

第178号

河内長野市立
子ども・子育て総合センター
あいっくだより



「あいっくだより キラ☆キラ」は、毎月はじめに
子ども・子育て総合センター あいっくが発行するお便りです。

キラ☆キラ



ネットも
みてね♪



河内長野市子育て情報サイト

キラキラねっと



★ホームページ \子育て情報たっぷり♪/

河内長野市 キラキラねっと

検索

★携帯サイトURL : <http://k-kira.jp/m/>
★PCサイトURL : <http://k-kira.jp/>



あけまして おめでとうございます

本年もよろしくお願い致します。

あいっくスタッフ一同

あいっく 年末年始の休館のお知らせ♪

12月29日(土)～1月3日(木)は休館しています。

(子育て支援センターちよだだいも同じ)

サークルのお部屋貸し出しの予約は、年始1月4日(金)午前10時より、子育て支援センターちよだだい(0721-53-2456)で受け付けています。

予約なしで参加できるイベント♪

※当日直接会場へ

予約
不要

市外の方
OK

1/25 双子育児中ママの交流会

双子を育児中のママで集まって情報交換をしましょう。

対象 : 就学前の多胎児と保護者(多胎児を妊娠中の人や保護者のみの参加も可)
日時 : 1月25日(金) 午前10時30分～正午
場所 : 子ども交流ホール

1/11 「じいじばあばの孫育てサポート手帳」完成記念シンポジウム「広げよう子育て支援の輪」

祖父母世代が子育てのサポートをする時に、役立つヒントを集めた「孫育てサポート手帳」が完成しました。

★参加者全員に「孫育てサポート手帳」を配布します。

日時 : 1月11日(金) 午後1時30分～3時30分
場所 : キックス4階 イベントホール
定員 : 280名(先着) ※参加費は無料(駐車場は有料)
内容 : 明橋大二氏の講演、パネルディスカッションなど



募集中！(申込みが必要なイベント)

予約
必要

市民
対象

※定員があるイベントは応募多数の場合、抽選になります。

1/29

みんなであそぼ「豆まき」



未就園の親子で集まって、
節分にちなんだ遊びを楽しみましょう♪

対象：市内在住の平成28年4月1日までに生まれた未就園の
子どもとその保護者

日時：1月29日(火) 午前10時30分～正午

場所：子ども交流ホール



1/21

トコトコまでまで交流会



親子で遊びながら、楽しいふれあい方を見つけてみましょう。

対象：市内在住の平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの
子どもとその保護者

日時：1月21日(月) 午前10時30分～正午

場所：子ども交流ホール



1～
2月

親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんがきた！」

追加
募集

第1子を育児中の母親同士で情報交換や
仲間作りをします。(4回シリーズ)

対象：市内在住の平成30年8月17日～11月17日生まれの
第1子とその母親

日時：1月17日・24日・31日、2月7日

(いずれも木曜日・4回シリーズ)

午後1時～3時

場所：子ども・子育て総合センターあいっく



2～
3月

親子の絆づくりプログラム 「赤ちゃんがきた！」



第1子を育児中の母親同士で情報交換や
仲間作りをします。(4回シリーズ)

対象：市内在住の平成30年9月18日～12月18日生まれの
第1子とその母親

日時：2月18日・25日、3月4日、11日

(いずれも月曜日・4回シリーズ)

午後1時～3時

場所：子ども・子育て総合センターあいっく



1/24

ねずみちゃんのおはなし会



親子のためのわらべ歌や絵本を紹介します。
お気に入りの絵本に出会えるかも♪

対象：市内在住のおおむね1歳6ヶ月～2歳6ヶ月の
子どもとその保護者

日時：1月24日(木) 午前10時30分～11時

場所：子ども・子育て総合センターあいっく

定員：10組



2/10

親子で楽しむバレンタインごろねアート

家族の“今”を残せる「ごろねアート」。写真や
メッセージなどをかわいくコラージュします。

対象：市内在住の0～3歳の子どもとその両親

日時：2月10日(日) 午前10時30分～正午

場所：子ども交流ホール

定員：10組

参加費：800円



- 当日、講師が参加家族の写真を撮らせていただきます。
- 写真はその場でお渡しします。

あいっくからのメールマガジン

「キラキラめーる」に登録してね♪



登録はココから！
kira@k-kira.jp へ空メール！

(迷惑メール等、受信設定をされている方は、
info@k-kira.jpからのメールを受信できるように
してください。)登録できない場合は、
子ども・子育て総合センターあいっくまで
お問合せください。



