

かぞくで おでかけ



豊中市には小さな子どもと一緒に出かけられる仲間づくりの場がたくさんあります。
子どものためと気負わず、保護者の気分転換も兼ねてまずは家の近所のお散歩から始めてみませんか。
お散歩に慣れてきたら、少しずつ地域の集いの場にも出かけてみましょう。

子どもと一緒に出かける時は…



いつ出かける？

季節によって過ごしやすい時間帯も変わってきます。



ほどよく暖かい

9～11時、13～15時がおすすめです。



日差しの強い日中(10～14時)は避け、
朝夕の涼しい時間帯に出かけるのがおすすめです。



日差しのある11～14時ごろを目安にお散歩。

赤ちゃんは意外と暑がりなので、厚着させすぎないように重ね着などで調整しましょう。ブランケットやフットマフなどで防寒対策をするのもいいですね。



季節に関わらず、急な天候の変化に備えて、雨具やベビーカーのレインカバーなどの用意を忘れずに。また、こまめな水分補給を心がけてください。赤ちゃんの水分補給は、母乳やミルクだけでも十分ですが、離乳食を始めたころから少しずつ水や麦茶などにも慣らしていきましょう。帰宅後は、風邪予防などに効果的ですので、濡れたガーゼで手や顔を拭くことをおすすめします。
おでかけは、子どもも保護者も楽しめることが一番です。小さいうちは体力や免疫力が不十分なので、いつもと様子が違うと思ったら、外出を控えましょう。保護者の体調が優れない時も、無理せず、お家でゆっくり過ごしてください。



おでかけグッズチェックリスト

おでかけに持っていくと便利な持ち物リストです。

- | | | | |
|--------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ おむつセット | ☐ ビニール袋 | ☐ タオル・ガーゼ | ☐ ウエットティッシュ |
| ☐ 除菌ジェル・除菌シート | ☐ おやつ | ☐ 着替え | ☐ 帽子 |
| ☐ 水分補給グッズ | ☐ 授乳ケープやミルクセット | ☐ お気に入りのおもちゃ | ☐ 抱っこ紐 |
| ☐ レジャーシート | ☐ 親子健康手帳など | | |

子育て支援センター ほっぺ



0歳から就学前までのこどもと、保護者を対象に「あそび」「交流」「相談」の場を提供しています。

無料の「プレイルーム」のほか、親子のふれあいを大切にしたい「あそびのイベント」や「子育て講座」なども開催しています。

※申し込み方法などの詳細は、ホームページでご確認ください。

岡上の町2-1-8 とよなかハートパレット2F

☎06-6852-5526 9:00～17:15 **利用料無料**

(日曜日、祝・休日、年末年始)

あそび PLAYING



あそび 交流

おしゃべりしましょ! パパ会



対象:
プレパパ・0歳～就学前のこどもと保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。

こどもとあそびながらパパ同士や職員とみなさんでお話しましょう。

プレイルーム



対象: 妊婦・0歳～就学前のこどもと保護者
月～土曜日 9:00～17:00 詳細はホームページなどでご確認ください。
おもちゃや絵本があり、親子で自由にあそべます。こども用トイレやおむつ交換台があります。授乳室の利用も可能ですので、お声がけください。

あそび 交流

ほっこりひろば(月齢別)



対象:
妊婦・0～8か月のこどもと保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。

親子でふれあいあそびを楽しんだり看護師による身体計測もあります。保護者同士の交流や情報交換など、みんなでほっこりとした時間を過ごしましょう。

あそび 交流

おしゃべりしましょ!



対象:
妊婦・0歳～就学前のこどもと保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。

こどもとあそびながら保護者の方や職員とお話しましょう。

身体計測



対象:
0歳～就学前のこども
詳細はホームページなどでご確認ください。
看護師が、身長・体重を計測します。ご相談もお受けしますので、気軽にお声がけください。

交流 COMMUNICATE

子育て相談イベント

プレママ・パパあつまれ



対象:
妊娠中の家族
詳細はホームページなどでご確認ください。

利用できる施設やイベントなど豊中市の子育て支援情報を紹介します。0歳のイベントにも参加し、先輩ママ・パパに質問もできます。

要予約
抽選あり

子育て支援講座

「はじめてのベビーあ～つまれ」

対象: 生後4か月までの第1子と保護者
開催: 全3回連続講座
詳細はホームページなどでご確認ください。

少人数でゆったりおしゃべりしながら、自分らしい子育てができるようにつながりあう参加型プログラムです。

要予約
抽選あり

子育て支援講座

こどもとのかかわり いいところ探し「ほめ上手になりませんか」

対象: 2歳～就学前のこどもの保護者
開催: 全4回連続講座
詳細はホームページなどでご確認ください。

こどもの行動の理解を深める少人数制の参加型プログラムです。(ペアレントプログラム)

