

日	月	火	水	木	金	土
 <p>※感染症等で園(クラス含む)が閉鎖になった時は利用できません。</p>					1	2
3 おやすみ (文化の日)	4 おやすみ	5	6	7 みんなでリサイクル	8	9 パパと遊ぼう (ミニ運動会) ※
10	11 おやすみ	12 ベビーマッサージ	13 保健師さんの話	14 骨盤底筋 エクササイズ	15 ブックスタート	16 ゆうぎ室は 12:00 迄です
17	18 おやすみ	19 読み聞かせ	20	21	22 親子で楽しいヨガ	23 おやすみ (勤労感謝の日)
24 おもちゃ病院	25 おやすみ	26	27 ミニミニ誕生会 身体測定の日	28	29	30

**つどいの広場**  
火曜日～土曜日の10時～15時 (スタッフは常駐しています)  
日曜日は10時～15時 親子ルームを開設しています (スタッフは常駐していません)

※11/9(土) 行事の為、  
ゆうぎ室・親子ルームは  
13時迄遊べません。

**★重要なお知らせ★**

- ・個人情報保護のため、施設内での写真(動画)撮影はご遠慮ください。
  - ・水分補給の飲みものは水かお茶をお願いします。
- 皆さまのご理解とご協力をお願いします。

**0歳～未就学児ご利用時間**

	火曜日～金曜日	土曜日	日曜日
赤 い ち や ん 遊 戯 室 ル ー ム	10:00～15:00	10:00～13:00	
ル ー ム 親 子	10:00～15:00	10:00～15:00	10:00～15:00

**★赤ちゃんルームについて★**

0歳～ハイハイまでのお子さんが利用できます。  
(きょうだいでのご利用の場合は、上のお子さんに合わせてお部屋を選んでください)  
赤ちゃん用のおもちゃ・ハイハイおやま等をご用意しています。



**登録について**

- ★利用登録は、毎年4月に1年ごとの登録を行います。
- ★当プラザに来館の際「利用申込書」にお子様、保護者様の名前と住所・連絡先等を記入していただきます。
- ※登録に必要な持ち物はありません。

**感染対策について**

- ★マスク着用は個人の判断にお任せします。
- ★感染予防として、各お部屋は随時換気、おもちゃや遊具は消毒を行っています。
- ★微熱・咳など体調不良の場合は、利用を控えていただきますようお願いいたします。
- ご理解・ご協力の程よろしく申し上げます。

**ご利用方法**

阿倍野区子ども・子育てプラザ  
★来館予約、お部屋の利用予約は必要ありません。  
◆TEL / FAX 06-6623-1775



詳しくは  
HP・LINE  
をご覧ください。



ホームページ

公式LINE

## ★の行事に予約が必要です



※申し込みは10時から17時迄、  
プラザ窓口またはお電話にて受付します。

## 😊 みんなでリサイクル 定員:なし 11/7(木)14時00分～15時00分

対象：乳幼児とその保護者  
※リサイクル品を無料で（1人2点まで）さしあげます。  
※当日のみご不要なこども服をお引き取りします。  
（南部環境事業センター協力）



## ★パパと遊ぼう～ミニミニ運動会～ 定員:12組(抽選) 11/9(土)10時30分～11時15分

対象：乳幼児とその保護者  
申込：10月26日(土)～11月2日(土)  
ハイハイ競争、親子競争等を行います。  
ママだけ、パパ&ママでも参加いただけます。



## ★ベビーマッサージ 定員:24名(先着順) 11/12(火)10時30分～11時10分

対象：首のすわった4ヶ月～1歳未満の  
乳幼児とその保護者  
申込：10月29日(火)～11月5日(火)  
講師：増井 淑さん  
マッサージで赤ちゃんとおコミュニケーション☆



## 😊 ★保健師さんのおはなし 定員:24名(先着順) 11/13(水)10時00分～11時00分

対象：1～2歳の乳幼児とその保護者  
申込：10月29日(火)～11月12日(火)  
講師：阿倍野区保健福祉センター 保健師さん  
1～2歳児の成長について  
気になることをお話ししませんか？



