防災情報
など随時更新中。
ぜひチェック
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)

パンダのあかちゃん
とにかくかわいくて
思わずいっしょに
「おととと~」って
まねたくなります!



パンダのあかちゃん おととと

まつもと さとみ/作
うしろ よしあき/文
わたなべ さとこ/絵
(KADOKAWA)

「おととと おととと パンダのあかちゃん おととと」
軽快なリズムで始まり、読み進めているうちに、
自然と「おととと」と口ずさみ、思わず身体が動きだす。
パンダのあかちゃんと、りすやぺんぎんなどが
「おととと~ぼてっ」「おととと~べつちゃ~ん」...
一緒に動きをまねたくなる絵本です。
みんなで楽しめる一冊です。

西淀川ここのとり図書館 ●ふわふわクラブ 毎月第1金曜日 10:30~10:50
5月10日(金) 6月7日(金)
●もこもこクラブ 毎月第4木曜日 11:00~11:20
5月23日(木) 6月27日(木)

・参加無料
・定員/各回10組
(当日先着順)

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

泣いたり!笑ったり!日々子育てで奮闘するパパ&ママの手記

子育て数珠つなぎ

4月から新生活を送っていらっしゃるみなさまへ

By. にしよん 子育て応援団 団長

4月から子どもが保育園・幼稚園に通いだしたみなさま、いかがお過
ごしですか。少し新しい生活リズムに慣れてきた頃でしょうか。
職場復帰したお父さん、お母さんは、自分が仕事に慣れるのもしんど
い中でがんばっていらっしゃるんでしょうね。子どもも新しい環境に
慣れてきたら今度は熱を出したりして、しんどい頃かとも思います。
私は第1子を出産した後、日中子どもを抱えて一人であることに耐え
られず、地域にある子育て支援施設に顔を出していました。
夜泣きがひどくて日中もよく泣く子どもでしたが、施設の先生に相談
したり、同じくらいの月齢の子どもがいるお母さんに愚痴を聞いても
らったりすることで、悩みすぎない育休生活を送ることができました。
お父さん、お母さん、新生活の中で相談したり愚痴をこぼしたりする
ことができる人はいますか? 子育ては長い道を走るマラソンみた
いなものです。子どもが独り立ちするまで、親の役割は続きます。
一人ではどうしても行き詰ってしまうこともあります、誰かに聞い
てもらうだけで、楽になることがあります。
もし時間ができたら、子育て支援施設に遊びに来てくださいね。
みなさんの子育てのお手伝いができれば、とてもうれしく思います。



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。