保育あり

要別途予約・要費用
(1歳～就学前のこども1人200円)

子育て相談
要予約

子育て支援コーディネーターによる相談

☎06-6852-5526 月～金曜日 9:00～17:00
子育て支援センターほっぺ内の窓口はもちろん、マイ子育てひろばやその他施設への出張相談、転入者向けのオンライン相談も行っています。まずは、お電話などでご予約ください。

子育て支援サービスの選び方・利用方法などを一緒に考え、情報提供をさせていただきます。気軽にお話してください。

例えば 「どんな子育てサービスがあるの?」「親子であそびに行ける場所は?」
こんなご相談 「近くの保育施設ってどこにあるの?」
「引越してきたばかりで、地域のことがわからない」

子育て相談
要予約

保育士による訪問相談

☎06-6852-5526 電子申し込みできます
月～金曜日 9:00～17:00
対象: 0歳～小学6年生のこどものいるご家庭
随時受け付けています。訪問の日時は要相談。
ご予約はお電話で。

ご家庭に伺ってお話を聞きます。
子育てに不安や悩みのあるご家庭に保育教諭などが訪問し、育児相談や子育てサービスの情報提供などを行います。訪問は相談内容に応じて続きます。

どんな話を聞いてくれるの?
なかなか寝てくれない… 夜泣きで困った…
イヤイヤばかり… なんでもそんなことするの?
おもちゃの取り合い。どう声をかけたらいいの?
ミルクも飲んだしおむつも替えたのに泣き止まない。どうして?



こちらからお申し込み
できます

相談 CONSULTATION

子育て相談

乳幼児の子育て相談

☎06-6852-4141
月～金曜日 9:00～17:00
対象: 0歳～就学前のこどもの保護者
面談での相談のほか、電話での相談も受け付けています。

乳幼児の子育てに関する悩みについて、保育教諭や看護師などが一緒に考えていきます。



子育て相談

言葉と身体相談

☎06-6852-5526
対象: 就学前のこどもと保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。ご予約はお電話で。
児童発達支援センターの職員(言葉や身体の使い方の専門指導員)が、個別でお話をうかがいます。

要予約

子育て支援センター ほっぺ南部分室



0歳から就学前までのこどもと、保護者を対象に「あそび」「交流」「相談」の場を提供しています。

無料の「プレイルーム」のほか、「子育てイベント」や「子育て講座」なども開催しています。

※申し込み方法などの詳細は、ホームページでご確認ください。

庄内幸町4-29-1 庄内コラボセンター「ショコラ」1F

☎06-6398-9185 9:00～17:15

利用料無料

(日曜日、祝・休日、年末年始)



あそび・交流

0歳さんあつまれ・おたのしみタイム

対象：0歳～就学前のこどもと保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。



製作・絵本・音楽・運動など親子で交流しながら楽しめる時間と場を提供します。

あそび・交流

お誕生日会・ハーフバースデー

対象：その月に6か月、または誕生日を迎えるこども
詳細はホームページなどでご確認ください。



みんなでいっしょにお祝いしましょう。

あそび・交流

なつまつり・お楽しみ会

対象：0歳～就学前のこどもと保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。



気軽に楽しく参加できるイベントです。

子育て講座

パパカフェ

対象：就学前のこどもを育てているパパ
詳細はホームページなどでご確認ください。

「パパだって子育てを楽しみたい!」でもどうしたらいい? 3児のパパでもある講師を交え、あそびや学びを通して交流するプログラムです。相談の時間もあります。



プレイルーム

対象：妊婦・0歳～就学前のこどもと保護者
月～土曜日 9:00～17:00

詳細はホームページなどでご確認ください。

おもちゃや絵本があり、親子で自由にあそべます。こども用トイレやおむつ交換台があります。授乳室の利用も可能ですので、お声がけください。

マイ子育てひろば

認定こども園・保育所(園)・幼稚園などの 地域子育て支援活動

所在地やスケジュールなどの詳細は園によって異なります。豊中市子育て・子育て応援アプリ「とよふあみ by 母子モ」や各園のホームページをご覧ください。

※申し込み方法などの詳細は、ホームページでご確認ください。



赤ちゃんの駅

地域の身近な公立・私立こども園などの就学前施設で、こどもと保護者が利用できる部屋や園庭の開放・交流イベントなどを実施しています。保護者同士が交流し、気軽に相談しあうことができるほか、子育てに関する疑問や悩みを保育士に相談することができます。全小学校区、就学前施設58園で実施しています。



マイ子育てひろば
ホームページ

※P.8のマイ子育てひろばのページも併せてご覧ください。

マイ子育てひろばの概要

誰が利用できるの?