## ★骨盤底筋エクササイズ 定員:10組(先着順) 11/14(木)10時15分～11時10分

対象：乳幼児の保護者の方  
※産後3月未満の方、妊婦さんは受講いただけません  
申込：10月31日(木)～11月13日(水)  
講師：沖 知美さん  
一時預かりあり：7名 一時預かりなし：3名  
「ひめトレ」という運動ツールを使い、主に椅子に  
座って簡単なエクササイズを行います。

## イベントの開催場所について

イベントで使用するお部屋は主に  
ゆうぎ室ですが、😊 マークのついている  
イベントは実習室で行います。

## 😊 ★ブックスタート 定員:15組(先着順) 11/15(金)10時30分～11時00分

対象：ブックスタート対象者  
申込：随時  
絵本を介して赤ちゃんとの触れ合いを♪



## ★読み聞かせ 定員:30名(先着順) 11/19(火)10時15分～10時45分

対象：乳幼児とその保護者  
申込：11月10日(日)～11月17日(日)  
講師：おはなしボン!さん  
ボランティアの方による  
絵本の読み聞かせや、手あそびを楽しもう♪



## ★親子で楽しいヨガ 定員:10組(先着順) 11/22(金)10時30分～11時10分

対象：申込時点で一人で立てる  
1歳3ヶ月～4歳未満の乳幼児とその保護者  
申込：11月8日(金)～11月20日(水)  
講師：西田 理恵さん  
ヨガで心も体もリラックスしましょう。



## おもちゃ病院 定員:なし 11/24(日)10時00分～11時00分

対象：大阪市在住の18歳未満の方  
※当プラザに登録済みの方  
講師：おもちゃドクターさん  
こわれたこどものおもちゃをドクターがなおしてくれます。  
※持って来ていただいた際に内容によっては修理を  
お断りする場合があります ※一組1点迄です



## ★ミニミニ誕生会 定員:30名(先着順) 11/27(水)10時15分～11時00分

対象：乳幼児とその保護者  
申込：誕生月のお子さん 11月12日(火)～11月22日(金)  
誕生月以外のお子さん 11月24日(日)～11月26日(火)  
お誕生日のお祝いとおふれあいあそび等を楽しみます。

## 身体測定の日 定員:なし 11/27(水)11時15分～13時15分

対象：乳幼児とその保護者  
申込：当日プラザ窓口にて受付  
時間内にどなたでも自由にご利用下さい。



令和6年度

# あべのくプラザだより 11月

(小学生・中学生・高校生)

※感染症等で学級閉鎖の時は利用できません

にちようび	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
おやすみ (文化の日)	おやすみ					
10	11	12	13	14	15	16
	おやすみ					けん玉達人 が来るぞ!
17	18	19	20	21	22	23
	おやすみ		プラバンの日			おやすみ (勤労感謝の日)
24	25	26	27	28	29	30
おもちゃ病院	おやすみ					

## 小中学生の保護者の方へ

(利用登録について)

- ① H P から、「利用申込書」を印刷・記入し児童に持たせていただく
  - ② 児童と一緒に来館し、「利用申込書」をご記入いただく
- ①②どちらかの方法で登録をお願いします

## 高校生へ (利用登録について)

※登録時、必ず生徒手帳の提示をお願いします!

- ① H P から、「利用申込書」を印刷・記入しお持ちください
- ② 来館し、「利用申込書」をご記入ください

①②どちらかの方法で登録をお願いします

## イベント申込について

- 受付は10時～17時迄です。
- 申込の日に、おうちの人にプラザへ電話してもらうか、プラザのスタッフに伝えてください

## けん玉達人が来るぞ!

11月16日(土) 13:20~14:20

場所 プラザ ゆうぎ室  
対象 小学生  
定員 10名(先着順・要予約)  
持ち物 水筒・タオル・けん玉(貸出有)  
申込 11/2(土)~11/15(金)



## おもちゃ病院

11月24日(日) 10:00~11:00

場所 プラザゆうぎ室  
対象 大阪市在住の18歳未満の方  
※当プラザに登録済みの方  
※小学生は保護者と一緒に来てください  
定員 なし(予約は要りません)  
申込 当日プラザで受付



