

【骨盤調整ヨガ】参加者募集

～代謝UPを目指しましょう！～

日時 10月16日(水) 10時30分～11

時30分 ※10時～入室可

場所 ふれあいセンター2階和室

対象 ひとり親家庭・寡婦家庭
(親のみ子のみの参加可)

定員 10人程度(先着順)

参加費 500円

申込方法 電話又はメールで。

※メールは、件名に「骨盤調整ヨガ」、
本文に「参加者氏名(フリガナ)・年
齢・住所・携帯電話番号」を記
載。

申込・問合せ先 藤井寺市母子寡婦福
祉会[事務局：藤井寺市社会福祉協
議会] ☎938・8220
✉fureai@silver.ocn.ne.jp

大阪府子どものための パパママ講座

離婚前後に抱えるさまざまな悩み
について、一緒に学んで考える親支
援講座を実施します。

日時

①10月23日(水) 10時～11時30分

②11月8日(金) 10時～11時30分

場所・定員

①サンスクエア堺 研修室1(10人)

②大阪梅田ツインタワーズ・ノース
26階貸会議室6号室(100人)

①②各日オンライン受講(100人)

対象 大阪府在住の方、離婚を考え
ている方、離婚をして間もない方
(いずれも子を養育していること)

講座内容

①ひとり親当事者の経験談の共有

②離婚を考えた時に子ども達に出
来る事

申込方法 ①②電話又

は申込フォームで。

申込多数の場合は
抽選。

申込・問合せ先 (社福)大阪府母子寡
婦福祉連合会
☎06・6748・0263



令和7年4月 保育施設入所(園)申込

申込・問合せ先 こども育成課入所担当(2階②番窓口) ☎939・1126

対象 平成31年4月2日から令和7
年1月31日までに出生(予定含
む)の保育を必要とする乳幼児

申込期間 11月1日(金)～15日(金)
9時～17時 ※土・日曜日、祝
日除く。※ただし11月9日(土)
は9時から12時まで事前予約制
で受付。

受付場所 窓口(郵送不可)

利用調整を行った結果、入所(園)できない場合が
あります。あらかじめご了承ください。



※現在申し込んでいる方も、令和
7年4月入所(園)を希望する場合
は、再度申し込みが必要です。

※先着順ではありません。

※転園又は令和7年1～3月入所の
申込締切日は令和7年4月入所
(園)の締切日と同じです。(各
月の前月10日ではありません)

「子育てマップ藤井寺」 広告掲載 事業者募集

子育て世帯のバイブル「子育てマッ
プ藤井寺」に、広告を掲載いただける
事業者を募集しています。応援いた
ける場合は、下記問い合わせまでご
連絡ください。なお、内容説明のため
(株)サイネックスが事業者のみなさま
を随時訪問しますので、ご協力をお願い
します。

広告に関する問合せ先 (株)サイネックス
大阪支店 ☎06・6766・3350

子育てマップに関する問合せ先 子育
て支援課こども政策担当(2階②番
窓口)☎939・1162

地域ぐるみで子育て世帯を 応援しませんか？



詳しくはこちら▲



(参考)令和6年度子育てマップ▲

就学時健康診断

来春、小学校へ入学されるお子さ
んの健康診断です。該当する方には
「就学時健康診断実施のお知らせ」を
9月中旬に郵送しましたので、該当小
学校で健康診断を受けてください。

問合せ先 各小学校又は学校教育課(6
階④番窓口) ☎939・1402

子どもの発達段階別の接し方 ～ファミサポ講習会～

子どもが自分の感情をうまく言葉に
できない時の接し方を学びませんか。
日時 10月23日(水)13時30分～15時
講師 子育て支援課 子ども家庭支
援員

対象 子育て中の方、育児支援に関
心のある方

場所 パープルホール4階 小会議
室A **定員** 先着15人

申込方法 10月16日(水)までに電
話・窓口またはオンライン窓口で。
※託児要相談

申込・問合せ先 藤井寺ファミリー・サ
ポート・センター事
務局[こども育成課
(2階②番窓口)内]
☎939・1161



乳幼児健康診査

種類	日 時		対 象 児
4か月児健診	10/1(火)	13:00～14:00	令和6年5月生
1歳6か月児健診	10/21(月)	13:00～14:15	令和5年3月生
2歳6か月児歯科健診	10/2(水)	13:00～14:00	令和4年3月生
3歳6か月児健診	10/18(金)	13:00～14:15	令和3年3月生
5歳児健診	10/25(金)	13:00～14:15	令和元年10月生

