



門真市地域子育て支援センター

# ひよこだより 9月号

NO. 78

門真市御堂町 14-1 門真市保健福祉センター3F

TEL 06-6904-8601

担当 香山 聡美



暦の上では、立秋を過ぎましたが気象予報を見ると9月も暑さが続くそうです。暑さに勝つための対策には、常に汗をかく練習「暑熱順化」を取りいれたいとされています。今までも、言われてきているため知っておられる方も多いと思いますが、「暑すぎて外に出ることができない」とお家で引きこもりがちになっていませんか？お散歩・自転車や、近年流行りのサウナなどで汗をかき暑さや熱中症に打ち勝つ身体を手に入れましょう！また、暑くて過ごしにくい昼夜に欠かせない冷房…。お腹が痛くなったり、以前痛めたところが痛んだり、なんだかスツキリしない毎日。「好きな匂いの入浴剤を使ってリフレッシュ」「飲み物でリラックス」など人それぞれにリラックス方法をぜひ、見つけてみてください。「耳ツボカイロ」や冬に活躍する「はるカイロ」も合わせて使い、身体の芯からも腸活もダブルで取り入れてみてください！何か他に良い方法がありましたら、ぜひ教えてくださいね。



## 講演会 『たくさんハイハイしよう！』

門真市立こども発達支援センター 理学療法士

浅井竜一郎先生

こども発達支援センターがどんな所で何をするとところなのか？をパンフレットを見ながらお話を聞き身体の成長には、ハイハイの土台作りが大切だと教わりました。そのあと、親子さん一組ずつとお話する時には、悩みや気になっていることを相談しバスタオルなどのお家にあるもので練習する方法や足の支え方・動かし方を教わりました。大事なことは、「成長は、一人一人違って大丈夫。歩行を急がすことなくお子さんの成長に合わせた練習で大丈夫です！」と教えてくださいました。



## ひよこる～むの利用についてお知らせ

門真市地域子育て相談機関・地域子育て支援センターひよこる～むは、お住まいの住所が市内・市外関係なく利用していただけます。別紙にも記載がありますが **注意点** があります…イベントなどに参加いただく際に人数を超えてしまう場合は、門真市在住の方を優先させていただくことをあらかじめご了承お願いいたします。ですが、イベント中もひよこる～む(遊びの広場)は、開放していますので遊びにきてください。

ご不明な点などございましたら、お電話でお尋ねください。



## 今後のイベント情報

看護師と学ぶ！

こんなときどうする？！

### Part.4 頭を打った時の対処法

頭を打ったときどうしたらいいの？

日時：10月21日(火) 10:30～

場所：保健福祉センター3F

ひよこる～む内

対象：0歳～未就学児と保護者

\*要申込 10月7日(火)～先着20組

かなり泣いたけど  
大丈夫かな…？

命が危ないって  
聞くこともあるけど？

## 非認知能力プログラム講演会

子どもたちが未来へ向かう力として注目されている非認知能力。成長していくために、非常に重要なものとされています。

### 非認知能力とは？

粘り強さ  
(頑張る力)

自制心

(自己コントロールする力)

協調性

(コミュニケーション能力)

日時：11月14日(金)13:30～

場所：保健福祉センター3階 多目的ホール

対象：0才～未就学児と保護者

※対象でない方のご希望は、お電話で一度お問い合わせください。

※要申込 10月31日(金)～

託児有り 先着10組 ZOOMでの参加も可能です。

イベントはすべて**申し込みが必要**です。裏面のカレンダーを参照の上、各イベントの申し込み開始日より、電話又は、来館にてお申し込みください。イベント参加の対象は未就学児とその保護者になります。(※申し込み人数が予定を超えてしまう場合門真市在住の方が優先になりますので、あらかじめご了承ください。)

一緒に悩んで、一緒に子育て！

## 地域子育て相談機関

- ☆保育士が子どもへの関わり方や、遊び方・身体成長・発達についてなど、色々なお悩みを一緒にお話しさせていただきます。
- ☆門真市内の施設紹介や、子育て支援情報などのご紹介を行います。
- ☆幼稚園・保育園などの情報やパンフレットなども設置しています。

