

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
 発 熱	水分補給に! カンタン「経口補水液」 100% りんごジュース 200ml 水 800ml 塩 小さじ 0.5 杯	☐ 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	☐ 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
 おう吐	吐いたものが残らないようにすばやく処理 おう吐処理グッズをセットしておく。 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 新聞紙やペーパータオル いらない布 ゴミ袋	☐ 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	☐ 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
 せきが出る	室内は換気・掃除をこまめにし、新鮮な空気を入れ清潔に。 部屋の湿度を上げるには「ぬれタオル」が効果的です。 	☐ 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	☐ 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
 鼻水・鼻づまり	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。 	☐ 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	ハナミズが出ている だけなら救急の 心配はいりません。
 下 痢	おしりがかぶれやすくなるので清潔にしてあげましょう。 かぶれ予防ワセリン オムツの上で「おしり洗い」 	☐ 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	☐ 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

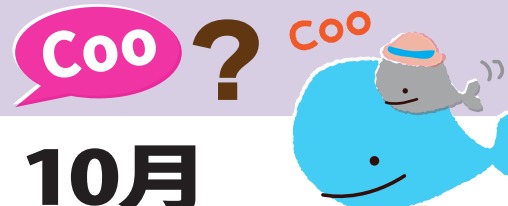
おうちで
様子を見る?どしたら
いい?近くに
救急病院は
ある?急いで
病院に走る?

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。



西淀川区の子育てイベントカレンダー 今日はどこいく～



※スケジュールが変更となっている場合があります。
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 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!

9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⑤の西淀川子育て支援センターのイベントだよ!

1	月	⑤0歳ひろば ⑥保育園の話★ ⑥0歳ひろば ⑨ボールプールの日(かわきた)★
2	火	⑤0・1歳ひろば
3	水	⑤ボールプールで遊ぼう! ⑥2歳以上ひろば ⑦光の園幼稚園 ⑦大和田幼稚園 ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑦たからこども園 ⑨ちよこっとABC(かわきた)★ ⑨ふたごちゃんみつごちゃんファミリーデー(に～よん)★
4	木	③からだを動かして遊ぼう ⑥0歳ひろば ⑦光の園たんぽぽ保育園 ⑦よどっこ保育園 ⑨0さいRoom(おおわだ)
5	金	②ふわふわクラブ ⑦光の園幼稚園 ⑨のびのびひろば(ふくふく)★
6	土	⑦たからのざと園
7	日	⑩ファミリー向け音楽人形劇「イマイアキのおはなしオルガン」(港近隣センター)★
8	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦御幣島幼稚園
9	火	①1歳6か月児健診 ③ベビーマッサージ&親子ヨガ★ ⑤0・1歳ひろば/栄養士が来るよ ⑥絵本読み聞かせ ⑦みさき佃保育園 ⑦姫里保育所 ⑧川北ひよこクラブ ⑨お誕生日会(かわきた)★ ⑨電車でGo! Go! (に～よん)
10	水	⑥2歳以上ひろば ⑦香簀保育園 ⑦大和田幼稚園 ⑦たからのざと園 ⑦レイモンドみてじま保育園
11	木	⑥0歳ひろば ⑦姫島幼稚園 ⑦トレジャーキッズひめさと保育園 ⑧御幣島・竹島まみいくらぶ ⑨ほっこりcafé(おおわだ)
12	金	⑥ミュージックケア/0歳親子★ ⑨お誕生日会(おおわだ)★ ⑨TABUNKA(に～よん)★
13	土	②絵本げきじょう
14	日	②ばけっと読み聞かせの日
15	月	
16	火	①3か月児健診 ⑤絵本の会 ⑤0・1歳ひろば ⑦かしわざとさくら園 ⑨ほっこりcafé(かわきた) ⑨ワクチンと子どもの感染症のお話(に～よん)★
17	水	①離乳食講習会 ③身体測定 ⑤1歳親子教室★ ⑥2歳以上ひろば ⑦柏里保育所 ⑦大和田幼稚園 ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑧ひまわり
18	木	⑥0歳ひろば ⑥看護師来館 ⑧のざとまみいくらぶ ⑨0さいRoom(おおわだ) ⑨ミニあそび場(千舟公園)
19	金	③トイレトレーニング★ ⑨のびのびひろば(ふくふく)★ ⑨0さいRoom(かわきた)
20	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 ⑦たから保育園にしよドルーム ⑩ファミリーキャンプin寝屋川市立野外活動センター★
21	日	⑩ファミリーキャンプin寝屋川市立野外活動センター★
22	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑧柏里まみいくらぶ
23	火	
24	水	⑤1歳親子教室★ ⑥2歳以上ひろば ⑦大和田幼稚園 ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑨絵本の日(に～よん)
25	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 ⑦野里保育園 ⑦聖花保育園 ⑧ピヨピヨクラブ ⑨ほっこりcafé(おおわだ) ⑨ちよこっとヨガ(かわきた)★
26	金	③リユースフェア ⑦レイモンド西淀保育園 ⑨子育てのヒントになるお話(おおわだ)★ ⑨子ども服のリユース(に～よん)
27	土	②えほんのじかん
28	日	⑩ファミリー向け音楽劇「どうぶつ忍者太鼓」太鼓と芝居のたまっこ座(淀川区民センター)★
29	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑨ちよこっとABC(おおわだ)★
30	火	①3歳児健診 ⑤0・1歳ひろば ⑨ベビータッチケア(かわきた)★ ⑨0オデー(に～よん)

