



都島区マスコットキャラクター
都希（とっきー）

都島区 子育て支援情報誌

2025・2026年
12・1月号
(第17号)

発行日：令和7年11月1日
発行：都島区子育て支援ネットワーク会議
電話：06-6882-9118（都島区子育て支援室）
編集：都島区子ども・子育てプラザ

感染症予防で元気に冬を乗り切ろう！

冬はインフルエンザや感染性胃腸炎など、感染症が流行しやすい時期と言われています。感染症予防として、マスクの着用や手洗い、規則正しい生活習慣、予防接種などが有効です。そこで今回は、一番簡単にできる感染症予防として「効果的な手洗いの方法」をご紹介します。冬を元気に過ごすために、日々の生活に取り入れてみてください！



効果的な手洗いの方法



手のひらを洗う



手の甲を洗う



指の間を洗う



親指を洗う



指先と爪の間を洗う



手首を洗う

手洗いがすぐにできないときは
アルコール消毒も有効ですが、手洗いを
併用することで効果が高まります！

自分で手の洗えない乳幼児の場合は、濡れたタオルで手を拭いてあげたり、大人が抱っこして片手ずつ手を洗ってあげてください。



★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か月児健診対象の親子に絵本をプレゼントし、絵本についてのお話、読み聞かせをしています。

【対象】3か月児健診対象の児童（おおむね1歳になるまで）
【持ち物】ブックスタート引換券
（3か月児健診の手紙の中に入っています）
【申込み】各施設へお申込みください



ブックスタート 日程表

場所	12月	1月
支援センターのびのび	11日（木）	8日（木）
フレンドリーともぶち	9日（火）	13日（火）
都島区 子ども・子育てプラザ	4日（木） 21日（日）	8日（木） 18日（日）
コティ子育てひろば	4日（木）	8日（木）
なのはな子育てひろば	10日（水）	14日（水）
子育てひろばKids Lab.Hub都島	20日（土）	24日（土）
うれしい保育園都島	26日（金）	30日（金）
うれしい保育園都島本通	—	24日（土）
大阪市立桜宮幼稚園	—	—





あそびにいで！

※詳しくは各施設に確認の上ご利用ください

このページは、都島区内にある、「子育て支援センター」と6か所の「子育てひろば」の紹介です。詳細は、各施設までお問合せください。

地域子育て支援センターのびのび

利用時間：月～金 10:00～15:00
対象年齢：0歳～3歳のお子さんとその保護者



＜栄養士さんがくるよ＞（※要予約）
12/16（火）10:30～11:30 対象年齢：1～3歳
都島区保健福祉センター分館より栄養士さんをお招きし、子どもの食事についてのお話をさせていただきます♪
＜子育て支援コンシェルジュさんがくるよ＞（※要予約）
1/26（月）13:30～14:30 対象年齢：0～3歳
都島区役所より子育て支援コンシェルジュさんをお招きし、はじめての園選びについてや個別相談会をさせていただきます♪
※最新の予定表はInstagram⇒
をお覧ください。
お問合せ TEL：06-6921-7372



フレンドリーともぶち

利用時間：平日（月～金）10:00～15:00
対象年齢：0歳～3歳のお子さんとその保護者



＜12月5日（金）10:00～11:00（※要予約）
看護師相談デー「嘔吐・下痢の病気と処理方法」＞
＜1月9日（金）13:30～14:30（※要予約）
看護師相談デー「誤飲について・口腔体操」＞
看護師に気になるQ&Aを聞いてみませんか？

Instagram⇒



※詳しくはお問い合わせください。
TEL：06-6924-9405

コティ子育てひろば

利用時間：平日（月～金）10:00～15:00
対象年齢：おおむね3歳未満までのお子さんとその保護者



＜クリスマス会＞12/23（火）（※要予約）
①10:15～10:45 ②11:15～11:45
サンタさんがプレゼントを持って遊びに来てくれますよ！

＜伝承遊び＞1/14（水）10:15～10:45（※要予約）
お正月にちなんだ昔ながらの遊びを楽しみましょう。

※詳しくはお問合せ下さい（※要予約）
TEL：06-6922-0203



なのはな子育てひろば

定員：11組
利用時間：平日（月～金）10:00～15:00
対象年齢：おおむね3歳未満までのお子さんとその保護者



＜親子ヨガ＞ 毎週（水）（※要予約）
30分ヨガで、心身共にリフレッシュ！初めの5分程は親子で動き、その後は無理のない範囲で職員が子どもを見ます。
＜ミニクリスマス会＞（※要予約）
12/23（火）10:30～13:30～（各30分）
クリスマス製作と、職員からの出し物をお楽しみください。
＜新聞紙遊び＞（※要予約）
1/22（木）10:30～13:30～（各30分）
破く、丸めるなどを楽しんでから新聞紙パラバルーンをします。
TEL：06-6180-7664



