

フランクフルトと野菜のスープ煮

材 料 (1人分)	
フランクフルト	10g
人参	10g
セロリ	10g
キャベツ	20g
かぶら(葉なし)	20g
しいたけ(生)	5g
コンソメスープの素	少々
塩	0.8g
こしょう	少々
油	2g

※代替食品:かぶら→大根・冬瓜

- 1 フランクフルト一口大に切る。
- 2 セロリの茎はすじを取って小さめに切り、葉は細かく切っておく。キャベツは短冊切り、かぶらは皮をむきさいころに切る。人参はいちょう切りにする。しいたけは石づきを取り、6〜8つに切る。
- 3 なべに油を熱し、人参・セロリ・キャベツの順に炒める。しいたけ・フランクフルトを加え水を入れて煮、柔らかくなればかぶらを加えて、コンソメ・塩・こしょうで味をととのえる。

レシピ提供：港子育て支援センター（大阪市子ども青少年局保育施策部[献立カード]より）

港区子育てサロン紹介

港区内の各地域で開催している子育てサロンの紹介コーナーです。
今回は、三先地区の「子育てサロンタンポポみさき」です。

毎月 第2火曜日(1月、4月、8月は休み)午前10時〜11時30分
三先小学校 多目的室で三先小学校の児童が遊んでくれたり、手遊び紙芝居、年に数回三先幼稚園の園児さんが遊びに来てくれたりいろいろな催しを用意しています。ほっこりしに、遊びに来てください。



「みなときっず」編集こぼれ話

今年の4月から「みなと子育てしチャオ会」を担当し始めて、早いもので9か月が経とうとしています。社会人になりたてで、右も左もわからなかった4月から少しは成長できたかなと、ふと一人振り返りをしていました。初めて参加した「しチャオ会」の会議では、子育て支援に対する思いやアイデアを皆さん楽しそうにお話されている姿がとても印象的で、こうして素敵な港区はできあがっていくのだと感じたのを覚えています。様々な企画があるなかで、どうしたら来た人にもっと楽しんでもらえるだろうかと考えている時間は、悩むこともありますが楽しいものでもあります。また実際に参加者の笑顔を見ることができたときは、この事業にかかわることのできる幸せを感じます。

これからも「みなと子育てしチャオ会」の一員として頑張っていきます。様々な場面で多くの方と出会えることを楽しみにしております。

港区社会福祉協議会 矢野

★第14回 みなとふれあい福祉のひろば

高齢・障がい者施設などの福祉事業所や、子育て関係者、港区のいろいろな場所で活動しているボランティアグループが、舞台発表やバザー、遊びや工作、飲食コーナーを実施し、ご高齢の方や障がいのある方、そして小さなお子さままで、どなたでも楽しんでいただけるイベントを開催します!もちろん、しチャオ会もお子さま向けの楽しいコーナーで参加します♪

日 時:令和2年3月14日(土)午前10時〜午後3時
※2階喫茶・食べ物コーナーは11時〜
場 所:ゆめホーム「ゆめ」かなえる港民センター全館・港図書館(住所:港区弁天2-1-5)
内 容:①楽しい舞台プログラム ②食べ物コーナー ③あそびのコーナー ④施設紹介コーナー ※くしゃきょんスタンプラリーもあるよ!
主 催:みなとふれあい福祉のひろば実行委員会

入場無料

★氷あそびしチャオ!

スケートリンクを削った氷の雪の山で、みんなで一緒に氷あそびをしよう!雪だるまと一緒に写真を撮ったり、雪の中の宝探しを楽しもう!終了後はおさづーがスケートリンクで滑るよ!レインコートを着るなど、濡れても良い恰好できてね!

日 時:令和2年3月4日(水)10時30分〜12時 ※雨天時は屋根の下で開催します!
場 所:大阪プール外周北側 申 込:不要 参加費:無料
対 象:就学前の子どもとその保護者
持ち物:スコップやバケツなどのあそびグッズ、手袋、着替え、長靴(すべてに名前を記入してね!)

問合せ:港区社会福祉協議会
TEL 6575-1212 FAX 6575-1025

みなときっず

2020 1・2・3月号 Vol.36

発行／みなと子育てしチャオ会 編集／港区子ども・子育てプラザ

港区保健福祉センター

いろいろ相談や教室を行なっています!!

うえるかむBaby!プレママ講座 ～同級生ママとおともだちに～

ママになる準備

- ・マタニティ体操でリラックス♪
- ・母乳育児の準備・おっぱいケア
- ・陣痛ってどんな感じ?
- ・先輩ママに聞こう!
- ・子育て便利グッズ
- ・マタニティ期の食生活・食事診断
- ・歯科検診

めざせ イクメンパパ!

