

かぞくでおでかけ



in TOYONAKA

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。

P68-71

子育て支援センター
ほっぺ／ほっぺ南部分室

P72-74

地域子育て支援
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

P75-77

子育てサロン

P78-79

図書館(室)

P80-81

公民館
千里文化センター「コラボ」
庄内コラボセンター「ショコラ」

P82-83

子育てを応援している
ボランティア
ボランティア 子ども食堂

P84-91

地域の公園
服部緑地

おでかけおすすめHOW TO



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れていきましょう。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
- 母子健康手帳・健康保険証・子ども医療証など

赤ちゃんの駅

子育て支援センター ほっぺ

岡上の町2-1-15 すこやかプラザ2F
☎06-6852-5526
🕒9:00~17:15
📅休 日・祝・休日、12月29日~1月3日
🔍子育て支援センターほっぺ

利用料無料

プレイルーム

🕒月~土曜日 9:00~17:00

対 象: 0歳~就学前の子どもと保護者

おもちゃや絵本があり、親子で自由に遊べます。プレイルーム内には、子ども用のトイレがあります。

0歳から就学前までの子どもと、保護者を対象に「遊び」「学び」「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“遊びのイベント”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。



「ほっぺちゃん」



利用料無料

ほっぺルーム(フリースペース)

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

ほっぺルーム①②のスペースを開放します。



遊びイベント

参加費無料

ほっこりひろば

対 象: 0歳の子どもと保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。

保育教諭と一緒にふれあい遊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。



参加費無料

身体計測

対 象: 0歳~就学前の子ども
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。



子育て講座

参加費無料

抽選あり
要予約

「安心感の輪」子育てプログラム

安心して居るからこそ、生き生きと輝く子どもに…

子どもとの安定した関係性(アタッチメント)の形成について、臨床心理士と学ぶプログラムです。少人数制でDVDを見ながらディスカッションします。

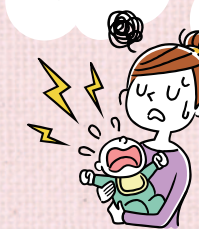
対 象: 0歳~就学前の子どもの保護者
開 催: 全8回連続講座

📅保育あり 要別途予約・要費用
(1歳~就学前の子ども1人200円)
詳細はホームページなどでご確認ください。

どう接したらいいのかわからない。

子どものことを、もっと理解したい。

子育てを楽しみたいけれどこれでいいのかわからない不安になる。



子育て講座

参加費無料

抽選あり
要予約

「ペアレント・プログラム」

対 象: 2歳半~就学前の子どもの保護者
開 催: 全4回連続講座

📅保育あり 要別途予約・要費用(1歳~就学前の子ども1人200円)
詳細はホームページなどでご確認ください。

子どもの「行動」に対する理解を深めてもらうためのプログラムです。

子育て講座

参加費無料

抽選あり
要予約

子育てちょっと一息 「子どものかかりについて」

対 象: 1歳~就学前の子どもの保護者
開 催: 全6回連続講座

📅保育あり 要別途予約・要費用(1歳~就学前の子ども1人200円)
詳細はホームページなどでご確認ください。

日頃の子育てについて、参加者と一緒に考えてみませんか。大阪府推奨の親学習プログラムです。

子育て講座

参加費無料

抽選あり
要予約

「いきいき子育て講座」

対 象: 講座によって異なる
開 催: 全4回(不定期)

📅保育あり 要別途予約・要費用
(1歳~就学前の子ども1人200円)
詳細はホームページなどでご確認ください。

パパ向けや子どもへの関わり方などさまざまなテーマを取り上げます。



学び Learn



子育て講座

参加費無料

抽選あり
要予約

子育てちょっと一息「パパ編」

対 象: 0歳~就学前の子どもの父親
開 催: 不定期

📅保育あり 要別途予約・要費用(1歳~就学前の子ども1人200円)
詳細はホームページなどでご確認ください。

パパが集まって、わいわい情報交換などをします。ワークショップも織り交ぜながら子育てや家庭での役割分担などについて一緒に考えるプログラムです。

子育て講座

参加費無料

抽選あり
要予約

「はじめてのベビーあつまれ」

対 象: 生後2~5か月の第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。

親子のふれあいやつながりを学ぶ参加型プログラムです。

子育て相談

育児支援家庭訪問

要予約

🕒 月～金曜日 9:00～17:15

対象：0歳～小学6年生の子どもがいるご家庭
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。☎06-6852-5526

