



～ここでニコッと笑顔になれるから、ここに行こう！～

水遊びのデビューはいつから？

赤ちゃんの水遊びは、首がすわり、お座りができるようになる生後6～8か月頃が目安です。赤ちゃんの発達状況や体調によって異なります。公共のプールは安全面や衛生面を考えると2歳ごろからスタートするのが望ましいでしょう。まずはお風呂の中で水に触れ、おもちゃを使って水に慣れたから屋外でのデビューをおすすめします。

今回はビニールプールでの水遊びについてお伝えします。

水着選びのポイント

大きめだと肩紐がずれる、水中で脱げるなど、けがや事故の原因になりかねません。装飾品も引かかる、誤飲してしまうという可能性があるため、サイズがぴったりでシンプルなデザインのものを選びましょう。水着の下には水遊び用の紙おむつをはかせましょう。

こども家庭センターには助産師がいます。心配なことがあれば、いつでも助産師にご相談ください。

事故防止のため注意するポイント

- ・目と手を離さないこと
- ・体調や機嫌を常にチェックすること
- ・気温と水温に注意(気温28度以上、水温26度～30度が目安)
- ・紫外線予防のためラッシュガード着用が効果的
- ・熱中症対策としてこまめに水分補給をすること
- ・足入れタイプの浮き輪はひっくり返るので注意(腕付き輪の併用がおすすめ)

水遊びの効果は？

水温の変化、水が流れる感覚や音、水が手足に触れる、など新たな刺激で赤ちゃんの脳が活発に働き、感覚の発達を促す効果があります。

赤ちゃんと一緒に水に触れることで親子のスキンシップやコミュニケーションを深めることもできます。

また親の笑顔や声掛けが赤ちゃんにとって安心につながります。無理をせず、気を付けながら親子で楽しめる貴重な時間になるといいですね。



乳幼児健康診査

種類	日 時	対 象 児
4か月児健診	7/1(火) 13:00～14:00	令和7年2月生
1歳6か月児健診	7/14(月) 13:00～14:15	令和5年12月生
2歳6か月児歯科健診	7/2(水) 13:00～14:00	令和4年12月生
3歳6か月児健診	7/11(金) 13:00～14:15	令和3年12月生
5歳児健診	7/25(金) 13:00～14:00	令和2年7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お子さんと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。

プレママ・プレパパのここニココルーム

日時 7月30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も可)
定員 先着6組
内容 お産のながれ・パパにできるサポート・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 7月1日(火)から8日(火)までにオンライン窓口で



ここニココ赤ちゃんルーム

日時 7月16日(水) 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 7月1日(火)から8日(火)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！

ここニココアドバイス(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】



～ファミサポ講習会～

子どもや親の気持ちに寄り添う

「寄り添う」ってどういうこと？子どもへの寄り添い方を学びましょう。
日時 7月18日(金) 10時～11時30分
場所 パープルホール4階小会議室D
対象 子育て中の方、育児支援に関心のある方
定員 15人(先着順)
講師 幼稚園教諭
申込方法 7月11日(金)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



子育てガイド

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。



ここニココ育児・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 7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



ひとり親家庭等学習支援

学習習慣の定着などのサポートや、放課後の居場所作りを目的とした事業です。

日時 中学生 19時～21時
小学生 平日の16時30分～18時30分
上記の時間帯で希望する日に2時間程度(週1回程度)
全24回(約7か月間)

場所 パープルホール(北岡1-2-3)

対象 小学4～6年生又は中学生で、7月1日時点で児童扶養手当の支給を受けている家庭又はひとり親家庭医療証の交付を受けている家庭の児童

定員 小学生20人程度、中学生45人程度(応募者多数の場合は抽選、初めての方優先の場合あり)

申込方法 7月1日(火)から31日(木)までに、申請書を窓口へ提出。

※事業内容・申請書などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

申込・問合先 こども育成課育成担当(2階②番窓口) ☎939・1161



ひとり親家庭の親等のための支援事業

①介護福祉士試験対策講座

日時 9月27日から11月1日までの毎週土曜日(全6回) 10時～16時
定員 24人 ※応募多数の場合抽選
費用 5,000円
※第38回介護福祉士国家試験申込者