家族で記念になる
作品をつくりま
しょう♪

イベントの申込み方法

- ★キラキラねっと ⇒各イベント記事のQRコードからご覧ください。申込み期間：**12月28日午前9時～1月13日まで**
(ネット申込みにはキラキラめーるの登録が必要です。)※登録に不具合がある場合はあいっくまで
※子どもの「一時保育有り」のイベントについては、**保育希望の有無・人数を、必ず備考欄にご記入ください。**
- ★スタッフへ直接 ⇒あいっくのスタッフに声をかけてください。電話は不可です。
- ★ハガキ・FAX ⇒住所(郵便番号)、電話番号、参加親子の氏名(ふりがな)、子どもの生年月日、性別、第何子か、子育てで
気になること、イベント名を記入の上、子ども・子育て総合センターあいっくへ

【1月13日必着】

●問合せ 子ども・子育て総合センターあいっく 〒586-0015 河内長野市本町24-1 ノバティながの北館5階
申込み先： TEL.0721-50-4664 FAX.0721-50-4665



ほけんだより♪「家族でインフルエンザ対策」

インフルエンザの流行シーズンとなりました。風邪に比べ感染力が強く、症状も重いので注意が必要です。

インフルエンザとは …インフルエンザウイルスが鼻やのどから侵入して起こる、呼吸器の感染症です。

主な感染経路

- ・感染した人の咳やくしゃみを吸い込む
- ・ウイルスがついたドアノブ、テーブル、椅子、スイッチなどに触れた手で口や鼻、目を触る

潜伏期間

平均2日(1日~4日)

受診の際はマスクをしていきましょう



感染期間

発熱1日前~発熱後3日目をピークとし、7日頃まで

☆登校(登園)の基準

発症した後(発熱の翌日を1日目とする)5日を経過し、かつ解熱した後2日(幼児は3日)を経過してから

症状

- ・急な38℃以上の高熱
- ・悪寒
- ・頭痛
- ・関節痛・筋肉痛
- ・倦怠感
- ・のどの痛み
- ・咳
- ・鼻水 …など

チェック 発症後2日間は目を離さないで!

インフルエンザにかかった子どもの中には、外に飛び出す、突然走り出すなどの異常行動がみられることがあります。発症後、少なくとも2日間は1人にせず、様子を注意深くみてあげましょう。



子どもがインフルエンザにかかった時…

他の家族にうつさないためのポイント!

- 年齢に合ったマスクを家族みんなですつける(時々替えましょう)。
- こまめに手を洗う。口、鼻、目を手でさわらない。
- 咳、くしゃみ、鼻水などで使ったティッシュはビニール袋に入れて密封して捨てる。
- おもちゃはきょうだいで分けて使う(可能であれば水びき・水洗い)。
- スプーンやコップ、タオルは共用しない。
- インフルエンザにかかっている子どもの部屋はできれば別にする。お世話以外、可能であれば密着をさける。
- 同室で寝る時は顔が向き合わないように枕の位置を変える。
- 食事の時は座る位置を離したり、時間を一緒にしない。
- ドアノブ、テーブル、椅子、スイッチ、リモコンなど、子どもがよく触るところは拭き掃除をする(水拭き・ウェットティッシュ・消毒用エタノールなど)
- 部屋の温度は20~22度、湿度は50~60%位に調節する。
- 空気の乾燥を防ぐために加湿器を使ったり、ぬれタオルを室内に干す。
- 室内の空気をきれいにするために、1~2時間に1回位5~10分間窓を開けて換気をする。

インフルエンザにかかっていない家族も、1週間程度は体調の変化に注意しながら時々熱を測り、様子をみましょう。



ベビータイム・ヨチヨチタイム

予約不要

赤ちゃんの初めてのおでかけにオススメ♪

■対象 ★ベビータイム…1歳未満 ★ヨチヨチタイム…9ヶ月~1歳6ヶ月
(対象年齢以外のきょうだいを連れては参加できません。ご了承ください。)

■時間 (いずれの会場も) 午前10時~11時30分 午後1時30分~3時

あいっく(子ども交流ホール)

*第1金曜日は市外の方OK!

1月	4日(金)	午前	ベビー *
		午後	ヨチヨチ
	7日(月)	午前	ヨチヨチ
		午後	ベビー
	18日(金)	午前	ヨチヨチ
		午後	ベビー

2月	1日(金)	午前	ベビー *
		午後	ヨチヨチ
	4日(月)	午前	ヨチヨチ
		午後	ベビー
	15日(金)	午前	ヨチヨチ
		午後	ベビー

◆第1月曜日・第3金曜日は市内在住の方のみ

*第1金曜日のベビータイムには、大阪南医療センターの助産師さんが育児相談に来ています。



千代田公民館

市外の方OK

1月	10日(木)	午前	ベビー
		午後	ヨチヨチ
	24日(木)	午前	ヨチヨチ ※
		午後	ベビー *
2月	14日(木)	午前	ベビー
		午後	ヨチヨチ
	28日(木)	午前	ヨチヨチ
		午後	ベビー *