▶具体的な受付時間は個別通知をご覧ください。

注意事項

- ①健康診査の10日前までに案内が届
いていない場合や、当日都合の悪
い方は必ず健康・医療連携課まで
連絡してください。
- ②お子さんや同居の家族が感染症に
かかっている場合や、最近感染症
にかかった場合は、事前に健康・
医療連携課にご相談ください。

※乳児後期健康診査(場所：医療機関) 4か月児健康診査で受診券をお渡しして
いますが、お持ちでない方は健康・医療連携課までお問い合わせください。

第3期カンガルー教室 子どもさんのことで悩んでいますか？

育児に関する心配事や不安につい
て、保育士や心理相談員などのスタ
ッフが、保護者と一緒に考える教室で
す。親子で一緒にできる手遊びや簡
単な制作遊びをしながら、親子共に
豊かな力を育てていけるようお手伝い
します。

日時 12月～3月

①午前のクラス

火 曜 日の9時30分～11時30分、
毎月3回、全12回

②午後のクラス

火 曜 日の13時30分～15時30分、
毎月2回、全8回

場所 保健センター2階

対象 1歳から4歳までの幼児とその
保護者

定員 各10組程度

費用 1回50円(おやつ代)

申込方法 10月28日(月) から31日
(木)までに電話又は窓口で。後日
面接の上、入室者を決定します。

申込・問合せ先 子育て支援課こども家
庭センター担当(2階②番窓口)
☎939・1162

！ 各イベントのQRコードは、申
込開始日からご覧いただけます。 ！

ここ☺赤ちゃんフッキング

赤ちゃんのために簡
単でおいしい離乳食を
作ってみませんか。赤ち
ゃんの託児があります。

日時 11月22日(金)

13時30分～15時30分

対象 生後4～6か月のお子さんの保
護者

定員 先着16人 **費用** 200円

内容 離乳食のお話と調理実習

持ち物 エプロン・手拭き用タオ
ル・筆記用具

※託児希望の方はベビーカー

申込方法 10月1日(火)から11月15日
(金)までにオンライン窓口で

ここ☺アドバイス(助産師相談)

妊娠・出産・授乳などについて、
相談をお受けしています。健康・医
療連携課(2階②番窓口)又は電話で相
談できます。

対象 1歳未満のお子さんがいる保
護者、妊婦、乳児

※来庁での相談は予約
があるとスムーズに
対応できます。

【予約はオンライン窓口で】



子育て ガイド

このページで申込・問合せ先の
記載がない場合の問合せ先

**健康・医療連携課(2階②番窓
口) ☎939・1112**

場所の記載が無い場合

保健センター(小山9-4-33)
で実施します。

赤ちゃんが生まれたら 出生連絡票の提出を

母子健康手帳別冊に添付の出生連
絡票を藤井寺市こども家庭センター
(2階②番窓口)までお持ちいただく
か、郵送してください。

母子健康手帳・ 妊産婦健康診査受診券の交付

藤井寺市こども家庭センター(2階
②番窓口)で交付してい
ます。妊婦さん自身がお
越しください。



ここ☺育児・健康相談

お子さんの発達や育児、食事、歯
についての相談、育児全般について
の相談を保健師・管理栄養士・歯科
衛生士などがお受けします。

【電話相談】

受付 月～金曜日(祝日を除く)
9時～17時30分

【個別相談(予約制)】

日程 10月3日・17日・31日

いずれも木曜日

場所 健康・医療連携課(2階②番窓口)

申込方法 ☎939・
1112へ電話又はオ
ンライン窓口で



つどいのひろば

他にもいろんなイベント
やってるで！市ホームページに各施設の
イベントが目でわかる
便利なイベントカレンダーを
載せてるで！見てな！

▲イベントカレンダー



1

親子が気軽に集い、
交流、情報交換できる！
育児の悩み相談も。

2

市内に5か所！
それぞれで楽しい
イベント開催中

今月のおすすめイベント

バンビーノハウス
おもちゃ箱
☎945・5517

▶子育てほっと♡講座

「ミニ運動会」【予約】

10/10(木) 11:00～11:40

定員 15組程度

場所 岡1ー7ー14 1階 ※自動車での来館はご遠慮ください。

時間 月～金曜日(祝日除く) 9:30～15:00

▶お誕生日ウィーク

10/25(金)～31(木)