②パソコン初級試験対策講座

内容 ワードの基礎とエクセル3級(日商PCデータ活用)
日時 9月18日から11月6日までの毎週木曜日(全8回) 10時～16時
定員 20人 ※応募多数の場合抽選
費用 8,000円

対象 ひとり親家庭の母・父、ひとり親を経た寡婦の方
申込方法 ①は8月27日(水)【必着】、②は8月18日(月)【必着】までにメールフォーム又は往復はがきで。

場所、申込・問合先 大阪府立母子・父子福祉センター(〒537-0025 大阪市東成区中道1-3-59) ☎06・6748・0263



【骨盤調整ヨガ】参加者募集

夏番！自律神経をゆっくり整えましょう。

日時 7月16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

ひとり親家庭向けの夏休みイベント開催予定！詳しくはp.14をご確認ください。



知ってみよう！行ってみよう！ つどいのひろば



つどいのひろばって何？

つどいのひろばは、「地域子育て支援拠点」として、子育て中の親子が気軽に集まれる場で、市内に5か所あります。保護者同士の交流をするのもよし！イベントを楽しむのもよし！親子でのんびり過ごすのもよし！お気軽に遊びに行ってみてください！保育士による子育て相談もできるので、ちょっと困ったときのお助け先としてもぜひ。



予約などは必要？

事前の申し込みは不要！いつでも遊びに行っても OK！ただし、おそうじやおもちゃの消毒のため閉館している場合もあるので、まずは各ひろばのホームページをチェック！また、講座やイベントによって、定員がある場合などは、要予約となっている場合があります。詳しくは、各ひろばにお問い合わせください。



それぞれのひろばの雰囲気が知りたい

各ひろばからのコメントを紹介します。それぞれの魅力がいっぱいです。

バンビーノハウス おもちゃ箱

月・火・木・金曜日 11:30～の「きらりんタイム」に手遊びや親子体操・マッサージ等でリフレッシュしましょう！

つどいのひろば ふじいでら

マタニティ・産後の心のケアにも力を入れており、困る前につながる切れ目のない支援を行っています。

地域子育て支援センター (ひかりこども園ホール内)

おもちゃと絵本のお部屋「おもちゃライブラリー」があります。親子でお気軽に遊びにきてください。ご利用をお待ちしております。

ぽけっとひろば (ふじみ保育園内)

毎月、園庭開放や子育て支援講座、製作 day など様々なイベントを開催しています。毎月の身体測定では、手足型をとり綴れるファイルをプレゼント！みなさん、遊びに来てくれるのを待ってます！

ユッタリユックリ

子育てに奮闘されているみなさんがホッと「ユッタリ」「ユックリ」できる、そんな心温かいつどいの場が「ユッタリユックリ」です。初めての方もお気軽にお越しください。

施設の詳しい情報は ホームページを見て！



つどいのひろばについて

親子でのふれあいを大切にしています。おうちとは違う場所で、ここでしかできない遊びや体験、のんびりした時間を過ごしてリフレッシュしてください。

育児相談は、電話でも OK。心配事はひとりで抱えず、誰かへ話してみることでココロがすっきりすることもあるかも



地域子育て支援センター (ひかりこども園ホール内)

大井5-9-15
☎930・6630
月～土曜日
(祝日除く)
9:00～17:00

ひ



つどいの広場 ふじいでら

小山9-4-45
☎936・0011
月～金曜日
(祝日除く) 10:00～15:30

ふ



ユッタリユックリ

春日丘3-1-40
☎06・6785・6286
月～土曜日 (祝日除く) 10:00～15:00

ユ



バンビーノハウス おもちゃ箱

岡1-7-14 1階
☎945・5517
月～金曜日
(祝日除く) 9:30～15:00

バ



ぽけっとひろば (ふじみ保育園内)