ご家庭に伺ってお話を聞きます。

子育てに不安や悩みをお持ちのご家庭に
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？



子育て相談

子育て支援コーディネーターによる相談

要予約

🕒 月～金曜日 9:00～17:15

子育て支援センターほっぺ内の窓口はもちろん、地域の子育てサロンや
その他施設への出張相談、オンラインでの相談も行っています。
まずは、お電話などご予約ください。☎06-6852-5526

子育て支援サービスの選び方・利用方法、
教育・保育施設についての疑問など、気軽にお話ください。
一緒に考え、情報提供をさせていただきます。

例えば
こんなご相談 「どんな子育てサービスがあるの？」
「保育施設の利用手続きはどうすればいいの？」
「引っ越してきたばかりで、地域のことがわからない」
「ちょっと用事ができて子どもを預けたい時、どうすればいい？」

子育て相談

言葉と身体の相談

要予約

対象：就学前の子どもと保護者
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。☎06-6852-5526

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。

子育て相談

乳幼児の子育て相談

🕒 月～金曜日 9:00～17:15

対象：0歳～就学前の子どもの保護者
面談でのご相談のほか、電話でのご相談も
受け付けています。☎06-6852-4141



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。

赤ちやんの
駅

子育て支援センター ほっぺ 南部分室

庄内幸町4-29-1 庄内コラボセンター
「シヨコラ」1F ☎06-6398-9185
🕒 9:00～17:15
休 日・祝・休日、12月29日～1月3日

利用料無料

プレイルーム

🕒 月～土曜日 9:00～17:00

対象：0歳～就学前の子どもと保護者

親子で自由に遊べます。プレイルーム
内には、子ども用トイレや授乳室が
あります。身体計測は終日可能です
のでお声がけください。



参加費無料

お誕生日会・ ハーフバースデー・季節の製作

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



ほかにも「絵本いっぱいの日」「アタッチメントベビーマッサージ」「産後ヨガ」や、プレママ・パパ向けのイベントもあります。
詳細はホームページなどでご確認ください。

0歳から就学前までの子どもと、保護者を対象に
「遊び」「学び」「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。



遊びイベント

参加費無料

抽選あり

0歳さんあつまれ/1歳さんあつまれ/2歳さんあつまれ

要予約

- 0歳さんあつまれ対象：0歳の子どもと保護者
- 1歳さんあつまれ対象：1歳の子どもと保護者
- 2歳さんあつまれ対象：2歳の子どもと保護者

詳細はホームページなどでご確認ください。

同じ年齢の子ども同士、保護者同士が交流できる場を提供
します。

子育て講座

参加費無料

抽選あり

パパカフェ

要予約

対象：就学前の子どもを育てているパパ(ママ)
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、
遊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。



地域子育て支援

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るので、豊中市子育て・子育て応援アプリ「とよふあみ by 母子モ」でご確認ください。

赤ちゃんの駅

市内の多くのこども園、保育所(園)、幼稚園などが、地域の就学前の子どもと保護者を対象に園を開放し「遊び」「学び」「相談」の場を提供しています。

※通園(所)していなくても利用できます。

※市内全ての園で実施しているわけではありません。また、実施園でも、毎日開催しているわけではありませんので、事前に、豊中市のホームページまたは、各園のホームページでご確認ください。

利用方法

各種イベントは無料で参加できますが、予約が必要なものもあります。事前にご確認ください。また、いずれの園も子どもの安全を守るため入り口は施錠されています。お手数ですが、入り口でインターホンを押していただき、開錠してもらってからお入りください。

- 【開錠方法】
- 1 門柱そばのインターホンを押します。
 - 2 返事があたら、目的をお伝えください。
 - 3 門が開いて入ったら受付で必要事項を記入します。

地域子育て支援実施園

活動内容 公立認定こども園〈地域子育て支援センターと連携園〉

公立認定こども園は、「地域子育て支援センター及び連携園」として就学前の子どもと保護者を対象に、さまざまなイベントや講座を開催しています。いつでも気軽に立ち寄ることができ、子ども同士、保護者同士が知り合える場所です。情報交換や子育ての相談もでき、在園児との交流もあります。詳細は豊中市のホームページでご確認ください。

遊び場提供 参加費無料

園庭及びプレイルームの開放

園庭で、地域のお友だちと遊ぼう!

