

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
 - ・園庭で遊ぼう
 - 3月5日(水)・18日(火)
 - 13:30～15:00
- ▼藤井寺南幼稚園 ☎939・7113
 - ・園庭で遊ぼう
 - 3月17日(月)
 - 13:30～15:00
- ▼道明寺南幼稚園 ☎939・7163
 - ・歌のお姉さんと遊ぼう
 - 3月4日(火) 10:00～11:00
 - ・園庭で遊ぼう
 - 3月17日(月) 13:30～15:00

市立保育所	わんぱく広場	園庭開放	育児相談専用電話 ほっとダイヤル
対象 就学前のお子さん	10:00～11:00(受付9:45)	10:00～11:00	火～木曜日 13:00～16:00
第1保育所 ☎939・7108	4日(火) ふれあい遊び	月曜日 ※3/31(月)を除く	☎939・7139
第3保育所 ☎939・7128	13日(木) リズム遊び		☎939・7198
第4保育所 ☎939・7138	13日(木)		☎939・7237
第5保育所 ☎939・7148	11日(火) ふれあい遊び		☎939・7169
第6保育所 ☎938・0909	13日(木)		☎938・0923

道明寺こども園	にこにこランド	園庭開放	育児相談専用電話 ほっとダイヤル
☎939・7118	10:00～11:00(受付9:45)	10:00～11:00	火～木曜日 13:00～16:00
対象 就学前のお子さん	4日(火) リズム遊び	月曜日 ※3/31(月)を除く	☎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	ふじの子保育園	惣社こども園	ラミー保育園
☎978・8668	☎953・2405 ふじの子第二保育園 ☎938・2402	☎931・7333	☎952・4115
園庭開放 3/4(火) 10:00～11:30	個人相談 3/12(水) 11:00～15:00	子育て相談 毎週土曜日10:00～	園庭開放 3/13(木)・27(木) 9:30～11:30 ※持ち物:水かお茶
子育て相談 3/8(土) 10:00～11:00	園児と一緒に屋上庭園で遊びましょう 3/26(水) 10:00～11:00		

ななこども園	藤井寺カトリック幼稚園	ひかりこども園
☎953・4295	☎938・8878	☎939・6081
わんぱく広場「パン粉遊び」 3/6(木) 10:00～11:00	臨床心理士による子育て相談 3/3(月) 10:30～	園庭で園児と遊ぼう 「おにごっこ遊び」 3/7(金) 10:00～11:00
ベビーひろば 3/10(月) 10:00～10:45	親子で遊ぼう マリア広場 3/7(金)10:00～11:30	
園庭開放 ※雨天中止 毎週月・木曜日 10:00～11:30	園庭開放 3/10(月)・12(水)・14(金) 14:30～16:00	
子育て相談 月～金曜日 10:00～11:30		

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

乳幼児健康診査

種類	日時	対象児
4か月児健診	3/4(火) 13:00～14:00	令和6年10月生
1歳6か月児健診	3/17(月) 13:00～14:15	令和5年8月生
2歳6か月児歯科健診	3/5(水) 13:00～14:00	令和4年8月生
3歳6か月児健診	3/14(金) 13:00～14:15	令和3年8月生
5歳児健診	3/21(金) 13:00～14:00	令和2年3/1～4/1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。

にこココアドバイス(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ある保護者、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】



プレママ・プレパパのにこココルーム

日時 3月26日(水) 13時30分～15時

対象 妊婦とそのパートナー(妊婦さんだけの参加可)

定員 6組(先着順)

内容 お産のながれ・抱っこの練習・母乳のお話、妊娠や出産に関する相談など

持ち物 母子健康手帳

申込方法 3月3日(月)から10日(月)までにオンライン窓口で



！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。！

にこココ赤ちゃんルーム

日時 3月24日(月) 13時30分～15時

対象 7か月未満のお子さんと保護者(お子さん1人につき保護者1人で参加してください。)

定員 10組(先着順)

内容 ふれあい遊び・体重測定・育児相談など

持ち物 母子健康手帳、バスタオル

申込方法 3月3日(月)から10日(月)までに

オンライン窓口で



にこココマタニティ教室

妊娠おめでとうございます。赤ちゃんのお父さんやおばあちゃん、おじいちゃんも一緒に参加できます。

日時 3月22日(土)

①9時15分～(9時～受付)
②10時45分～(10時30分～受付)

対象 妊娠中の方(同伴の家族は1人まで) 定員 各6組(先着順)

内容 沐浴実習など

持ち物 母子健康手帳、筆記用具

申込方法 3月3日(月)

から9日(日)までにオンライン窓口で



このページで申込・問合先の記載がない場合の問合先
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。



にこココ育児・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 3月6日・13日・27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



ファミサポ援助会員募集

あなたのちょっとした空き時間で子育てのお手伝いをしてみませんか。

ファミリー・サポート・センターは子育ての援助を受けたい方（依頼会員）と、子育ての援助ができる方（援助会員）が、お互い信頼関係を築きながら、地域で子育てを支援する会員組織からなる事業です。