9
(おおわだ)

3 6
(歌島)

5

3
(プラザ)

3
(佃)

9
(ゆき)

3
(出来島)

9

3

9

3

3

10月

1	水	⑤ボールプールで遊ぼう! ⑥2歳以上ひろば ⑦たからこども園 ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑨ちよこっとABC(かわきた)★
2	木	⑥0歳親子教室★ ⑦よどっこ保育園 ⑧姫島子育てサロン ⑨0さいRoom(おおわだ)
3	金	②ふわふわクラブ ③製作の日 ⑨のびのびひろば(ふくふく)★
4	土	③ミニつどいの広場(竹島) ⑦大和田幼稚園 ⑦御幣島幼稚園
5	日	
6	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑨ボールプールの日(かわきた)★
7	火	⑤0・1歳ひろば ⑦みさき佃保育園
8	水	⑥2歳以上ひろば ⑦香簀保育園 ⑦大和田幼稚園 ⑦たからのざと園 ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑨ちよこっとおしゃべり会(かわきた)
9	木	③ハロウィン遊び ⑥0歳親子教室★ ⑦聖花保育園 ⑧御幣島・竹島まみいくらぶ ⑨ほっこりcafé(おおわだ) ⑨ハロウィンを楽しもう!(に～よん)★
10	金	⑨お誕生日会(おおわだ)★
11	土	②絵本げきじょう ⑦たから保育園にしよドルーム
12	日	
13	月	⑧歌島まみいくらぶ
14	火	①1歳6か月児健診 ③ベビーマッサージ&親子ヨガ★ ⑤0・1歳ひろば/栄養士が来るよ ⑥絵本読み聞かせ ⑦姫島保育所 ⑦姫里保育所 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大和田幼稚園 ⑦レイモンドみてじま保育園 ⑧ひまわり ⑨医者さんに聞いてみよう!(に～よん)
16	木	⑥0歳ひろば ⑦姫島幼稚園 ⑦野里幼稚園 ⑧のざとまみいくらぶ ⑧子育て広場ばんぼこ ⑨0さいRoom(おおわだ)
17	金	③おはなし会 ⑨のびのびひろば(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)
18	土	②パタポン 秋のおはなし会 ⑦レイモンド西淀保育園
19	日	
20	月	⑤0歳ひろば ⑥0歳ひろば ⑦御幣島幼稚園
21	火	①3歳児健診 ⑤絵本の会 ⑤0・1歳ひろば ⑦かしわざとさくら園 ⑨ほっこりcafé(かわきた)
22	水	⑥2歳以上ひろば ⑦大和田幼稚園 ⑦レイモンドみてじま保育園
23	木	②もこもこクラブ ③お誕生会★ ⑥0歳ひろば ⑧ピヨピヨクラブ ⑨ほっこりcafé(おおわだ) ⑨ちよこっとヨガ(かわきた)★
24	金	⑦光の園幼稚園 ⑨ハロウィンあそび(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ちよこっとABC(おおわだ)★
28	火	①3か月児健診 ⑤ハロウィン制作★ ⑤0・1歳ひろば/栄養士が来るよ ⑦光の園幼稚園 ⑨ハロウィン気分をたのしもう(かわきた)★ ⑨0オデー(に～よん)
29	水	③育休復帰準備セミナー★ ⑥2歳以上ひろば ⑦大和田幼稚園 ⑦レイモンドみてじま保育園
30	木	③川北フェスティバル(川北) ⑥0歳ひろば ⑦光の園たんぽぽ保育園 ⑨1さい以上Room(おおわだ)
31	金	⑨子ども服のリユース(に～よん)

9
(おおわだ)

3
(竹島)

5

3

3

3
(プラザ)