園の遊具やおもちゃを使って、自由に遊ぶことができます。

対象：就学前の子どもと保護者
園によって開放日や時間が異なりますので、詳細はホームページなどでご確認ください。



予約は不要ですが、開放日や時間は園によって異なるので、事前に豊中市のホームページなどでご確認ください。また、入り口での受付(記名)が必要となります。

遊びイベント 参加費無料

年齢別サークル

子どもも大人も友だちをつくろう!

同じ年齢の子ども、保護者同士が遊びながら交流します。

0歳「ぴよぴよ」 ※妊婦さんも参加できます。

1歳「わんわん」 2歳以上「みつばち」

園によって実施日や時間が異なりますので、詳細はホームページなどでご確認ください。

※このプログラムは、園によって「センターであそぼう」や「こども園であそぼう」など名称が異なります。



遊びイベント 参加費無料 要予約

親子の遊びのひろば

連続講座なのでより交流が深まります

「こぐまグループ」

1歳6か月～1歳11か月/
全4回連続講座/1回1時間

「いるかグループ」

2歳～2歳11か月/
全4回連続講座/1回1時間

詳細はホームページなどでご確認ください。

お申し込みは、各こども園へ



子育て講座 参加費無料 要予約

0歳・1歳・2歳・3歳育ちの講座

子どもの育ちの見通しがもてる講座です

子育てについて、仲間や先生と話しながら学ぶプログラムです。

対象年齢別の開催となります。詳細はホームページなどでご確認ください。お申し込みは、各こども園へ

Web情報サイト 子育て情報 子育てキラキラルーム

手作りおやつレシピや手作りおもちゃの作り方など子どもと一緒におうち時間を楽しく過ごすヒントがいっぱい!

豊中市 キラキラルーム

手作りメロンパン



子育て相談

専門の先生に相談しよう

こども園には、専門知識を持った先生方がいます。気軽に相談してみましょう。

- 技能職員
離乳食講習会・おやつ講座をします。食事の悩みなどを一緒に考えましょう。
- 保健担当
身体計測をします。健康の悩みなどを一緒に考えましょう。
- 園長・副園長
こども園の見学や子育ての悩みなどを一緒に考えましょう。
- 保育教諭
「センターであそぼう!」など、こども園のお友だちと一緒に遊びましょう。



遊びイベント 参加費無料

公園ほっとタイム

公園で遊びながら情報収集!

地域の公園で、園の先生たちが手遊びや読み聞かせをしたり、こども園の情報をお知らせしたりします。育児相談なども、気軽にお声がけください。(雨天中止)

対象：0歳～就学前の子どもとその保護者
詳細はホームページなどでご確認ください。



子育て講座 参加費無料 要予約

親を学ぶプログラム(ベビー編)

子育てについて、保護者同士が語り合う講座

はじめての赤ちゃんとの暮らしが始まり、心配なことや不安なこと多い時期。仲間とゆっくりおしゃべりしませんか。

対象：生後2～5か月の第1子と保護者
全4回連続講座/1回1時間

詳細はホームページなどでご確認ください。
お申し込みは、各こども園へ

実施園一覧

公立認定こども園〈地域子育て支援センターと連携園〉

所在地詳細はP40～47をご確認ください。

- 北西部 map P40
- 1 桜井谷こども園 地域子育て支援センター
- 2 とねやまこども園 連携園
- 3 螢池こども園 地域子育て支援センター
- 4 本町こども園 地域子育て支援センター
- 北東部 map P42
- 39 旭丘こども園 地域子育て支援センター
- 40 北緑丘こども園 地域子育て支援センター
- 41 しんでんこども園 連携園
- 42 西丘こども園 地域子育て支援センター
- 43 のばたけこども園 連携園
- 44 東丘こども園 地域子育て支援センター
- 45 東豊中こども園 地域子育て支援センター
- 46 ゆたかこども園 連携園