- ・赤ちゃんを知ろう!
- ・抱っこ・オムツ交換・沐浴にチャレンジ!
- ・プレパパに知ってほしい!妊婦疑似体験

栄養士による離乳食・食生活相談

赤ちゃんの成長に合わせた離乳食のお話です。

離乳食についての疑問や不安と一緒に解消しましょう!!

子育て支援室

0〜18歳までの子育てに関する様々な相談を行なっています。地域の子育て情報も紹介しています。

ふたごの広場交流会「さくらんぼ」

ふたご・みつごなど多胎児を育てている保護者の方が集う場です。子どもたちと体を動かしたり、絵本を見たりする時間もあります。また、簡単な制作をしながら話をするので、多胎児を育てていくうえでの悩みごとや困りごとを楽しさを共感しています。多胎児を育てた先輩からのアドバイスを受けることで「大きくなったら!!嬉しいことも2倍になる!!」と未来への期待を持ちながら次回の交流会を楽しみにされています。参加を希望される多胎児の保護者さんは子育て支援室に連絡ください。

家庭児童相談員にご相談ください

日ごろ「うちの子どもあまり話さない」「おもちゃをながてしまう」「話をしても聞いてくれない」「幼稚園や学校に行くのを嫌がる」等、保護者の方が悩んでいることの相談に応じます。様々な悩みや問題へのアドバイス、専門機関の紹介もします。ご相談ください。一緒に子どものことを考えましょう。

子育て支援事業 利用者支援専門員(コンシェルジェ)にご相談ください

初めて保育所・幼稚園・認定こども園の入所を考えている方を対象に、園の特徴や申込方法、また一時預かり保育の利用方法や、親子で集える子育て広場の情報提供や相談を行います。ぜひお気軽にご相談ください。

子どもたち喜んでくれるかな!!

いっぱいおもちゃがあるよ。どれにしようかな?

1月 子育てカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6 ⁷ あかちゃんひろば	7	8 ¹ 3歳児健診 ² おたのしみ会 ⁵ キッズday ⁶ ママトコリトミック ⁹ 田中キッズ ⁸ 港保育所 ⁹ 港乳児保育センター ⁸ 安治川保育園	9 ⁸ 波除学園 ⁸ 三先幼稚園	10 ¹ 離乳食講習会 ⁶ ベビーマッサージ ⁶ 紙ふうせん ⁷ あかちゃんひろば ⁸ アソカ学園 ⁸ 池島保育園	11 ⁸ ブックスタート ⁹ 絵本の読み聞かせ ⁹ おもちゃ病院 ⁶ じゅんちゃん ⁶ まえむきIPPO
12	13	14 ⁸ 築港保育園	15 ¹ 1歳6か月児健診 ² おたのしみ会 ⁵ おしゃべりcafé ⁶ 市岡げんきっこ ⁸ 日輪学園	16 ¹ うえるかむBaby! プレママ講座 ¹ びよびよらんど ⁸ 磯路保育所 ⁸ 三先幼稚園	17 ⁶ ブックスタート ⁷ あかちゃんひろば	18 ² 冬のこども会 ⁹ おもちゃ図書館
19	20 ⁷ あかちゃんひろば ⁷ ブックスタート ⁷ あかちゃんへの読み聞かせ会 ⁸ 八幡屋保育所	21 ⁸ 田中保育所 ⁸ 第2善児園	22 ¹ 3か月児健診 ² おたのしみ会 ³ 成長記録の日 ⁸ 善児園 ⁸ 港乳児保育センター	23 ³ 成長記録の日 ⁶ ひまわりキッズ ⁸ 波除学園	24 ⁶ 健診さんとしゃべりしましょ ⁸ 港晴キッズ ⁷ あかちゃんひろば ⁸ アソカ学園 ⁸ 池島保育園 ⁸ 安治川保育園	25 ³ プチお誕生会 ⁶ パパday
26 ¹ うえるかむBaby! プレママ講座	27 ⁷ あかちゃんひろば ⁸ 港保育所	28 ⁹ ベビーリンパ ⁶ ハンドマッサージ ¹⁰ おもちゃ相談室	29 ² おたのしみ会	30 ³ 子育て相談の日	31 ⁷ あかちゃんひろば	