※10月お誕生日のお友達にき
らりんタイムでカードをお渡
し。申込方法
随時来館
又は電話でつどいの広場
「ふじいでら」
☎936・0011

▶ベビー・キッズヨガ【予約】

10/15(火) 10:00～10:30

対象 首が据わってから3歳
程度のお子さん

定員 4組

場所 小山9ー4ー45 ※駐車場1台あり。お問い合わせください。

時間 月～金曜日(祝日除く) 10:00～15:30

▶おはなしころりん

おはなし会【予約】

10/25(金) 10:00～10:30

定員 5組

申込方法
10月2日(水)～
10:00～来所で
10:30～電話でユッタリユックリ
☎06・6785・6286

▶トリックオアトリート♪作ってパレ

ード ハッピーハロウィン【予約】

10/30(水) 11:00～11:45

対象 お子さんと保護者

定員 20組

場所 春日丘3ー1ー40 ※駐車場あり。

時間 月～土曜日(祝日除く) 10:00～15:00

▶ハッピーバースデー～みんな

でお祝いしましょう～【予約】

10/28(月) 11:00～11:30

定員 15組 対象 10月生

まれのお子さんと保護者

申込方法
10月3日(木)～
☎953・5288
来館・電話で地域子育て支援
センター
(ひかりこども園ホール内)
☎930・6630

▶子育て講座「乳幼児期の育

ち」【予約】 10/18(金) 10:00

～11:00 対象 就学前のお子
さんを持つ保護者 講師 檜垣 博
子さん(臨床心理士)

場所 大井5ー9ー15 ※ホールの横に駐車場あり

時間 月～土曜日(祝日除く) 9:00～17:00

▶子育て講座「ハロウィン！英

語で遊ぼう！」【予約】

10/28(月) 10:00～10:40

対象 2,3歳児 講師 マイケ
ル ジェイムズ ワイルドさん申込方法
随時電話でぽけっとひろば
(ふじみ保育園内)
☎978・8668

▶子育て支援講座運動遊び

2024【予約】 10/24(木)

10:00～11:30 場所 2階

ホール 定員 10組

対象 歩けるお子さん

講師 村上 泰弘さん

場所 小山藤美町10ー3

時間 月～金曜日(祝日除く) 9:30～15:15

▶製作day「親子で折り紙～

きのこモビール～」【予約】

10/31(木) 10:00～11:30

定員 6組

対象 おおむね2歳～

申込方法
10月1日(火) 13:00～
電話または来館で

市立幼稚園「きらりキッズ」 対象 就学前のお子さん



▼藤井寺幼稚園 ☎939・7103

・運動会ごっこをしよう

10月30日(水) 10:00～11:00

▼藤井寺南幼稚園 ☎939・7113

・体を動かして遊ぼう

10月30日(水) 13:30～14:30

▼道明寺南幼稚園 ☎939・7163

・作って遊ぼう

10月25日(金)

13:30～14:30

市立保育所		わんぱく広場 10:00～11:00(受付9:45)		園庭開放 10:00～11:00	育児相談専用電話 ほっとダイヤル 火～木曜日 13:00～16:00
対象 就学前のお子さん					
第1保育所 ☎939・7108	8日(火)	ミニ運動会	月曜日	☎939・7139	
第3保育所 ☎939・7128	2日(水)			☎939・7198	
第4保育所 ☎939・7138	23日(水)			☎939・7237	
第5保育所 ☎939・7148	18日(金)			☎939・7169	
第6保育所 ☎938・0909	8日(火)	サーキット		☎938・0923	

道明寺こども園 ☎939・7118 対象 就学前のお子さん	にこにこランド 10：00～11:00(受付9:45)		園庭開放 10:00～11:00	育児相談専用電話 ほっとダイヤル 火～木曜日 13:00～16:00
	24日(木)	ミニ運動会	月曜日	☎939・7191 (対面での相談も行っています)