都島区子ども・子育てフラザ

利用時間：火～土 9:30～14:30 つどいの広場
14:30～16:00 プレイルーム
9:30～16:00 あかちゃんルーム
対象年齢：未就学児とその保護者



＜子育て相談＞（※要予約）
12月18日（木）10:00～11:00
今回は、「1歳のお子さん集まれ～」の会です。お子さんと一緒にご参加頂けます。同じ年の保護者同士思いを共有して、園長先生にアドバイスをもらいましょう。
＜おはなしひろば＞（※要予約）
1月28日（水）10:30～11:00読み聞かせ「らんらん」さんによるおはなし会です。どんなお話が登場するかお楽しみに！

TEL：06-6923-0150

子育てひろばKids Lab. Hub都島

利用時間：火～土 11:00～18:00
対象年齢：0～5歳前後のお子さんとその保護者

子育てひろばKids Lab.Hub都島は親子で安心して過ごせる居場所として夕方18:00まで開いています。自由に遊んだり、保護者の方がほっと一息ついたり、気軽に立ち寄っていただける空間です。お子さんの発達や子育てに関するご相談も受け付けております。ちょっとした「気になること」もスタッフが丁寧にお話をうかがいますので、どうぞ安心してお越しください。

※最新のイベント情報はInstagramにて
チェックをお願いします！ ⇒ ⇒



TEL：06-7777-6325

その他の子育て支援関連施設

都島図書館



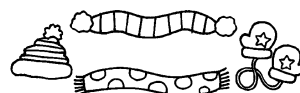
開館時間：火～金 10:00～19:00
土・日・祝休日 10:00～17:00
休館日：毎週月曜日（祝休日は開館）・第3木曜日
蔵書点検期間（今年度は令和8年3月2日から9日）
年末年始【12月28日（日）から1月5日（月）まで休館】

※12月27日（土）午後5時から1月6日（月）午前9時まで、返却ポストも使えません。

＜ボランティアグループによる読み聞かせ＞定員25名
○乳幼児向けよみかき 12/5（第1金曜日）11:00～11:30
○絵本の読み聞かせや手遊び等 毎週水曜日15:30～16:00
★12/17（水）「ぼんぼこぼんの絵本タイム」は冬の特別版です★
TEL：06-6354-3229

みやこじま区おでかけ スタンプラリー☆開催中

区内の子育て支援施設などに遊びに行って、
スタンプを集めましょう♪
★期間：2025/8/1～2026/3/31
★カード配布場所：地域子育て支援センター
つどいの広場など



12月		地域子育て支援センター	つどいの広場					都島図書館	★地域子育て サロン 日程は下欄 参照
日にち	曜日	06-6921-7372	フレンドリー ともぶち 06-6924-9405	都島区 子ども・子育てプラザ 06-6923-0150	コティ 子育てひろば 06-6922-0203	なのはな 子育てひろば 06-6180-7664	子育てひろばKids Lab. Hub都島 06-7777-6325	06-6354-3229	
1	月	はぐはぐ		(休館日)			(休館日)	(休館日)	
2	火		*避難訓練	おおきくなったかな					
3	水		*絵本の時間	*英語あそび		*親子ヨガ		ふあいと！の 絵本のじかん	
4	木			*ブックスタート	*ブックスタート	*歯科講習会			高倉
5	金		*看護師相談デーAM					ちっちゃい！ ふあいと！のじかん	
6	土	(休館日)	(休館日)	*ブレママ講座	(休館日)	(休館日)			友洲(赤ちゃん、ゆう ほう)・淀川
7	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
8	月			(休館日)			(休館日)	(休館日)	
9	火		*ブックスタート		*0歳児身体計測	1歳児&2歳児タイム			
10	水			ボールプールの日	*離乳食のお話	*ブックスタート *親子ヨガ		シフカ・ブルカ おはなしタイム	*内代
11	木	*ブックスタート		*人形劇で メリークリスマス					
12	金			*あかちゃんあつまれ	1歳児タイム				
13	土	(休館日)	(休館日)	*パパとあそぼう	(休館日)	(休館日)			*東都島 西都島
14	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
15	月			(休館日)	0歳児タイム	大きくなったかな	(休館日)	(休館日)	中野・大東
16	火	*栄養士さんがくるよ		ミニミニ誕生会					
17	水		*ママストレッチ		2歳児タイム	*親子ヨガ (パパ参加OK)		ほんぽこほんの 絵本タイム 冬の特別版	桜宮
18	木		*誕生日会	*子育て相談				(休館日)	
19	金				*誕生会	*12月お誕生会			
20	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)	*ブックスタート		
21	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み) *ブックスタート	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
22	月			(休館日)			(休館日)	(休館日)	
23	火		*クリスマス会		*クリスマス会	*ミニクリスマス会			
24	水					(親子ヨガはお休み)		おはなしらんらの 絵本の読みがたり	
25	木								
26	金					(休館日)			
27	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			
28	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
29	月	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
30	火	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
31	水	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	