2月 子育てカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1 ³ おもちゃ病院 ⁶ じゅんちゃん ⁶ まえむきIPPO ⁸ おはなしぶーさん
2	3 ⁷ あかちゃんひろば ⁸ 港保育所 ⁸ 安治川保育園 ⁸ 波除学園	4 ⁸ 築港保育園	5 ¹ 離乳食講習会 ² おたのしみ会 ⁵ ママトコリトミック ⁸ 港乳児保育センター	6 ⁶ スマイル広場	7 ² あかちゃんのおたのしみ会 ⁶ ベビーマッサージ ⁶ いそじキッズ ⁷ あかちゃんひろば	8 ³ ブックスタート ³ 絵本の読み聞かせ ⁸ 第2善児園
9	10 ⁶ おしゃべりcafé ⁷ あかちゃんひろば ⁷ ブックスタート ⁷ あかちゃんへの読み聞かせ会 ⁸ 八幡屋保育所	11	12 ¹ 3歳児健診 ² おたのしみ会 ⁵ キッズday	13	14 ⁶ 紙ふうせん ⁷ あかちゃんひろば ⁸ アソカ学園 ⁸ 三先幼稚園	15 ⁹ おもちゃ図書館
16	17 ⁷ あかちゃんひろば ⁸ 港保育所	18 ³ 親子ヨガ ⁹ タンボボみさき ⁸ 田中保育所	19 ¹ 1歳6か月児健診 ² おたのしみ会 ⁹ 成長記録の日 ⁶ 市岡げんきっこ ⁸ 善児園 ⁸ 港乳児保育センター ⁸ 日輪学園	20 ¹ びよびよらんど ³ 成長記録の日 ⁶ うさぎクラブ ⁸ 磯路保育所 ⁸ 波除学園	21 ⁶ ブックスタート ⁷ あかちゃんひろば	22 ⁶ パパday
23	24	25 ³ ベビーリンパ ⁶ ハンドマッサージ ¹⁰ おもちゃ相談室	26 ¹ 3か月児健診 ² おたのしみ会 ³ 子育て相談の日 ⁸ 八幡屋キッズ	27 ⁶ ひまわりキッズ	28 ³ 子育て相談の日 ⁷ あかちゃんひろば ⁸ アソカ学園 ⁸ 池島保育園 ⁸ 安治川保育園	29 ³ プチお誕生会

3月 子育てカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ⁷ あかちゃんひろば ⁸ 港保育所 ⁸ 波除学園	3 ⁸ 安治川保育園	4 ¹ 離乳食講習会 ² おたのしみ会 ⁸ 港乳児保育センター ★水あそびしチャオ!	5 ⁶ スマイル広場 ⁸ 築港キッズ	6 ² あかちゃんのおたのしみ会 ⁶ おしゃべりcafé ⁶ ベビーマッサージ ⁶ いそじキッズ ⁷ あかちゃんひろば	7 ³ おもちゃ病院 ⁶ じゅんちゃん ⁶ まえむきIPPO ⁸ おはなしぶーさん
8	9 ⁷ あかちゃんひろば ⁷ ブックスタート ⁷ あかちゃんへの読み聞かせ会	10 ⁸ タンボボみさき ⁸ 築港保育園	11 ¹ 3歳児健診 ² おたのしみ会 ⁵ キッズday ⁶ ママトコリトミック ⁹ 田中キッズ ⁸ 善児園	12 ⁶ ひまわりキッズ	13 ⁶ ブックスタート ⁶ 紙ふうせん ⁷ あかちゃんひろば ⁸ アソカ学園 ⁸ 池島保育園	14 [★] みなとふれあい福祉のひろば
15	16 ⁷ あかちゃんひろば	17 ⁹ 親子ヨガ ⁸ 第2善児園	18 ¹ 1歳6か月児健診 ² おたのしみ会 ⁹ 成長記録の日 ⁶ 市岡げんきっこ ⁷ 絵本の読み聞かせ お楽しみ会 ⁸ 港乳児保育センター	19 ¹ うえるかむBaby! プレママ講座 ¹ びよびよらんど ³ 成長記録の日 ⁶ うさぎクラブ ⁸ 日輪学園	20	21 ³ ブックスタート ⁹ おもちゃ図書館
22 ¹ うえるかむBaby! プレママ講座	23 ⁷ あかちゃんひろば ⁸ 港保育所	24 ³ ベビーリンパ ⁶ ハンドマッサージ ¹⁰ おもちゃ相談室	25 ¹ 3か月児健診 ² おたのしみ会 ³ 子育て相談の日 ⁸ 八幡屋キッズ	26 ³ 子育て相談の日	27 ⁶ 心健さんとしゃべりしましょ ⁸ 港晴キッズ ⁷ あかちゃんひろば ⁸ アソカ学園 ⁸ 池島保育園	28 ³ プチお誕生会 ⁶ パパday
29 ³ ふれあい喫茶	30 ⁷ あかちゃんひろば	31				

