



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

2026年
8・9月号
(第21号)

発行日：令和8年7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



赤ちゃんや、子どもの熱中症に注意しよう



赤ちゃんや子どもは体温調整機能が未発達なので熱中症になりやすく、初期症状を見逃して対処が遅れると重症化してしまう危険もあります。晴れた日には地面に近いほど気温が高くなるため、赤ちゃんや子どもは大人以上に暑い環境にいます。



赤ちゃん、子どもは
大人より暑い！



こまめな水分補給を！

子どもは特に、こまめな水分摂取が必要です。
塩分タブレットや塩分を含む飲料水などを用いて
水分だけでなく塩分も補給しましょう。



熱中症の危険信号

- 高い体温
- 赤い／熱い／乾いた皮膚
- 頭痛
- めまい、吐き気
- 意識の障害



子どもの熱中症を防ぐポイント

- ① 顔色や汗のかき方を十分に注意しましょう
顔が赤い、ひどく汗をかいている時は注意
- ② 適切な水分摂取をしましょう
- ③ 日ごろから暑さに慣れましょう
適度な外遊びを。
- ④ 通気性の良い服装を選びましょう



暑さの目安

通常気温は150cmの高さで測ります。
気温32.3℃の時に幼児の身長である
50cmの高さでは35℃を超えています。

参考：熱中症環境保健マニュアル2025 環境省



ブックスタートご案内

★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。



ブックスタート 日程表

場所	8月	9月
支援センターのびのび	8/20(木)	9/10(木)
フレンドリーともぶち	8/4(火)	9/8(火)
都島区 子ども・子育てプラザ	8/6(木) 8/16(日)	9/3(木) 9/20(日)
コティ子育てひろば	8/6(木)	9/10(木)
なのはな子育てひろば	8/5(水)	9/9(水)
子育てひろばKids Lab.Hub都島	8/22(土)	9/26(土)
うれしい保育園都島	8/27(木)	9/17(木)
うれしい保育園都島本通	—	9/12(土)
大阪市立桜宮幼稚園	—	—



- 【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



あそびにいい!

※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5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

ふたごの会『はぐはぐ』のご案内

ふたごちゃん、みつごちゃん、としごちゃん
ブレババ・ママのみなさんの情報交換の場です。
育児の情報交換や悩みの分かち合い、先輩ママからのアドバイスも!「みんなで子育て!」していきましょ。気軽にあそびに来てくださいね。
実施日：毎月第1月曜日 12時～13時
(8月3日・9月7日) 変更する場合もあります。

※最新の予定表はInstagram ⇒⇒⇒
をご覧ください。
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

<8/7(金) 看護師相談デー「心肺蘇生」> *要予約
10:00～11:00
<9/4(金) 看護師相談デー
「くつの選び方 足指体操」> *要予約
13:30～14:30

看護師に気になるQ&Aをきいてみませんか?

※詳しくはお問い合わせください。
Instagram ⇒⇒⇒

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

<子育て支援コンシェルジュさんとお話をしよう> *要予約
8/26(水) 13:30～15:00
都島区役所から子育て支援コンシェルジュさんが来られます。保育園・幼稚園・認定こども園の違いの他、手続きの流れなどのミニ講座をしていただいた後、質疑応答や個別相談を実施できたらと思っています。
<人形劇を楽しもう> *要予約
9/17(木) 10:15～10:45
毎年大人気のなつぽしさんによる人形劇です。
親子で観劇を楽しみましょう。
※詳しくはお問い合わせください。 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) 9:30～15:30
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》*要予約
リラックスした雰囲気でも心身ともにリフレッシュしましょう!!
※毎週水曜日 パパが参加できる日もあります。
《おまつりウィーク》
8/18(火)～8/21(金)…好きな時間に参加していただけます。
スイカ割りあそび、つりあそび、わなげ等が出来ます。
お祭り気分楽しめますよ♪
《なのはなこども園で遊ぼう》*要予約
9/8(火) 10:00～11:00
本園の遊戯室で運動遊びやわらべうたあそびをします。
TEL: 06-6180-7664

都島区子ども・子育てプラザ



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
日のみ 13:00～16:00 プレイルーム
あかちゃんルーム
対象年齢：0歳～就学前のお子さんとその保護者

<えほんひろば>
8/21(金) 9:30～14:20
つどいの広場にえほんひろばが登場します。図書館からお借りしたえほんをたくさん展示しますので、お気に入りのえほんを見つけてください。今回のテーマは「夏・海・動物」です。
<栄養士さんに聞いてみよう>
9/11(金) 10:00～11:00
保健福祉センター分館から栄養士さんが来てくれます。お子さんの食事や栄養についての話を聞いたり、個別相談もできます。
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歳～5歳前後のお子さんとその保護者

親子で気軽に遊びに来られるひろばです。11時～18時まで開いており、夕方のご利用も大歓迎です。
イベントやブックスタートも実施しています。
(詳しい内容はInstagramよりチェックしてください)
子育てのちょっとした不安や悩みも、お気軽にご相談ください。

○絵本の読み聞かせ 第1木曜日 ○季節のイベント 第2土曜日 *要予約
○ボールプールの日 第3木曜日 ○ブックスタート 第4土曜日 *要予約

※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・年末年始・蔵書点検期間

暮らしの中に図書館を! 図書館はだれでも無料でご利用いただけます!