妊婦及び就学前のこどもと保護者が利用できます。プレママ・パパもぜひご利用ください。

園に入るには?

こどもの安全を守るため、入口は施錠されています。お手数ですが、インターホンを押して「あそびにきました。(イベントにきました)」とお伝えください。

料金は?

登録や利用に料金はかかりません。(一部、材料費などが必要な講座もあります。)

どんなイベントがあるの?

P75～80にイベントの一部が紹介されています。各施設のイベント等は豊中市のホームページまたは各園のホームページ「とよふあみ by 母子モ」にてご確認ください。予約が必要なものもありますので、事前にご確認ください。



豊中市 子育て・子育て応援アプリ



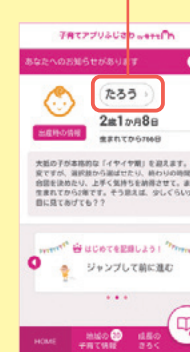
とよふあみ by 母子モ

マイ子育てひろば 登録園プッシュ通知設定方法

〈とよふあみ by 母子モ〉で通知設定をしておくと、登録園からお知らせやイベントの情報が届きます。

※ご利用にはまず、豊中市子育て・子育て応援アプリ「とよふあみ by 母子モ」のダウンロードが必要です。

①「こどもの名前」をタップ!



②こどもの情報から「通園・通学先の記録」をタップ!



③「通園・通学先の名称」から登録園を選択。「入園・入学日」は登録日を入力してください。



④ご登録いただいた園の情報がプッシュ通知されますので、ご利用の端末の設定「プッシュ通知」から「通知を許可」の設定をお願いします。

豊中市子育て・子育て応援アプリ「とよふあみ by 母子モ」のダウンロードはこちら

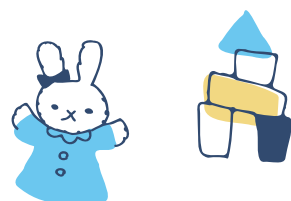


とよふあみ



私立 認定こども園・ 保育所(園)・ 幼稚園

〈マイ子育てひろば実施園の紹介〉



豊中市には、就学前のこどもと保護者を対象に、親子で楽しくあそぶことができる、さまざまなイベントを開催したり、場所を提供したりしている園があります。その中の一部を紹介します。詳細は、『とよふあみby母子モ』や、各園のホームページ等でご確認ください。

《マイ子育てひろばの登録について》
登録希望園に申込書を提出、登録カードを受け取り、登録完了です。申込書は、マイ子育てひろば実施園にて配布しています。(ホームページからもダウンロードできます。)

マイ子育てひろばの
詳細はこちらから

マイ子育てひろば



あけぼの風の森保育園

参加費無料 予約不要



●園庭・室内開放
毎週火曜日に地域子育て支援を行っています。詳しくはホームページをご覧ください。

あけぼのひだまり保育園

参加費無料 要予約



●ひだまり広場
地域の親子がリラックスして過ごせる空間を提供しています。

上野ひだまりこども園

参加費無料 要予約



●ひだまり広場
こどもも大人も、“ひだまり”に包まれているような空間作りを目指しています。

神童幼稚園

参加費無料 要予約



●お茶しましょう
Cafe [toi et moi]
親子であそびながら、保護者のみなさまはお茶しましょう。親子で楽しい時間を過ごしましょう。

のばたけ保育園

参加費無料 要予約



●こっこぴよぴよサークル
広いホールで親子一緒にあそんだり、おしゃべりを楽しみましょう。

豊中みどりっこ保育園

参加費無料 予約不要



●園庭開放
●ハイハイルーム
平日午前10時～11時
毎日園庭を開放しています。0・1・2歳児の年齢ごとのイベントも開催。誕生会・ベビーマッサージなどもあります。