※都合により予定が変更になる場合があります。予約が必要な場合もありますので、お問い合わせください。

「参加してみたい」「内容を詳しく知りたい」方は、右ページ番号の各機関まで直接お問い合わせください。

1 港区保健福祉センター（区役所内）の子育て相談（港区市岡1-15-25） FAX.06-6572-9514(共通)

港区子育て支援室(3F 32番窓口)／TEL.06-6576-9844
0歳～18歳までの子育てに関する様々な相談を保育士や家庭児童相談員が行っています。地域の子育て情報も紹介しています。

保健師による育児相談(3F 33番窓口)／TEL.06-6576-9968
妊娠中、子育て中のお母さん、お父さんを応援するため、いろいろな教室や相談を行っています。
●うえるかむBaby! プレママ講座(予約制)
1.3.5.7.9.11月 第3木曜日・第4日曜日 13:30～15:30
2.4.6.8.10.12月 第3木曜日 13:30～15:30
●びよびよらんど<2～3か月児ママと妊婦>(予約制)
第3木曜日 14:00～15:30

栄養士による相談(3F 34番窓口)／TEL.06-6576-9882
離乳食・食生活相談を行っています。講習会(6～7か月児) 第1水曜日 13:30～

2 ゆめホーム「ゆめ」かなえる港図書館（港区弁天2-1-5） TEL.06-6576-2346 FAX.06-6571-7915
http://www.oml.city.osaka.lg.jp
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
※7/21～8/31は月曜日も開館
1人15点まで15日間借りられます。赤ちゃんも図書館カードを作れます。

3 港区子ども・子育てプラザ（港区磯路2-11-10） TEL/FAX.06-6573-7792
http://www.osaka-kosodate.net/plaza/minato/

子育て中の仲間が出会える場所です。子育て支援講座やイベント以外にも、0歳～就学前の乳幼児と保護者同士が交流のできる「つどいの広場」など、子どもたちの健やかな育ちと家庭や地域の子育てを応援します。

つどいの広場利用時間等
<0・1・2歳>：水・金曜日9:30～15:00と土曜日の午前 9:30～12:00 <3歳以上>：火・木曜日9:30～15:00と土曜日の午後 12:00～14:30

●おおさか・みなと・おもちゃ病院
子どもたちの壊れたおもちゃを修理しています。1人2点まで。
日時：毎月第1土曜日 13:00～15:00
運営：おおさか・みなと・おもちゃ病院（ボランティアグループ）

4 ファミリー・サポート・センター港支部（港区磯路2-11-10） TEL/FAX.06-6573-7796

子育てを援助してほしい方（依頼会員）と子育てを援助したい方（提供会員）が会員として登録し、地域で子育てを支え合う制度です。

5 はっぴいポケットみ・な・と(大阪市地域子育て拠点事業)（港区南市岡1-11-19 尻無川自治会館1階） TEL.070-6649-4355（開所時のみ可）
hapipominato@willcom.com（行事申込）
http://www.kojoken.jp/profile/task/minato/（通信閲覧）
子どもとともに安心して人とつながれる居場所です。

●つどいのひろば
開所日：月・火・水・金・土 9:30～14:30 (4月から変更になりました)
※金曜日の午前中は赤ちゃんとプレママ・プレパパday
※毎月第4土曜日はパパday(祝日の場合は変更あり)
対象：主に0歳から就学前の子どもと保護者
Twitterを
始めました。

委託運営：(公社)子ども情報研究センター
TEL.06-4708-7087 FAX.06-4394-8501
http://www.kojoken.jp/
ファミリー子育て何でもダイヤル(毎週水曜日10:30～20:00)
子ども家庭相談室(毎週月・火・木曜日10:00～20:00)
おとな専用TEL.06-4394-8754
子ども専用TEL.0120-928-704

6 港区子育てサロン 就学前の子どもと親を対象に遊びの場や子育てしている親同士の交流の場を提供しています。

港区子育てサロン予定表（定例開催日一覧）
都合によりお休みや開催予定日が変わる場合があります。
開催日は港区役所HPでご確認ください。（港区役所HP → 港区Twitter）