こわれたごどものおもちゃをドクターがなおしてくれます  
※持って来ていただいた際に内容によっては修理をお断りする場合があります※一組1点迄です

## プラバンの日

11月20日(水) 15:25~16:25

(受付15:15~15:25)

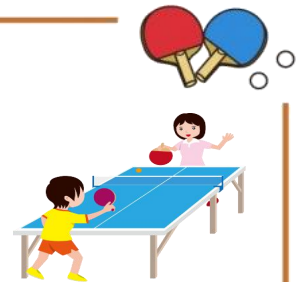
★受付時間内に来てね!!!

場所 プラザ ゆうぎ室  
対象 小学生  
定員 なし(時間通りにきてね)  
持ち物 水筒・タオル  
申込 予約は要りません

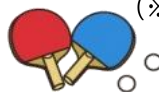


## 卓球ができるよ!

\*水...15:20~16:20  
\*土...13:20~14:00  
\*日...13:00~14:00



●この時間帯に卓球が出来るので、あそびに来てね。  
(※都合により、出来ない場合もあります。)



# 児童のあそべる時間

※日曜日の12時～13時はお昼休みなので遊ばせん

実習室	火～金	土	日
	15:20～16:50	13:20～16:50	10:00～12:00 13:00～16:50

ゆうぎ室	じかん	か	すい	もく	きん
	午後3:20～午後4:20	うんどうあそび (10分ずつ)	卓球 	うんどうあそび (10分ずつ)	うんどうあそび (10分ずつ)
	午後4:25～午後4:50	みんなでドッジ (4人～) 			
	じかん	ど	にち		
	午前10:00～午後12:00		うんどうあそび(20分ずつ)		
(ど)午後1:20～午後2:00		卓球 			
(にち)午後1:00～2:00					
午後2:00～午後4:20		うんどうあそび(20分ずつ)			
午後4:25～午後4:50		みんなでドッジ (4人～) 			

- ★11/16(土)、11/20(水)、11/24(日)の行事をしている時間帯は、ゆうぎ室では遊ばせんが、実習室は遊ばす
- ★時間や内容が変更になる場合もあります

## プラザで遊ぶときは…

- 飲み物(お茶・水・スポーツ飲料)ハンカチを持ってきてください。
- ※ジュースは持ってこないでね
- 飲み物はひとり、1つ必ず持ってきてください。



## うんどうあそびについて

プラザでは、ゆうぎ室で、卓球・ドッジボール・フリスビーなどいろいろな運動あそびができるよ！あそびによって人数制限があったり、時間が決まっているものもあります。詳しくは、スタッフに聞いてね！



## 大阪市ファミリー・サポート・センター事業 提供会員養成講座の受講者募集

子どもの預りや送迎を通して地域の子育てを応援するファミリー・サポートセンターの提供会員になりませんか？活動に必要な知識を学ぶ講座です。

期間：令和6年11月14日(木)～12月12日(木)の毎週木曜日 時間：各日とも10時～16時  
受付開始：9月15日(日)～ 定員：30名(先着順) 一時保育なし 会場：阿倍野市民学習センター  
対象：大阪市内在住の19歳以上で提供会員として登録の意思のある方。受講費：無料\*有資格者は免除科目あり

お問合せ/お申込み  
ファミリー・サポート・センター阿倍野 TEL 06-6623-2096  
ファミリー・サポート・センター西成 TEL 06-6658-4529  
主催：阿倍野区子ども・子育てプラザ/西成区子ども・子育てプラザ

## 個人情報の取り扱いについて

- ◆記入いただきました個人情報は、当行事参加のご確認や、当行事に関するご連絡のためにのみ使用いたします。お申込みいただいたことをもって、同意されたものとみなします。
- ◆事業者：一般財団法人大阪教育文化振興財団
- ◆個人情報の取扱い、苦情及びご相談に関するお問い合わせ先：一般財団法人大阪教育文化振興財団  
個人情報保護管理者 総務課長 宛 06-4963-2527(月～金10:00～17:00)



阿倍野区子ども・子育てプラザ