問い合わせ 門真市保健福祉センター 3階

地域子育て支援センターひよこる～む内

☎06-6904-8602

気になること  
困ったこと  
なんでも話してね



認知症当事者の「自立できる力」を高め、  
住み慣れた地域で、  
「自分らしく」生活できるための支援をします。



認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る、認知症サポーターを一人でも増やし、安心して暮らせるまちを、みんなでつくっていくことをめざしましょう。

Click

2022年3月23日宣言

認知症バリアフリー宣言ポータル





門真市地域子育て支援センター ひよこる〜む



2025年 9月の予定表

※イベントのご予約、詳細は、電話にて問い合わせください。

Calendar grid with dates 1-30 and event details in Japanese. Includes events like 'みんなであそぼう!', 'えほんの広場', 'あかちゃんのつどい', 'かみしばいの広場', 'ベビーマッサージ', '敬老の日', '秋分の日', '誕生会', and 'おおきくなったかな'.

○「わくわくる〜む」…自由に遊んでいただける運動遊具を設置します。

- 「えほんの広場」…絵本の読み聞かせをします
○「かみしばいの広場」…紙芝居の読み聞かせをします
○「つくってあそぼう！」…手作りおもちゃを作ります
○「お誕生日会」…みんなでお誕生日をお祝いしよう！
○「あかちゃんのつどい」…のびのび 0〜5ヶ月
すくすく 6〜8ヶ月
ぐんぐん 9〜11ヶ月
○「みんなで遊ぼう！ぴよっこ♪」… 12ヶ月〜未就園児
○「おおきくなったかな」身長・体重を測定します。



天候などの影響により臨時休館やイベント日程の変更、参加人数等の変更が急に生じる場合があります。ご了承ください。最新の情報は、ホームページ、もしくは、電話でご確認くださいませようお願いします。



門真市地域子育て支援センター ひよこる~む

2025年

10月の予定表



げつ	か	すい	もく	きん	ど	にち
		<b>1</b> みんなで あそぼう! ぴよっこ♪ ※申込(9/17~)	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>  <b>お</b>	<b>5</b>  <b>お</b>
<b>6</b> えほんの広場	<b>7</b>	<b>8</b> あかちゃんの つどい (のびのび) ※申込(9/24~)	<b>9</b>	<b>10</b> つくって あそぼう! 13:00~14:00 ※申込(9/26~)	<b>11</b>  <b>や</b>	<b>12</b>  <b>や</b>
<b>13</b> スポーツの日	<b>14</b>	<b>15</b> みんなで あそぼう! ぴよっこ♪ ※申込(10/2~)	<b>16</b> あかちゃんの つどい (すくすく) ※申込(10/2~)	<b>17</b>	<b>18</b>  <b>す</b>	<b>19</b>  <b>す</b>
<b>20</b> あかちゃんの つどい (ぐんぐん) ※申込(10/6~)	<b>21</b> こんな時 どうする? Part4 ※申込(10/7~)	<b>22</b> わくわくる~む	<b>23</b>	<b>24</b> みんなで あそぼう! ぴよっこ♪ ※申込(10/10~)	<b>25</b>  <b>み</b>	<b>26</b>  <b>み</b>
<b>27</b> かみしばいの 広場	<b>28</b>  おおきくなったかな (身長・体重測定)	<b>29</b> 	<b>30</b> 誕生日会 10:30~ ※申込(10/17)	<b>31</b>		

ひよこる~むへの問い合わせについて

- ひよこる~む TEL06-6904-8601 (問い合わせ時間 午前9時~午後4時)  
イベントに参加、遊び場を利用希望の方は来館される前にホームページ  
(すくすくひよこナビ、ひよこる~む)にてご確認ください。電話にて問い合わせください。  
※館内でのご飲食はご遠慮いただいております。

- 地域子育て相談機関では、電話・来所・メール・オンラインにて相談を受け付けております。

地域子育て相談機関 TEL06-6904-8602 (お問い合わせ時間午前9時~午後5時半)

mail [hiyokoterace@icloud.com](mailto:hiyokoterace@icloud.com)

ひよこる~む X(旧 Twitter)しています!

門真市子育て応援隊@ひよこる~む X(旧ツイッター)

