

TAKE FREE

子育て応援!!

まみたん 4月号

2026年3月6日発行

大阪市版

0~6歳児ママ・パパのための子育て情報誌

会員限定Present

株式会社創場パートナーズ
卵かけご飯のための食べる醤油
3名様



...and more!
詳細は中面へ

巻頭企画

入園の準備は
これでバッチリ!
新しい一歩、
心強いスタート



Happy & Smile

「まみたん表紙写真」

大募集!!



表紙に登場!



ご応募はこちらから♪

※応募はまみたんLINE会員さま限定

子どもの食育について
わくわく、おいしいいちご狩りに行こう♪ and more



関西ばどグループと大阪市は包括連携協定を結んでいます。

ばど × 大阪市

まみたん



<https://mamitan.net>

編集・発行：株式会社関西ばど



「化ける、未来!」あの感動がハグミュージアムにやってくる
おばけと一緒に「未来」へ化けよう!

ハグフェス スペシャルイベント

3/14(土) 15日

入場&参加費
無料
10:00-17:00

万博で話題のガスパビリオンの
XRゴーグル体験が再登場

体験時間
約20分

XRゴーグルで
「おばけ」の世界へ!



開催時間 10:30~16:30
会場 2Fおばけワンダーランドゾーン
体験人数 約50名様/1日
対象 7歳以上 ※13歳未満のお子さまの体験には保護者同伴が必須

ハグミュージアム

常設
展示

事前応募受付
応募締切 3/9(月)



※当選者の方へメールで
ご案内させていただきます。

ミyakumyakとミッチーに、また会える。
万博の感動を振り返る、スペシャルイベント!

万博で大人気だったガスパビリオンの「おばけワンダーランド」が、ハグミュージアムに帰ってきます。さらに!会場にはミyakumyakと、ガスパビリオンの公式キャラクターミッチーが駆けつけてくれます!



©Expo 2025
大阪・関西万博
公式キャラクター
ミyakumyak

時間 各日
①11:00~
②13:00~
③15:00~
会場 5Fハグホール
招待人数 各回200名様

事前応募受付
応募締切 3/9(月)



※当選者の方へメールで
ご案内させていただきます。



おばけワンダーランド
キャラクター
ミッチー

3/15
限定 日

大阪ガスクッキングスクール

おばけのミッチーカップケーキを作ろう!

時間 ①10:30~ ②12:00~ ③15:00~ 会場 4Fキッチンスタジオ
参加人数 各回24名様(先着順) 事前申込 対象 4歳以上(中学生未満は保護者と参加必須)
材料費 お一人様1,000円(税込・前納制) ※当日枠若干数あり10:10~(先着)

お土産付き!
ミッチー缶バッジ



大阪ガスクッキングスクール
事前応募受付



液体窒素で実験! 不思議な科学の世界を体験!

おでかけ/
ガス科学館
大阪ガス Daigas

所要時間 30分
時間 ①12:00~
②14:00~
③16:00~
会場 2F
芝生の丘
シアター前



万博会場で
大人気だった
スタンプも
押せちゃうよ!



会場

大阪ガスショールーム ハグミュージアム

大阪市西区千代崎3丁目南2番59号(京セラドーム大阪横)
2階にはガス火×タニタカフェ、花さくフィールド(キッズスペース)もあり!
※イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。

イベント詳細
はこちら

まみたん大阪市

株式会社 関西ばど まみたんイベント事務局
TEL.072-827-0817 (月~金 9:30~18:00)

お電話でのお申込みは受付していません。当選についてのお問合せはご連絡ください。
※3/14(土)・15(日)イベント当日10:00~17:00 イベント中はお電話に出られない場合がございます。ご了承ください。



参加者募集

各回200名様
無料招待
(事前応募制)

ギャル曽根流!時短でおいしい!

曽根家秘伝 牛肉ちらし

ライブキッチン & トークショー開催!



YouTubeチャンネルで大人気のレシピの中から、春の門出にぴったりの「牛肉ちらし」を、ギャル曽根さんが目の前でクッキング。お料理の話はもちろん、ここでしか聞けない楽しいエピソードが満載のトークショーも必見!各回200名様を無料招待!