中部 map P44

- 83 小曽根こども園 地域子育て支援センター
- 84 てしまこども園 地域子育て支援センター
- 85 てらうちこども園 連携園
- 86 ともだちこども園 地域子育て支援センター
- 87 服部こども園 地域子育て支援センター
- 88 原田こども園 連携園

南部 map P46

- 126 栄町こども園 地域子育て支援センター
- 127 島田こども園 地域子育て支援センター
- 128 庄内西こども園 連携園
- 129 高川こども園 連携園
- 130 野田こども園 地域子育て支援センター
- 131 豊南西こども園 地域子育て支援センター

地域子育て支援実施園

活動内容 私立認定こども園・保育所(園)・幼稚園

私立や民間の園でも、就学前の子どもと保護者を対象に、親子で楽しく遊べ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ます。詳細は『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。

遊びイベント 参加費無料

年齢別プログラム

同年齢との交流を深めよう!

年齢に合わせたふれあい遊びや絵本、おもちゃ作りなどさまざまな活動を行います。同年齢の子どもを育てている保護者と出会い、悩みの共有や情報交換ができる場となっています。



遊びイベント 参加費無料

親子体操・育児教室

みんなで楽しく体を動かそう!

運動遊びや音楽遊び、リトミックなどを通して親子のスキンシップや交流を深めます。内容や対象年齢、開催時期などについては園によって異なりますので各園のホームページなどでご確認ください。



遊びイベント 参加費無料

おやこであそぼう

家ではできない遊びが体験できるよ

家ではなかなかできない粘土や絵の具あそびを友だちと一緒に楽しんだり、運動会・プール・夏祭りなど季節に合わせた活動もあり、さまざまな楽しい遊びが工夫されています。予約が必要な場合もあります。詳細は園にお問い合わせください。



遊びイベント 参加費無料

あおぞら保育

公園でのびのび遊ぼう!

地域の公園に出向き、体操・絵本・運動遊びなどをする親子参加型の集いの場で、友だち作りや交流の場にもなっています。公園保育、出会い保育などの名称の園もあります。



子育て相談 参加費無料

子育て・育児相談

専門の先生が相談にのってくれます。保育士・看護師・臨床心理士・管理栄養士・キンダーカウンセラー・スマイルサポーターなどによる育児相談も各園で行っています。予約が必要な場合もあります。詳細は園にお問い合わせください。

遊び場提供 参加費無料

園庭及びお部屋の開放



園庭や園のお部屋で、地域のお友だちと自由に遊ぼう! 遊具やおもちゃの揃った安全な園庭・お部屋で親子で自由にのびのび遊んだりおしゃべりしたりできる場です。園児との交流が予定されていることもあります。

子育てサロン

校区福祉委員会の呼びかけで有志によって活動しています。最新の情報は、ホームページやお電話でご確認ください。
豊中市社会福祉協議会
☎ 06-6848-1279

子育てサロンは豊中市内全小学校・義務教育学区にあります。月1回程度、地域の親子が集まって楽しく過ごす場です。アットホームな雰囲気の中で一緒に遊んだり、読み聞かせを聞いたり、時には専門家を招いて子育てに役立つ情報を学んだりします。地域内の掲示板や回覧、校区福祉委員発行の新聞などで日程や活動内容を紹介しています。



会場の入口付近にある子育てサロンの旗や看板が目印です。※グループ名で表記されている場合もあります。

開催日時や活動内容については、地域の掲示板などでご確認ください。



活動内容は、校区によってさまざまです。例えば、こんなことをしています!

身体計測

身長、体重を測定するほか、手型や足型をとっている子育てサロンもあります。



おたのしみ

園児との交流や、図書館司書による読み聞かせ、サロンスタッフによるエプロンシアターなどを行っています。



季節の行事

節分には豆まき、七夕には短冊作り、クリスマスにはツリーを飾るなど、季節の行事をみんなで祝っています。



救命講習



異物をのどに詰まらせたり、突然の心肺停止などもしもの時の対応方法を学びます。

子育て相談



こども園や子育て支援センターほっぺの職員が、子育てに関する相談に応じます。また、子どもと一緒に楽しめる市内の遊び場やイベントの情報提供なども行っています。