豊中みどり幼稚園

参加費無料 予約不要



●ようちえんにおいでよ
えのぐあそびや水遊び、かき氷や感触あそびなど、色々なあそびが楽しめます！

箕面自由学園幼稚園

参加費無料 要予約



●ふれあいサロン
幼稚園やプレイルームでおともだちと一緒にあそびましょう。

ぶっこう幼稚園

参加費無料 要予約



●おやこであそぼう
製作やみずあそびなど、親子で楽しめる活動を実施しています。

アイグラン保育園千里中央

参加費無料 予約不要



●ちびっこふれあいグラン
離乳食の試食やリトミックをして親子で楽しくあそびましょう。

あけぼのドロップス

参加費無料 予約不要



●園庭開放
●子育てカフェ など
月に3回、ふれあい遊びや制作等、保育者と親子で遊ぶイベントを行っています。園庭も平日毎日、開放をしています。

あけぼのぼんぼこども園

参加費無料 要予約



●ぼんぼこ広場
親子であそべる製作や園庭あそび、身体を動かす活動などを用意しています。子育て相談も承ります！

アトリオみなみおかこども園

参加費 イベント内容による
予約 要お問い合わせ



●アトリオおしゃべりカフェ
当園乳児クラスのお遊び紹介、ほっと一息ティータイム。

追手門学院幼稚園

参加費無料 要予約



●フォーキッズ
園庭あそびや製作、リトミックなど、親子で楽しめる活動や、子育て相談を行っています。ぜひあそびに来てください！

おひさま保育園



- 参加費** 要お問い合わせ
予 約 要お問い合わせ
- あそぼう会 地域の親子活動
園庭開放や月に1回のイベント（製作やふれあいあそびほか）を行っています。

東泉丘ひだまり保育園

参加費無料 **要予約**



- ひだまり広場
製作や泥んこあそびなど、季節に合ったあそびを親子で楽しめます。

北丘聖愛園

参加費無料 **一部要予約**



- ちいき子育て広場
火・木曜日は子育て広場の日！ホッと一息つきに来てください♪

あけぼの保育園

参加費無料 **要予約**



- 離乳食講座
妊婦さん(第1子)や、12か月未満(第1子)のお子さんがいらっしゃる方を対象に月1回開催しています。

せんりひじり幼稚園

参加費無料 **一部要予約**



- オープンキッズルーム
親子で一緒にあそびましょう。詳しくはホームページをご覧ください。

あけぼの幼稚園

参加費無料 **予約不要**



- ぼのぼのパーク
●てくてく
●はいはいすくすく
赤ちゃんのあそび場です。保育士と子育ての話もできます。妊婦さんの参加プログラムもあります。

羽鷹池ひだまり保育園

参加費無料 **要予約**



- ひだまり広場
●赤ちゃんの駅
●育児相談
さまざまなあそびや季節のイベントなどを一緒に楽しみましょう。

おひさま岡町保育園

参加費有料 **要予約**



- みんなでクッキング
参加費：親子で600円
(大人350円・こども250円)
お楽しみクッキングです。みんなでつくって食べましょう。

東豊中幼稚園

参加費有料 **一部要予約**



- りんごらんど
●はぐはぐりずむ
●さくらんぼるーむ
●リラックスヨガ
園庭開放などを行っています。初めての方もぜひお越しください。

こもれびのもり

参加費無料 **要予約**



- ぴよぴよ広場
親子でわらべうたやリズムあそびをしたり、おしゃべりしたり、季節の活動を楽しんでいます。

さくらづか保育園

参加費無料 **予約不要**



- さくらキッズひろば
(音楽あそび)
ピアノに合わせていろいろな音楽あそびを楽しみましょう～！

てしま保育園

参加費無料 **要予約**



- 対象：未就園児
●スマイル広場
●0歳児サークルぴよぴよ
●お誕生会(ハーフバースデーもOK)
●園庭開放
当園のおともだちと一緒にあそびましょう。

豊中あけぼのこども園

参加費無料 **一部要予約**



- ころころ ●よちよち
●とことこ
●ベビープログラム
毎週の園庭開放や0歳児・2歳児の子育てイベントを実施しています。詳しくはホームページを！

豊中ほづみ保育園

参加費無料 **一部要予約**



- 子育て支援MOIMO!
●室内開放
月・水・金曜日 9:00～12:00
詳細はホームページをご覧ください。

私立認定こども園・保育所(園)・幼稚園

服部みどり幼稚園

参加費無料 **要予約**



- 親子イベント
園庭開放・季節の製作・運動あそびなど親子で一緒にあそびましょう。

こうづしま幼稚園

参加費無料 **要予約**



- 対象：未就園児
●ようちえん開放
●園庭開放
おともだちや先生たちと楽しくあそびましょう！

庄内こどもの杜幼稚園

参加費無料 **予約不要**



- 庄内おやこたいそう
サーキットあそびに手あそび、ふれあい体操と内容は盛りだくさんです。

ラ・サンテ幼稚園

参加費無料 **一部要予約**



- ガーデンスマイル
人工芝の広い園庭とお部屋であそびませんか。お気軽にお越しください。

服部幼稚園

参加費無料 **要予約**



- げんキッズランド
ベビーヨガや音楽会等を開催！他にも楽しい子育てイベント実施中。詳しくはホームページをご覧ください。

掲載園以外にも、イベントを開催したり、場所を提供したりしている園がありますので、『とよふあみby母子モ』や、各園のホームページでご確認ください。