補償保険に加入済みなので安心

有償ボランティア
謝礼1時間700円～

無理のない範囲で

送迎だけ、預かりだけでも大丈夫！

ご自身の予定を優先してくださいね。



活動内容(例)

- ・保育施設などに子どもを迎えに行き、自宅に送る。
- ・保育施設や学童保育に子どもを迎えに行き、保護者が帰ってくるまで預かる。
- ・自身の自宅で、3時間ほど子どもを預かる。 など



詳しくは市ホームページをご確認ください。

申込援助会員条件

- ・藤井寺市内在住または隣接市在住で、簡単な子育てのサポートができる方。
- ・会員登録が必要です。
- ・資格・年齢・性別は不問。
- ・安心・安全に活動していただくために、定期的に講習の受講が必要です。

申込・問合せ先 藤井寺ファミリー・サポート・センター こども育成課内(2階③番窓口) ☎939・1161

ここ^に便利

～ここでニコッと笑顔になれるから、ここに行こう！～

生まれたばかりの赤ちゃんは、昼夜関係なく寝たり起きたりを繰り返しています。生後2か月を過ぎると、少しずつ目が覚めている時間が増えてきます。

日常生活の中で、起床や食事、入浴、就寝の時間は大体決まっていますか？規則正しい生活をすると、体のリズムは整いやすくなります。朝は光を浴びて活動しはじめ、夜は部屋を暗くして眠ることで体内時計がしっかり働くようになるからです。

睡眠に関わるホルモンには、セロトニンやメラトニンがあります。赤ちゃんは、自分の身体でメラトニンを作ることができないので、母乳やミルクに含まれるメラトニンをサポートに眠っていますが、生後2～3か月になると、次第に自分自身で分泌することができるようになります。夜暗くなると分泌が増えてきて、自然と眠気を感じるようになります。メラトニンは体の中でセロトニンを原料に合成されるので、日中に太陽の光を浴びて、セロトニンの分泌を高めておくことが大切です。また、寝る前にスマートフォンなどの光を浴びると、メラトニン

暖かくなってきましたね。
太陽の光を利用して、体のリズムを整えていきましょう。



の分泌が低下し眠りにくくなったりすることも分かっていますので、気を付けておきたいですね。昼寝の時は部屋を暗くしすぎない方が体内時計は崩れにくいと言われています。木陰くらいの明るさがおすすです。朝は明るく夜は暗く、光を意識した生活で、大人も子どもも良い睡眠がとれるようにしてみませんか。

赤ちゃんが目覚めている時には、親子で体を使った遊びをしたり、お散歩に出かけたりするのもいいですね。心地よい日の光や風を感じることで、大人の気持ちのリフレッシュにもなります。体を使った活動的な遊びをしたり、外出したりして活動することで、夜眠りやすくなります。

“赤ちゃんルーム”では、赤ちゃんとのふれあい遊びも紹介しています。ぜひ遊びにきてくださいね！（詳細は14ページ）



ひとり親家庭の親等のための就業支援講習会

【登録販売者試験対策】

日時 5月17日(土)から6月28日(土)までの毎週土曜日(全7回) 10時～16時
場所 大阪府立母子・父子福祉センター
定員 20人 ※応募多数の場合抽選
費用 6,000円
申込方法 4月17日(木)までにホームページの申込フォーム又は往復ハガキで【必着】



▲ホームページ



▲申込フォーム

【正看・准看護学校受験対策】

■コース・費用(全32回)

- ①正看護師コース 8万円
 - ②准看護師コース 5万5,000円
- ※いずれも5月10日(土)～12月20日(土)までの連続講座です。

- ①13時～18時
 - ②13時～16時45分
- (講義により変動あり)

場所 関西看護医療予備校(大阪市天王寺区寺田町1-7-1)

申込方法 受講申込書(ホームページ掲載)を4月2日(水)までに郵送【必着】の上、4月12日(土)の選考試験にお越しください。

■事前説明会

日時 3月15日(土)18時～19時、22日(土)15時～16時、29日(土)15時～16時/18時～19時
定員 各日先着20人(事前予約制)
※説明会の申込方法など詳細はホームページをご確認ください。



▲講座ホームページ



▲お問い合わせ用

地域型SNSアプリ

ピアッザ

に登録しませんか？

子育て世代に役立つ情報満載！



おもちゃの譲り合い

イベントの情報



▲詳しくはこちら



▲ダウンロードはこちら

問合せ先 子育て支援課こども政策担当(2階③番窓口) ☎939・1162

【骨盤調整ヨガ】参加者募集

春の体を準備しましょう！
日時 3月19日(水) 10時30分～11時30分 ※10時～入室可能
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
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。
※メールの場合は、件名に「骨盤調整ヨガ」、本文に「参加者氏名(ふりがな)・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