校下	愛称	日時	場所
波除	紙ふうせん	第2(金) 10:30～12:00	波除老人憩いの家
弁天	うさぎクラブ	第3(木) 10:30～12:00	弁天第一会所
磯路	いそじキッズ	第1(金) 10:30～12:00	磯路会館老人憩の家
南市岡	スマイル広場	第1(木) 10:30～12:00	南市岡小学校・多目的室
市岡	市岡げんきっこ	第3(水) 10:30～12:00	市岡会館老人憩の家
田中	田中キッズ	第2(水) 10:30～12:00	田中小学校・多目的室
三先	タンボボみさき	第2(火) 10:00～11:30	三先小学校・多目的室
池島	ひまわりキッズ	第4(木) 10:30～12:00	池島小学校・いきいき教室
八幡屋	八幡屋キッズ	第4(水) 10:30～12:00	八幡屋会館老人憩の家
港晴	港晴キッズ	第4(金) 10:30～12:00	港晴東会館老人憩の家
築港	築港キッズ	第1(木) 10:30～12:00	築港小学校・多目的室
その他	おはなしぶーさん	第1(土) 11:00～12:00	市営波除第2住宅 7・8号棟集会所

子育てサロンは港区主任児童委員が中心になって開催されています。どこの地域も大歓迎です。さあ、出かけてみましょう。（参加費無料）

7 港子育て支援センター（港区八幡屋3-12-11） TEL/FAX.06-6576-4320
3か月から概ね3歳未満の親子が自由に遊べるところです。
●あそびのひろば ●親子教室 ●あかちゃんひろば
月～金10:00～12:00 13:00～16:00 ●ブックスタート ●子育て講座
※火 10:00～12:00は予約制の教室や ●子育て相談 ●子育て情報提供
講座になることがあります。 詳しくは、当センターにお問い合わせください。

8 保育所・幼稚園・認定こども園 園庭(所庭)開放の内容は、各保育所・幼稚園等にお問い合わせください。 保育所(園)の入所申し込みは保健福祉センターへ、幼稚園は各園への申し込みです。

保育所(園)名	住所	TEL
八幡屋保育所	八幡屋3-11-6	06-6571-0204
磯路保育所	磯路2-11-8	06-6572-6495
田中保育所	田中1-11-1	06-6574-2369
善児園	港晴3-16-6	06-6571-0258
港保育所	池島1-3-47	06-6571-3182
港乳児保育センター	池島1-3-40	06-6571-0646
アソカ学園	夕照2-3-5	06-6574-2600
日輪学園保育所	磯路1-8-5	06-6573-6000
池島保育園	池島3-1-32	06-6573-5012
築港保育園	築港1-12-8	06-6574-3196
安治川保育園	波除1-6-6	06-6582-7883
第2善児園	市岡元町3-13-8	06-6585-3030
はらっぱ舎	市岡元町2-5-26	06-4301-7010
認定こども園	住所	TEL
認定こども園波除学園	波除5-4-7	06-6585-3392
小規模保育事業所	住所	TEL
バンビ保育所	夕照2-12-32	06-6573-7685
風の丘保育園	波除3-7-18	06-6584-5155
きららもとまち保育園	磯路1-4-3	090-9829-9777
キングダム・キッズ磯路	磯路2-16-22 1F	06-6585-9586
よいこ園	磯路2-22-8	06-6585-7085
はらっぱ舎A I A I (アイアイ)	波除4-1-37 HRCビル内	06-4394-8739
ひまわり保育園みなと	市岡元町3-8-15	06-6581-3054
幼稚園	住所	TEL
大阪市立三先幼稚園	三先1-6-37	06-6572-7089
みなと幼稚園	市岡1-3-29	06-6571-0395
文化幼稚園	市岡元町2-1-28	06-6582-2221

9 ゆめホーム「ゆめ」かなえる港市民センター（港区弁天2-1-5） 大阪市コミュニティ協会港区支部協議会 TEL.06-6572-0020 FAX.06-6572-0274

●おもちゃ図書館 ひまわり
障がいのある子ども共にも、様々なおもちゃで楽しく遊ぶことを通し、心豊かに育ち合う場です。沢山のおもちゃとえほんを用意しています。
日時：第3土曜日 14:00～15:30 ※8月と11月は休み
運営：おもちゃ図書館 ひまわり(ボランティアグループ)
参加費：無料 ※1人2点まで1ヶ月おもちゃとえほんが借りられます。
問合せ：港区社会福祉協議会 TEL.06-6575-1212

10 港区社会福祉協議会(ひまわり)(港区弁天 2-15-1) TEL.06-6575-1212 FAX.06-6575-1025
http://minatoku-shakyo.com
●おもちゃ相談室 おおさか・みなと・おもちゃ病院の出張所
子どもたちの壊れたおもちゃの修理、相談を受け付けています。
日時：毎月第4火曜日 13:00～15:00