小山藤美町10-3
☎978・8668
月～金曜日 (祝日除く) 9:30～15:15

ぽ



紙面記載以外のイベントも 実施中！詳細はこちら



イベントカレンダー

7月のおすすめイベント

実施日	予約	イベント名	場所
10日(木)	要	子育て支援講座「バランスボールで弾んで、エネルギーチャージ！～ママの身体とココロのメンテナンス～」	ぽ
11日(金)	要	親子クッキング「夏野菜を使ってピザ作り」	ひ
14日(月)	要	ベビーマッサージ	ふ
	要	ハイハイ・ヨチヨチレース	ユ
16日(水)	要	おしゃべりサロン	ひ
	要	みんなで遊ぼう「絵本でみんな笑顔！生協キャラバン隊～マトちゃんもやってくるヨ～」	ユ
17日(木)	要	子育てほっと♡講座「水遊び」	バ
	要	身体測定	ぽ
22日(火)	要	リズムあそび	ふ
	要	ベビーキッズ・ヨガ～お子さんと一緒に触れ合いながら楽しもう～	ふ
23日(水)	要	製作day「うちわ作り」	ぽ
24日(木)	要	子育てユッタリ講座「子どもとの対話」	ユ
25日(金)	要	グランド開放「水あそび」	ひ
第4週	要	お誕生日ウィーク(25日(金)～31日(木))	バ
28日(月)	要	親子でイングリッシュ～親子で楽しく英語に触れよう！～	ふ
30日(水)	要	Baby day「お昼寝アート～夏まつり～」	ぽ
31日(木)	要	おもちゃ制作日「野菜スタンプでうちわを作ろう！」	ひ
	要	ハッピーバースデー～みんなでお祝いしましょう～	ユ



予約開始日・開始時間など詳細は
各ひろばホームページをご覧ください

※消毒・清掃などを行っている時間帯があります。各施設にご確認ください。

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

- ・保育室で遊ぼう
- 7月9日(水) 13:30～15:00
- ・水遊びをしよう
- 7月16日(水) 13:30～14:30

▼藤井寺南幼稚園 ☎939・7113

- ・園庭で遊ぼう
- 7月8日(火) 13:30～15:00

▼道明寺南幼稚園 ☎939・7163

- ・水遊びをしよう
- 7月11日(金) 13:30～14:30
- ・園庭で遊ぼう
- 7月16日(水) 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
対象 就学前のお子さん		10:00～11:00(受付9:45)		10:00～11:00	ほっとダイヤル
					火～木曜日 13:00～16:00
第1保育所	☎939・7108	8日(火)	夏の遊び	月曜日	☎939・7139
第3保育所	☎939・7128	8日(火)	水遊び		☎939・7198
第4保育所	☎939・7138	3日(木)	感触・水遊び		☎939・7237
第5保育所	☎939・7148	3日(木)	色水遊び		☎939・7169
第6保育所	☎938・0909	工事のため中止			☎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
	10日(木)	夏まつりごっこ	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 7/5(土) 10:00～11:00	七夕・笹飾り 7/5(土) 10:00～11:00	アロマでふれあいマッサージ 7/12(土) 13:00～14:30	園庭で園児と遊ぼう 「水遊び」 7/9(水) 10:00～11:00
園庭開放(プール遊び) 7/15(火) 10:00～11:30	個人相談 7/16(水) 11:00～15:00	園庭開放 7/17(木)・24(木)9:30～11:30	

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	キングダム・キッズ藤井寺 ☎976・5005
親子で遊ぼう マリア広場 7/4・11すべて(金)10:00～11:30	わんぱく広場「片栗粉遊び」 7/17(木) 10:00～11:00	夏祭り 7/26(土) 10:00～12:00	「園内遊び」 好きなおもちゃで遊ぼう！ 7/12(土) 10:00～11:00
園庭開放イベント 「ようちえんであそぼう」 7/5(土)10:00～11:00頃	ベビーひろば 7/14(月) 10:00～11:00	子育て相談 毎週土曜日10:00～	
ピアノコンサート 7/11(金)10:00～ 約40分間	園庭開放 ※雨天中止 毎週月・木曜日 10:00～11:30		
臨床心理士による子育て相談 7/4(金)10:30～	子育て相談 月～金曜日 10:00～11:30		
園庭開放 7/7(月)・9(水)・11(金)・14(月) 14:30～16:00	2歳児広場10:00～11:00頃 7/4(金)・18(金) お問合せは、ななこども園へ		

対象や持ち物・申込方法など各イベントや子育て相談の詳細は、ホームページをチェックしてね！