3
(佃)

3
(出来島)

9
(ゆき)

3
(大和田)

6

3

3
(福)

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
姫里保育所	☎06-6474-7845
野里保育園	☎06-6472-9261
香簀保育園	☎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
かしわざとさくら園	☎06-6472-1390
しあわせいっぱい保育園 姫島	☎06-6711-4125
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ドルーム	☎06-6770-9050
め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
(たんぽぽ保育園)	☎06-6195-7466
御幣島幼稚園	☎06-6471-0173
たからこども園	☎06-6475-2200
たからのざと園	☎06-6473-2200

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
のざとまみいくらぶ	第3木曜	野里コミュニティ会館
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
ひまわり(佃・佃西)	第3水曜	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
ピヨピヨクラブ	第4木曜	福町会館
川北ひよこクラブ	第1木曜	川北コミュニティ会館
子育て広場ばんぼこ	第3木曜	出来島コミュニティ会館

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(大和田6-3-29) ☎06-6195-1303
- ・にっこりRoom かわきた(中島1-12-15 中島第3住宅集会所) ☎06-6195-8503
- ・に～よんステーション(西淀川区役所1F) ☎06-6473-2422
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/nishiyoduoyako	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、子どもたちといっしょに出会いたいです!

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

赤ちゃん和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)

★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。

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

卵なし!
グルテンフリー!

朝ごはんやおやつに!!

米粉スコーン



外はサクサク内側はふんわりがクセになる美味しさ!
ダイエット中のママにもピッタリ!
手軽に作れて、アレンジ次第で無限のメニューが
楽しめるのが最高ですよ♪

いろいろアレンジ!

材料

- A
- 米粉 100g
 - てんさい糖 大さじ2
 - ※きび糖や白砂糖でもOK!
 - ベーキングパウダー 小さじ1
 - 塩 少々
- B
- 豆乳(牛乳) 大さじ3と1/2
 - 米油(サラダ油) 大さじ1と1/2

作り方

- ① Aの材料をビニール袋に入れよく振る。
- ② その中にBを入れてよくもみ、丸く形を整えて冷蔵庫で10分ねかす。
- ③ 冷蔵庫から取り出し、6等分した後、アルミはくの上に置きトースターで15分焼いたら出来上がり!!
(アルミはくをかぶせて焼いてね)

しっとりと焼き上げたい場合は小麦粉・牛乳・バターにかえてつくってみてね♪



コーンを
入れたり

レーズンを
入れても
good!

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!

区役所地下1階です

子ども向けの催しもたくさんあるよ!

西淀川こうのとりの図書館

開館時間

火～金曜日
(第3木曜日は休館)
10:00～19:00
土・日曜日、祝・休日
10:00～17:00

赤ちゃんも
図書館カードが
作れます♪



休館日

月曜日・第3木曜日(祝・休日は開館) 年末年始、蔵書点検期間

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 区政企画課 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)

最後のシーンに
子どもたちは大喜び!
ぞうくんたちは
どうなるのかな?



ぞうくんのさんぽ

なかの ひろたか/さく・え
(福音館書店)

今日はいい天気。ぞうくんはご機嫌でさんぽにでかけます。
仲良しのかばくんや、いろいろな友だちに出会い、さんぽにさそいます。
でも、ぞうくん大丈夫かな。
だって、ぞうくんの上にかばくんが…ちょっぴり心配です。
ハラハラドキドキ…最後の友だちが乗ったら、うわーっ! どうなるでしょう?
やさしい色あい、かわいい絵、わかりやすい文章で、何度も読みたくなる楽し
い絵本です。絵本を読んだら、おさんぽに行きたくなくなるかもしれませんね。

西淀川こうのとりの図書館 ●ふわふわクラブ 毎月第1金曜日 10:30～10:50
9月5日(金) 10月3日(金)
●もこもこクラブ 毎月第4木曜日 11:00～11:20
9月25日(木) 10月23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。



今日もイライラ… 私だけ?
他の子は、ぐずったりしないし、
みんな楽しそうに子育てしてるように見える…

みんな、イライラしてしまう日はありますよね。
そんな時は…

抱っこして 歌を歌う♪

赤ちゃんを抱っこして歌う!
童謡や子どもの好きそうな
歌だけじゃなくていいよ。
推しの歌やノリの良い
流行りの曲でもOK!
抱っこしてふれあい歌うことで、
大人も子どもも穏やかになります。
生活の場面に取り入れよう!



ふれあうことで
子どもの変化に気づくことも…

ちょっと熱っぽいとか
肌が赤くなるとかね



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。