SST(ソーシャルスキルトレーニング)教室に参加してみませんか？

SSTは、社会の中で必要なスキルを身につける練習のことです。気持ちのコントロール方法などを練習します。
日時 毎週第1・3土曜日 13時半～14時半(4月19日から開講)
場所 パープルホール 小会議室
対象 市内在住の発達障害の疑いのある小中学生(医師の意見書・手帳など発達障害の疑いのある児童・通級指導教室や支援学級を利用中の児童など)
定員 6人程度
費用 1回につき200円(市民税非課税世帯は無料)
申込方法 3月28日(金)までに電話で※事前に面談を行い、開催日までに参加者を決定します。
申込・問合せ先 ふれあい支援センター-SST担当 ☎937・5255 (木曜日以外の10時～20時)

ユッタリユックリ ☎06・6785・6286



場所 春日丘3-1-40 ※駐車場あり
時間 月～土曜日(祝日除く) 10:00～15:00



みんなで遊ぼう～もうすぐクリスマス
スキドキワクワおたのしみ～

毎月イベントを実施しており12月はパ
ネルシアターやハンドベルなどを楽し
みました。



みんなで話そう

保護者同士の交流を目的とし、グルー
プに分かれてガチャガチャに入ったテ
ーマに沿ってお話しました。

地域子育て支援センター (ひかりこども園ホール内) ☎930・6630



場所 大井5-9-15 ※駐車場あり
時間 月～土曜日(祝日除く) 9:00～17:00



「親子体操」

グレイドスポーツクラブで、親子で体
操を楽しみます！



「フラダンス」

レイと髪飾りをつけてフラ体験をしま
す！

ぽけっとひろば(ふじみ保育園内) ☎978・8668



場所 小山藤美町10-3
時間 月～金曜日(祝日除く) 9:30～15:15



クリスマス会

サンタクロースが遊びに来たよ！手
作りの楽器をプレゼントでもらって、
お友達と一緒に曲に合わせて鳴らして
遊んだよ！



Babyday
「お昼寝アートちびっこあおむし？」

可愛らしいあおむしの衣装を着
て、笑顔の写真をたくさん撮ってもら
ったよ！

イベント・講座情報

▶みんなで遊ぼう「大きくなったかな?だるまさん
の手型・足型カード作り」【予約】
3/17(月) 11:00～11:45
対象 お子さんと保護者 定員 20組程度

▶子育てユッタリ講座「2024年度の振り返りと新
年度にむけて」 3/21(金) 10:30～
対象 ひろば利用のお子さんと保護者
定員 先着20組程度



申込方法
3月3日(月)～
☎953・5288
来館・電話で

イベント・講座情報

▶親子クッキング～ひなまつり～【予約】
3/3(月) 10:00～11:00
対象 1～3歳児のお子さんと保護者
定員 12組 ※卵・牛乳を使用

▶おもちゃライブラリーおもちゃ制作
～手型制作～
3/24(月) 10:00～11:00
※当日時間内にお越しください。



申込方法
随時電話で
10:00～16:00

イベント・講座情報

▶Baby day手足型アート「さくらの木」【予約】
3月11日(火) 10:00～11:00～
対象 1歳半 定員 各4組
予約開始 3/3(月)13時～

▶子育て支援講座「♪歌って踊ってストレッチ♪
免疫力を高めましょう!」【予約】
講師 chako先生
3/17(月) 10:00～11:30
予約開始 3/4(火)13時～



申込方法
電話又は来館で

つどいのひろば 下半期のイベント特集



つどいのひろばって
どんなところ？

イベントや講座もやってるよ！
ホームページも見てね！！



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

下半期のイベント、子育て講座の様子を
紹介!!楽しい催しが行われました。
3月のイベント、講座の情報も!!
スタッフ一同、お待ちしております。



バンビーノハウスおもちゃ箱 ☎945・5517



場所 岡1-7-14 聖和マンション式番館 1階
※自動車での来館はご遠慮ください。
時間 月～金曜日(祝日を除く) 9:30～15:00



12月「クリスマス会」

ミニコンサートで盛り上がりました。



1月「お正月あそび」

福笑い・凧つくり・コマ回し、できなく
ても楽しいね。

イベント・講座情報

▶子育てほっと♡講座「お楽しみ会」【予約】
3/14(金) 11:00～11:40
定員 15組程度

▶お誕生日ウィーク
3/24(月)～31(月)
※3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



場所 小山9-4-45
※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



「お誕生日WEEK」

上旬の6日間程度、お話の時間にお誕
生会を開催し、みんなでお祝い！



「産後の心のケア」

助産師さんと気軽にお話しませんか。
お産を経験していれば誰でも対象！

イベント・講座情報

▶産後のこころのケア【予約】
お子さんと離れて助産師さんとゆっくりお話
しませんか。
3/21(金) 10:00～12:00 定員 1組(託児あり)

▶ベビー・キッズヨガ【予約】
お子さんと一緒に触れ合いながら楽しみましょう。
3/18(火) 10:00～10:30
対象 首が座ってから～3歳
定員 4組(きょうだいのいる方託児あり)



申込方法
3月3日(月)～
10:00～来所で
10:30～電話で