

子育て

親子料理教室

テーマは「好き嫌いをなくそう」。話と調理実習。
時 2月8日(水)午後2時15分～4時
場 キセラ川西プラザ2階
対 3～5歳児と保護者
費 1人1000円
申 2月1日(水)から
保 保健センター ☎(758)4721
パパひろば

室内遊具などで自由遊び。
時 3月12日(日)午前10時半～正午
場 アステ市民プラザ
対 未就学児と男性の保護者
定 10組
申 2月2日(木)午前10時からアステ子育て支援ルームへ ☎(740)1125
アップル子育て講座
「ちょっとほっと広場」
交流やふれあい遊び、おもちゃ作りなどを①アップルまきの②アップルただ③アップルちゅうおう④アップルかもーで実施。
詳しくは市ホームページへ。

時 ①2月22日、3月1・8・15日の水曜日。いずれも午後2時～3時15分②③2月21・28日、3月7・14日の火曜日。いずれも午後1時半～2時45分④2時～3時15分
対 4年10月1日～12月31日生まれの子どもと初めて子育てをする母親
定 ①④各10組②③各7組
申 2月1日(水)から各アップルへ(月～金曜日(祝日を除く)午前9時～午後3時)
① ☎(794)7065
② ☎(793)7724
③ ☎(759)2261
④ ☎(768)9753
助産師といっしょにベビーマッサージ
交流・相談の会。
主 市助産師会
時 2月16日(木)午前10時半～11時半
場 総合センター
対 1歳以下の子どもと保護者
費 1000円
定 5組
申 2月15日(水)までに同会へ
☎090(9257)8586
1歳のみんな遊びにおいで
ふれあい遊びや自由遊び、

絵本の読み聞かせ。
時 2月20日(月)午前10時半～11時半
場 久代児童センター
対 1歳の子どもと保護者
定 12組
申 2月2日(木)午後1時から
☎(756)1321
3・4・5歳児
歯科健診
歯科健診と歯みがきなどの相談。
主 予防歯科センター
時 3月2日(木)・9日(木)。いずれも午後1時半～3時
対 3歳児(令和2年1月～2年3月生まれ)、4歳児(平成31年1月～31年3月生まれ)、5歳児(平成30年1月～30年3月生まれ)
他 母子手帳・タオル持参
申 同センターへ
☎(759)3171
親子のふれあい体操
跳び箱やマットなどを使った、親子体操教室の体験。
主 (公財)市文化・スポーツ振興財団
時 3月5日(日)午前10時～11時半
場 総合体育館
対 開催日時点で満2～4歳の

子どもと保護者(子ども1人につき保護者1人)
費 650円
定 30組
申 往復はがきに教室名、住所、受講者氏名(ふりがな)、生年月日(年齢)、電話番号、保護者氏名(ふりがな)を書き、2月1日(水)～10日(金)(必着)に〒666-0017・火打1-1-4の総合体育館へ(はがき持参可)
☎(759)9712
あつまれ!げんキッズ
深さの違うプールでスキップ体操や水遊びなど。
主 (公財)市文化・スポーツ振興財団
時 3月12日(日)午前10時～正午
場 市民温水プール
対 開催日時点で1歳半～満4歳の子どもと保護者(子ども1人につき保護者1人)
費 1290円
定 15組
申 往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日(年齢)、電話番号、保護者氏名(ふりがな)を書き、2月1日(水)～15日(水)(必着)に〒666-0017・火打1-1-3の市民温水プールへ(はがき持参可)
☎(755)0257
こども・若者ステーション
☎(740)1248
オンライン交流会
赤ちゃんといっしょ
初めて子育てをする母親同士で、交流しながら赤ちゃんのことを学ぶ。
時 3月3・10・17日の金曜日。いずれも午後2時～2時40分
対 生後2～11カ月までの第一子の子どもと母親
定 8組
他 Webex Meetings を利用
申 2月1日(水)から
子育て支援講座
テーマは「やってみたい!楽しい!面白い!がこどもをのばす」。
時 3月10日(金)午前10時～正午
場 キセラ川西プラザ2階
対 子育て中の保護者や子育て支援に関わる人
講 Tomoni 教室 一作業療法士の丸田千津さん
定 20人
他 保育あり(未就学児。先着8人)
申 2月6日(月)から
ここにこファミリー
コンサート
市民オーケストラによる親

子どもと保護者(子ども1人につき保護者1人)
費 650円
定 30組
申 往復はがきに教室名、住所、受講者氏名(ふりがな)、生年月日(年齢)、電話番号、保護者氏名(ふりがな)を書き、2月1日(水)～10日(金)(必着)に〒666-0017・火打1-1-4の総合体育館へ(はがき持参可)
☎(759)9712
あつまれ!げんキッズ
深さの違うプールでスキップ体操や水遊びなど。
主 (公財)市文化・スポーツ振興財団
時 3月12日(日)午前10時～正午
場 市民温水プール
対 開催日時点で1歳半～満4歳の子どもと保護者(子ども1人につき保護者1人)
費 1290円
定 15組
申 往復はがきに教室名、住所、氏名(ふりがな)、生年月日(年齢)、電話番号、保護者氏名(ふりがな)を書き、2月1日(水)～15日(水)(必着)に〒666-0017・火打1-1-3の市民温水プールへ(はがき持参可)
☎(755)0257
こども・若者ステーション
☎(740)1248
オンライン交流会
赤ちゃんといっしょ
初めて子育てをする母親同士で、交流しながら赤ちゃんのことを学ぶ。
時 3月3・10・17日の金曜日。いずれも午後2時～2時40分
対 生後2～11カ月までの第一子の子どもと母親
定 8組
他 Webex Meetings を利用
申 2月1日(水)から
子育て支援講座
テーマは「やってみたい!楽しい!面白い!がこどもをのばす」。
時 3月10日(金)午前10時～正午
場 キセラ川西プラザ2階
対 子育て中の保護者や子育て支援に関わる人
講 Tomoni 教室 一作業療法士の丸田千津さん
定 20人
他 保育あり(未就学児。先着8人)
申 2月6日(月)から
ここにこファミリー
コンサート
市民オーケストラによる親