*は、事前申し込みが必要です。 ※詳しくは施設にお問い合わせください。

子育てサロン 連絡先・日程

※連絡先は不在の
場合があります



桜宮地域	よっといデー	06-6351-0190	12/17(水)、1/14(水)AM9:30~11:20
中野地域	げんきクラブ	06-6354-2699	12/15(月)列双会AM10:00~11:30、1月休み
東都島地域	スペースゆうゆう	06-6928-7367	12/13(土)列双会(東都島小)要予約11/15より受付開始AM10:00~11:30、1月休み
西都島地域	よちよちランド	06-6925-2226	12/13(土)列双会AM10:00~11:30、1月休み
内代地域	すまいる	uchindaisumail@gmail.com	12/10(水)列双会要予約AM10:00~11:30、1月休み
高倉地域	ころころクラブ	06-6923-0155	12/4(木)列双会AM10:00~11:30、1月休み
友洲地域	赤ちゃんクラブ	06-6922-8618	12/6(土)列双会(友洲中多目的室)、1/14(水)AM10:00~11:30
友洲地域	ゆうほう	06-6922-8618	12/6(土)列双会(友洲中多目的室)、1/17(土)AM10:00~11:30
淀川地域	びよびよ〜広場	06-6927-1633	12/6(土)列双会、 1/10(土)第2土曜日お正月遊びAM10:30~11:30
大東地域	ほのぼの広場	06-6928-2945	12/15(月)、1/19(月)AM10:00~11:30

1月		地域子育て支援センター	つどいの広場					都島図書館	地域子育てサロン
		のびのび	フレンドリーともぶち	都島区子ども・子育てプラザ	コティ子育てひろば	なのはな子育てひろば	子育てひろばKids Lab. Hub都島		
日にち	曜日	06-6921-7372	06-6924-9405	06-6923-0150	06-6922-0203	06-6180-7664	06-7777-6325	06-6354-3229	
1	木	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
2	金	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
3	土	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
4	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
5	月	はぐはぐ		(休館日)		(休館日)	(休館日)	(休館日)	
6	火								
7	水		*避難訓練			*親子ヨガ		ふあいと！の絵本のじかん	
8	木	*ブックスタート	*絵本の時間	*ブックスタート	*ブックスタート				
9	金		*看護師相談デーPM	おおきくなったかな					
10	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			淀川
11	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
12	月	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
13	火		*ブックスタート		*0歳児身体計測				
14	水			みんなであそぼう	*伝承遊び	*ブックスタート *親子ヨガ		シフカ・ブルカおはなしタイム	桜宮、友洲(赤ちゃん)
15	木				*リトミック			(休館日)	
16	金			栄貴土さんに聞いてみよう		0歳児タイム			
17	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			友洲(ゆうほう)
18	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み) *ママヨガ *ブックスタート	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
19	月		*ママビラティス	(休館日)	0歳児タイム	大きくなったかな	(休館日)	(休館日)	大東
20	火		*ママヨガ	ブラレールの日	*造形教室				
21	水		*ベビーマッサージ			*親子ヨガ		ぼんぼこぼんの絵本タイム	
22	木		*誕生日会		1歳児タイム	*新聞紙遊び			
23	金				*誕生会				
24	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)	*ブックスタート		
25	日	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
26	月	*子育て支援コンシェルジュさんがくるよ	*鬼のお面づくり	(休館日)		*避難訓練	(休館日)	(休館日)	
27	火				*ママヨガ				
28	水			*おはなしひろば	2歳児タイム	*親子ヨガ (パパ参加OK)		おはなしらんらの絵本の読みがたり	
29	木								
30	金			ミニミニ誕生会		*1月お誕生会			
31	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			
*は、事前申し込みが必要です。 ※詳しくは施設にお問い合わせください。									

その他



ひまわりネット 06-6925-1304	比嘉正子地域貢献事業研修センター 都島本通3-16-8	なんでも相談にのります（子育て・障がい・介護・日常生活など） いいね！文庫や癒しのスペースもあります
都島区子育て支援室 06-6882-9118	都島区役所2階 23番窓口 中野町2-16-20	保育士・家庭児童相談員・臨床心理士・虐待担当などで構成しています 0歳から18歳までの子育てに関するいろいろな相談に応じます
NPO法人mamaコム 06-6115-7077	マナパーク 都島本通3-19-4	おもちゃのひろば 毎月第2金曜日と第3火曜日（祝日はお休み） さまざまな子連れママ向けイベント開催中（ママコムで検索）