トークショー

日時

3/20 (金・祝)

会場

5Fハグホール

時間

1回目 12:00~12:50
2回目 14:30~15:20

募集人数

各回200名様(事前応募制)

応募締切

3月11日(水) ※応募多数の場合は抽選

ハグミュージアムに
ギャル曽根さんが
やって来る!

ご応募は
こちら



PROFILE

調理師免許や野菜ソムリエなど食の資格を多数保有。「時短・安上がり・ヘルシー」なレシピが主婦層に絶大な支持を得る、三児の母。現在はテレビやYouTubeで活躍する傍ら「食の大切さ」を伝える活動も精力的に行っている。

Special

トークショー
参加者限定
スペシャル
イベント

見るだけじゃなくて、自分でも作ってみたい!

牛肉ちらしを作ろう! (お吸い物付き)

【会場】4Fキッチンスタジオ ※ギャル曽根さんの出演はございません。
【時間】1回目13:00~/2回目14:15~/3回目15:30~
【参加費】お一人様1,500円(税込・前納制)

※トークショー当選者の方のみご案内させていただきます。

ハグミュージアム常設展示

万博で話題!

ガスパビリオンのXRゴーグル体験が再登場



XRゴーグルで「おばけ」の世界へ!

【開催時間】 10:30~16:30

【会場】 2F おばけワンダーランドゾーン

【体験人数】 約50名様/1日

【対象】 7歳以上~※13歳未満のお子さまの体験には保護者同伴が必須

体験時間
約20分

※おばけワンダーランドは予約制となります。詳しくはハグミュージアムHP内にて3/16(月)以降ご案内予定



ガスパビリオンの案内役「ミッチー」が登場!
万博で大人気だったスタンプも4Fキッチンスタジオで押せちゃうよ!

大阪ガスクッキングスクール ハグミュージアム

大阪市西区千代崎3丁目南2-59(ハグミュージアム4階)

問い合わせ先 **06-6586-3434** (自動音声対応) 受付時間 10:00~17:50

大阪ガスクッキングスクール

<https://www.og-cookingschool.com/>

お預かりスペース

ママの診察の間、
保育士さんが
遊んでくれるから平気！
おもちゃも
いっぱいだよ！

子育てママのお悩み**解決!!**

なかむらレディースクリニック

2人目・3人目妊活

不妊治療・体外受精

お子さま連れ
でも安心!
**受診の
流れ**

01

お預かりスペース【ファミリールームきりん】

初診でのご利用はできません。
初診時にお預かりスペース【ファミリールームきりん】
の利用登録を行って頂きます。
再診時に予約システムより【診察】と【きりん】の
予約をしてください。

1Fクリニック内にはお子さまはご入室頂けません。
お子さま連れの際は2階へお越しください。きりんのマークが目印です。

02

入室後、ママにお子さまの
健康チェック表をご記入いただけます。
モニターに受付番号が表示されたら、
ママは1階のクリニック待合室へ。



03

1階の受付では、他の方への配慮から、
口頭ではなくカードを提示することで、
「ファミリールームを利用していること」
を伝えられます。



04

お会計が終わるまでお子さまを
お預かりしますので、待ち時間も
リラックスしてお過ごしいただけます。



土日・祝日も診療!

<お預かりスペース>

ファミリールーム完備!

20年以上にわたり不妊治療に悩む方々に
寄り添ってきた不妊治療専門のクリニック

先生が優しく
話をきいてくれるので
相談しやすい!

詳しくは
WEBサイトを
ご覧ください



「2人目・3人目 妊活!!」こんなママにオススメ!

お子さまと一緒に受診しやすい環境を整えています!

「子どもの預け先がなくて受診を迷っている」というお声をよく聞きますが、
迷っている間に月日は流れます。2人目、3人目を望まれる方が、不要なストレス
を感じることなく受診しやすい環境を整えていますので、まずは軽い気持ちで
早めに受診されることをおすすめします。

中村容子先生



取材/株式会社Star FACTORY TEL.06-6534-6733 取材協力/なかむらレディースクリニック

医療法人ウェルビー **土日祝も診療**
なかむらレディースクリニック
不妊治療・体外受精専門

保育士のある
ファミリールーム
完備

平日は
19時まで診療
(木曜除く)