き持参可)
☎(755)0257
こども・若者ステーション
☎(740)1248
オンライン交流会
赤ちゃんといっしょ
初めて子育てをする母親同士で、交流しながら赤ちゃんのことを学ぶ。
時 3月3・10・17日の金曜日。いずれも午後2時～2時40分
対 生後2～11カ月までの第一子の子どもと母親
定 8組
他 Webex Meetings を利用
申 2月1日(水)から
子育て支援講座
テーマは「やってみたい!楽しい!面白い!がこどもをのばす」。
時 3月10日(金)午前10時～正午
場 キセラ川西プラザ2階
対 子育て中の保護者や子育て支援に関わる人
講 Tomoni 教室 一作業療法士の丸田千津さん
定 20人
他 保育あり(未就学児。先着8人)
申 2月6日(月)から
ここにこファミリー
コンサート
市民オーケストラによる親

救急 小児救急診療(中学生まで)

施設名	診療科目など	受付時間
阪神北 広域こども 急病センター	小児科 ☎(770)9988	平日…19:30～翌朝6:30 土曜日…14:30～翌朝6:30 日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…8:30～翌朝6:30
		平日…20:00～翌朝6:30 土曜日…15:00～翌朝6:30 日・祝日・年末年始(12/29～1/3)…9:00～翌朝6:30
伊丹市昆陽池 2-10	電話相談 ☎(770)9981	

妊婦・乳幼児の
健診や相談の
日程はこちら



子で楽しめる演奏会。
時 3月19日(日)午前10時半～11時半
場 キセラ川西プラザ2階
対 市在住の未就学児と保護者
定 120人
申 2月13日(月)から
☎(758)8398
川西児童館
わらべうた産後ダンスと子育て相談会
抱っこひもを使用したダンスや、助産師と保護者同士の交流。
時 2月14日(火)午前10時半～11時半
対 4カ月健診後で首が座っている乳児～1歳未満の子どもと保護者(妊婦や腰痛の人は参加不可)
申 2月1日(水)午後1時から

親子で遊ぼうDAY
体を動かす自由遊び。
時 2月22日(水)、3月9日(木)。いずれも午前10時～11時半(申し込みはどちらか1回)
対 1～3歳の子どもと保護者
定 各12組
申 2月8日(水)午後1時から
赤ちゃんといっしょ
背景や小物をセットし、赤ちゃんの真上から撮影と親子交流。
時 3月6日(月)・15日(水)。いずれも午前10時～11時(申し込みはどちらか1回)
対 8カ月までの子どもと保護者
定 各8組
申 2月14日(火)午後1時から

子育てSTYLE One Point
今月の担当は…
予防歯科センター 歯科衛生士
問い合わせ ☎(759)3171



とで習慣化し、泣いていても磨かせてくれる時間が徐々に増えてきます。「気持ちいいね」の声掛けを忘れずに、歯磨きトレーニングを続けてください。
ただし、歯ブラシの「喉突き事故」も多いので、一人で磨く練習は乳歯がそろそろ3～4歳を過ぎてから。その際、保護者は目を離さないようにしましょう。
また、歯磨きの際に「ペロタッチ」を実践してみてください。舌先から3分の1ほどの箇所を前方、左、右の3カ所を2～3回ずつ歯ブラシでタッチするだけで、舌の動きや唾液の分泌を促せる、おすすめの健康法です。

Smile de ヌマイルド
はい!ポーズ



利根直弥ちゃん 緑台7(1歳10カ月)

パパやママ、お兄ちゃんのが大好き。一緒にブロックをしたり、絵本を読んでもらっているよ。

芦田紡ちゃん 火打1(2歳7カ月)



お店やさんごっこって楽しいね。乗り物や食べ物、なんでも売ってるんだよ。みんなも買いにきてね。

仕上げの歯磨きいつまですべき?

ひとり磨きの練習は乳歯がそろってから親子で一緒に10歳ごろまでは仕上げ磨きが必要で

「お兄ちゃんだから一人で歯磨きしたい」「お姉ちゃんだから歯磨きも一人でしょうね」よくある光景です。
でも、ちょっと待ってください。一人で磨ける箇所が増えても、10歳ごろまでは仕上げ磨きが必要です。歯が生え替わり始める5歳ごろから10歳ごろまでの口の中はとても複雑。抜けそうな乳歯や、生え始めで歯ぐきに埋もれた永久歯など、さまざまな歯が混在しています。この時期の歯磨きは一人では難しく、爪切りやシャンプーのように確認や手伝いが必要です。歯の生え方や子どもの歯磨きの技量に合わせて、仕上げ磨きをしてあげましょう。
生え変わりの時期は食べ物をかみにくく、好き嫌いのきっかけになりやすいです。仕上げ磨きに加えて、少し柔らかめの料理にする、ゆっくり食べるように促すなど、食べやすく工夫をしてあげるとよいでしょう。
また、3歳ごろまでの子どもの仕上げ磨きは、嫌がられて難しいことが多いです。しかし短時間でも毎日続けるこ

- 相談の案内
- 市政情報
- 求人・募集
- 案内
- 中央図書館
- セミナー
- 発表・鑑賞
- スポーツ
- 健康
- 高齢者
- 公民館
- 催し・福祉
- 子育て
- コラム
- ニュース