私立保育園・幼稚園・認定こども園 対象 就学前のお子さんと保護者が対象

ふじみ保育園 ☎978・8668	ふじの子保育園 ☎953・2405 ふじの子第二保育園 ☎938・2402	ラミー保育園 ☎952・4115	ひかりこども園 ☎939・6081
子育て相談日 10/12(土) 10:00～11:00	個人相談 10/16(水) 11:00～15:00	園庭開放 10/24(木)・31(木) 9:30～11:30	園庭で園児と遊ぼう 「運動会ごっこ」 10/16(水) 10:00～11:00
園庭開放 10/22(火) 10:00～11:30	運動会 10/26(土) 10:00～11:00	芋掘り 10/29(火) 10:00～11:00 ※雨天の場合31日(木)	

藤井寺カトリック幼稚園 ☎938・8878	ななこども園 ☎953・4295	惣社こども園 ☎931・7333
親子で遊ぼう マリア広場 10/18(金)・25(金) 10:00～11:30	わんぱく広場「小麦粉粘土」 10/17(木) 10:00～11:00	園庭開放 ※雨天中止 10/23(水) 10:00～11:00
2歳児説明会 10/26(土) 10:00～	園庭開放 ※雨天中止 毎週月・木曜日 10:00～11:30	体験入園 10/24(木) 9:45～12:00
臨床心理士による子育て相談 10/9(水) 10:00～	子育て相談 月～金曜日 10:00～11:30	子育て相談 毎週土曜日 10:00～
園庭開放 10/4(金)・7(月)・21(月)・23(水)・ 25(金)・28(月) 14:30～16:00	ベビーひろば 10/21(月) 10:00～10:45	
運動会 10/12(土) ※雨天の場合13(日)		

対象や持ち物・申込方
法など各イベントの詳細は、ホームページを
チェックしてね！

広告あり

ひとり親家庭の皆さんへ 児童扶養手当 制度改正のご案内



令和6年11月から児童扶養手当法等の一部が改正され、所得限度額と第3子以降の加算額が引き上げられます。

(1)所得限度額の引上げ (令和6年11月分～改正) ※下表は本人所得

扶養親族数	全部支給所得限度額		一部支給所得限度額	
	改正前	改正後	改正前	改正後
0人	49万円	69万円	192万円	208万円
1人	87万円	107万円	230万円	246万円
2人	125万円	145万円	268万円	284万円

以降1人につき38万円加算

【児童扶養手当を受けていない(未申請)の方へ】

▶新規申請の手続きが必要です。
申請の翌月分から支給開始となります。(10月に申請した場合、11月分から支給)

手続きの可否について
詳しくはこちら▶



(2)第3子以降の加算額の引上げ

第3子以降の児童に係る加算額が、第2子の加算額と同額に引き上げられます。

制度改正前 6,450円～3,230円

令和6年11月分から 10,750円～5,380円

※上記金額は本人所得に応じて決定

児童扶養手当制度などの詳細はホームページをご確認いただくか、こども育成課までお問い合わせください。



申請・問合先 こども育成課育成担当(2階②番窓口) ☎939・1161

おうちで楽しむ 給食レシピ

子どもが「美味しい」は
大人も「美味しい」

【一人当たり】

🔥 エネルギー 118kcal

🕒 食物繊維 1.5g

No.10 切り干し大根のサラダ

材料(4人分)

切り干し大根……	20g	さとう……………	小さじ1
きゅうり…………	80g	だし汁……………	50ml
人参……………	30g	サラダ油…………	適量
白ごま……………	小さじ2	マヨネーズ…………	大さじ4
しょうゆ…………	大さじ1		



その他の人気
レシピはこちら



かやくごはんができる
までの動画公開中!

切り干し大根には食物繊維、鉄分など大切な栄養素が凝縮されています。

【作り方】

- 1:切り干し大根は水洗いし、もどして水気をしぼる。白ごまは煎って、軽くすりつぶしておく。人参、きゅうりはせん切りにする。
- 2:フライパンでサラダ油を熱し、切り干し大根と人参を炒める。

- 3:2にだし汁としょうゆ、さとうを加えて煮て、火を止めて冷ましておく。

- 4:3にきゅうりと白ごまを加え、マヨネーズで和える。

問合先 藤井寺市柏原市学校給食センター ☎953・3761