<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
8/7・9/4 第1金曜日 11:00～11:30
○絵本の読み聞かせやストーリーテリング等
毎週水曜日 15:30～16:00
申し込みはいりません。お気軽にどうぞ♪
★7/22～8/19 夏休みスタンプラリーを開催中★



TEL: 06-6354-3229



8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	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			淀川
2	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)		
3	月	はぐはぐ	*避難訓練	(つどいの広場はお休み)		大きくなったかな	(休館日)	(休館日)	
4	火		*ブックスタート		*0歳児身体計測				
5	水			おおきくなったかな		*ブックスタート *親子ヨガ		ふあいと！の 絵本のじかん	
6	木		*水あそび	*ブックスタート	*ブックスタート		絵本の読み聞かせ		
7	金		*看護師相談デーAM	子育て支援コンシェルジュさん に聞いてみよう				ちっちゃい！ ふあいと！のじかん	
8	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)	*イベント		
9	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)		
10	月			(つどいの広場はお休み)	0歳児タイム	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
11	火	(休館日)	(休館日)	(つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)			
12	水					(休館日)		シファ・プールカ おはなしタイム	
13	木	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			
14	金	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			
15	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)			
16	日	(休館日)	(休館日)	*ブックスタート (つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
17	月			(つどいの広場はお休み)	1歳児タイム		(休館日)	(休館日)	
18	火				*ママヨガ	おまつりウィーク			
19	水		*誕生日会AM/PM			おまつりウィーク (親子ヨガ休み)		ほんぽこほんの 絵本タイム	
20	木	*ブックスタート	*感触あそびAM/PM		*親子リトミック	おまつりウィーク	ボールプールの日	(休館日)	
21	金			えほんひろば		おまつりウィーク			
22	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)	*ブックスタート		
23	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)		
24	月		*絵本の時間AM/PM	(つどいの広場はお休み)	2歳児タイム		(休館日)	(休館日)	
25	火				園庭開放	0歳+プレママタイム			
26	水		*ママストレッチ		*子育て支援コンシェル ジュさんとお話しよう	*親子ヨガ		おはなしらんの絵本の 読みがたり	
27	木			ボールプール					
28	金			ミニミニ誕生会	*誕生会	*誕生日会			
29	土	(休館日)	(休館日)	パパとあそぼう	(休館日)	(休館日)			
30	日	(休館日)	(休館日)	なつまつり (つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)		
31	月			(つどいの広場はお休み)			(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	8月お休み、9/16(水)AM9:30～11:30
中野地域	げんきクラブ	06-6354-2699	8月お休み、9/14(月)AM10:00～11:30
東都島地域	スペースゆうゆう	06-6928-7367	8月お休み、9/8(火)AM10:00～11:30
西都島地域	よちよちランド	06-6925-2226	8月お休み、9/12(土)AM10:00～11:30
内地域	すまいる	uchindaisumail@gmail.com	8月お休み、9/9(水)AM10:00～11:30
高倉地域	ころころクラブ	06-6923-0155	8月お休み、9/3(木)AM10:00～11:30
友渕地域	赤ちゃんクラブ	06-6922-8618	8月お休み、9/16(水)AM10:00～11:30
友渕地域	ゆうほう	06-6922-8618	8月お休み、9/19(土)AM10:00～11:30
淀川地域	びよびよ～広場	06-6927-1633	8/1(土)、9/5(土)AM10:30～11:30
大東地域	ほのぼの広場	06-6928-2945	8月お休み、9/30(水)AM10:30～11:30＊第5水曜日

9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	火					*色水あそび		
2	水		*避難訓練	おおきくなったかな				ふあいと！の 絵本のじかん
3	木			*ブックスタート			絵本の読み聞かせ	高倉
4	金		*看護師相談デーPM	子育て支援コンシェルジュさん に聞いてみよう				ちっちゃい！ ふあいと！のじかん
5	土	(休館日)	(休館日)	*プレママ	(休館日)	(休館日)		淀川
6	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)	
7	月	はぐはぐ		(休館日)	0歳児タイム	大きくなったかな	(休館日)	(休館日)
8	火		*ブックスタート	*あかちゃんあつまれ	*0歳児身体計測	*サーキット・わらべうた (本園にて)		東都島
9	水					*ブックスタート *親子ヨガ		シフカ・ブルカ おはなしタイム
10	木	*ブックスタート	*誕生日会AM,PM		*ブックスタート			
11	金			栄養士さんに聞いてみよう		*虫歯セミナー (ワイルデンタルクリニックによる)		
12	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)	*イベント	西都島
13	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)	
14	月			(休館日)	1歳児タイム	*避難訓練	(休館日)	(休館日)
15	火		*ママヨガ	*英語であそぼう	*造形教室	1・2歳タイム		
16	水					*親子ヨガ		ぼんぼこぼんの 絵本タイム
17	木		*絵本の時間AM,PM		*人形劇		ボールプールの日	(休館日)
18	金			プラレールの日				
19	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)		友渕(ゆうほう)
20	日	(休館日)	(休館日)	*ブックスタート (つどいの広場はお休み)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
21	月	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
22	火	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	
23	水	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	(休館日)	おはなしらんらの絵本の 読みがたり
24	木			みんなであそぼう				
25	金			子育て支援コンシェルジュさん に聞いてみよう	*誕生会	*誕生日会		
26	土	(休館日)	(休館日)		(休館日)	(休館日)	*ブックスタート	
27	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)	
28	月			(休館日)	2歳児タイム		(休館日)	(休館日)
29	火							
30	水		*ベビーマッサージ	ミニミニ誕生会				ふあいと！の 絵本のじかん
*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 月2回開催（開催日は mamaコムInstagram にてお知らせ） 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）