*第4木曜日午後のベビータイムには、大阪南医療センターの助産師さんが育児相談に来ています。

※1月24日のヨチヨチタイムには、歯科衛生士さんが来ています。



*専門職の育児相談は、いずれもボランティアで来てくれていますので、予定を変更する場合があります。ご了承ください。



自宅の近くで、親子が集える場所として地域の方々が、子育てサロンを開催しています。

場所	主催	対象	日時【特別記載のないものは毎月開催】
松ヶ丘公民館 (老人常設集会所)	松ヶ丘自治会福祉委員会 松ヶ丘自治会	松ヶ丘在住の5歳以下の 子どもとその保護者(原則)	第2金曜日・午前10時～正午 第4金曜日・午後2時～午後4時
清見台楠清会館 ※	川上地区福祉委員会	地域を問わず就学前の親子	1月はお休みします。
美加の台老人第1集会所	美加の台福祉委員会	美加の台在住就学前の親子	第3水曜日・午前10時～正午
南青葉台自治会館	南青葉台福祉委員会	地域を問わず就学前の親子	第4火曜日・午前10時～正午
北青葉台自治会館 ※	北青葉台福祉委員会	地域を問わず就学前の親子 *参加費100円(お茶代)	1月はお休みします。
荘園町自治会館	小山田小学校区福祉委員会	小山田小学校区の就学前の親子	第3火曜日・午前10時～正午
サニータウン自治会館	緑ヶ丘福祉委員会	緑ヶ丘在住の就学前の親子	第2金曜日・午前10時～11時30分
南花台UR第2集会所	南花台3丁目福祉委員会	地域を問わず就学前の親子	第3水曜日・午前10時～正午
南花台コノミヤテラス	南花台戸建福祉委員会	地域を問わず就学前の親子	第4月曜日・午前10時～11時30分
楠翠台集会所	楠翠台福祉委員会	楠翠台在住の就学前の親子	偶数月第1土曜日・午前10時～11時30分
高向公民館	高向小学校区福祉委員会	高向小学校区の就学前の親子	1月19日土曜日・午前10時～11時30分
アメニティ長野集会所	アメニティ長野民生委員 アメニティ長野福祉委員	向野町周辺在住の就学前の親子	1月25日金曜日・午前10時30分～正午

…今月の不定期・特別開催の「子育てサロン」。
※1月はお休みです…清見台楠清会館、北青葉台自治会館



こどものための「ふれあいテラス」♪

畳を敷いたお部屋で絵本やおもちゃを用意しています。飲食可。

場所：南花台コノミヤテラス(緑の部屋)

対象：地域を問わず就学前の親子

日時：1月7日(月)、10日(木)、21日(月)、24日(木)

いずれも午前10時～午後4時

主催：南花台民生委員・主任児童委員・ボランティアスタッフ



予約
不要



子育てわいわいルーム♪

親子で自由に遊びに行ける集いの広場です♪

日程：三日市公民館1階…1月9日(水)

千代田公民館1階…1月18日(金)

南花台公民館2階…1月23日(水)

時間：いずれも午前10時30分～正午 ※会場により駐車場に限りがあります



予約
不要



つどいの広場♪

ふあんふあ～れ三日市

住所：三日市町240-1 三日市グリーンハイツ201

TEL：0721-63-7242

<12月28日～1月3日はお休みです>

日時：毎週火・木・金曜日と

1月7日(月)、21日(月)

※祝日はお休みです

午前10時～午後3時30分

<イベント情報>

・18日(金) 午前11時～ 「みんなでストレッチ体操！」

・21日(月) 午前11時30分～ 「ゆうみ先生と音楽を楽しもう！」

予約
不要

11月分 あいっくの忘れ物



11月にお預かりしている忘れ物は**2月末まで**にあいっくまでご連絡ください。

※力サの忘れ物もお預かりしています。

問合せ：子ども・子育て総合センターあいっく
TEL.0721-50-4664

ほのほのルーム大矢船

住所：大矢船中町3-11

TEL：0721-62-3501

日時：毎週月・水・木曜日

午前10時～午後3時

<12月28日～1月6日はお休みです>

<イベント情報> ※予約不要・参加費無料

・23日(水) 午前10時～正午

「カレンダーを作ろう☆」

祝日も
開催しています♪

◆子ども・子育て総合センターあいっく

〒586-0015 河内長野市本町24-1 ノパティながの北館5階
TEL.0721-50-4664 FAX.0721-50-4665

◆子育て支援センターちよだだい

〒586-0027 河内長野市千代田台町1-1(千代田台保育所内)
TEL.0721-53-2456

子ども・子育て総合センター あいっくだより「キラ☆キラ」は、毎月初めに発行しています。配布場所は、市役所子ども子育て課窓口、保健センター、乳幼児健診センター、市民交流センター、図書館、公民館、あいっく、子育て支援センターちよだだい、小児科など。