土日祝も
診療しています

保険診療対応
予約制

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:00~11:00	●	●	●	●	●	●	●	●
16:00~19:00	●	●	●	休診	●	休診	休診	休診

※「ファミリールームきりん」のご利用時間/9:00~12:00(午前診のみ)

大阪メトロ
御堂筋線 江坂駅
⑧番出口より徒歩3分



WEBサイト

なかむらレディースクリニック

☎06-6378-7333

大阪府吹田市豊津町13-45 第三暁ビル

まみたん Contents



イラスト：にがおけいかく

2026年3月6日発行
 発行：株式会社関西ぼどFM営業部
 〒550-0004 大阪市西区鞠本町1-10-24
 三共本町ビル5F
 配布エリア：大阪市内全域
 誌面に関するお問い合わせ：06-6479-3110
 ※本誌掲載の写真、イラスト、記事の無断転載を禁じます。

「まみたん表紙写真」大募集!!

情報誌まみたんの表紙を飾ってみませんか？
 0～6歳のキッズフォトを募集しています！



5月、6月お誕生日の
 ちびっこ写真も募集中!

下記のみみたんサイトを確認してね!



※応募は、まみたんLINE会員が
 必要です(無料)。
 ※応募多数の場合は抽選となります。

<https://mamitan.net/4JRNw>



応募はLINEからできます!

06 今月の巻頭特集

入園の準備はこれでバッチリ! 新しい一歩、 心強いスタート



10 幼稚園・こども園に行こう!

12 スクール特集

25 ともに育つ・育む

子どもの食育について

26 まみママほすびたる★

夜間&休日の救急連絡先



(株)関西ぼどがまみたん誌面において
 取得する個人情報の取り扱い

27 チェック! まみママ

わくわく、おいしい いちご狩りに行こう♪



28 各区からのお知らせ

子育てすくすく情報!!

30 会員限定 Present

次号 まみたん6月号は5/8(金)発行です!

株式会社関西ぼどがまみたん誌面において個人情報を取得する場合、あらかじめその利用目的を自社広告内または取得フォーム内に明記しその目的の範囲内に限定して利用いたします。①お預かりした個人情報は、ご本人の事前の承諾なく、第三者に提供することはありません。②提供が予定される場合には、あらかじめ、第三者に提供する目的・提供する個人情報項目・提供の手段又は方法・当該情報の提供を受ける者又は提供を受ける者の組織の種類及び属性・個人情報の取り扱いに関する契約がある場合はその旨を自社広告内または取得フォーム内に明記いたします。③お預かりした個人情報について、その利用目的の範囲内において、個人情報の保護に関する当社の基準を満たす企業・個人に、取り扱いを委託する場合があります。④当社が保有する個人情報について、ご本人から開示・訂正・追加・削除・利用停止のお申し出があった場合、適切に対応いたします。⑤当社への個人情報のご提供はご本人の任意ですが、ご提供いただけない場合、あらかじめ明示した目的を達成できない場合があります。⑥当社の個人情報の取り扱いに関する苦情・相談その他お問合せは、下記窓口までご連絡下さい。個人情報保護管理者代理/経営戦略部長
 個人情報に関する問合せ窓口/TEL06-6479-3113
 (受付/平日9:30~18:00)

◎QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

本誌に掲載されている記事・写真の無断転載、複製、転売はご遠慮ください。

読み聞かせのワンポイントアドバイス

「大好き」という溢れるような気持ちが、「何かをあげたい」という優しい願いに。そんな子どもの愛らしい姿が描かれた一冊。作者が娘さんと共に花を摘んだ実体験から紡がれたこの物語。ページをめくりながら、美しい花の色や動物たちの豊かな表情を親子でじっくり味わってみてください。絵本を通して、お互いのぬくもりを感じる幸せな時間になりますように。

<星とまこ プロフィール>

絵本読み聞かせアドバイザー・絵本講師/リトミック講師/ボイストレーナー。幼稚園教諭を経て、CMナレーターなどでも活動。自治体や小中学校・保育所を中心に「絵本の世界へLet's go!」心を育てる言葉の音あそび絵本ライブや絵本講座を開催。保育士として絵本保育の監修も行う。3児の母。公演・講座のご依頼はDMにてお気軽にどうぞ。



Instagram

『おはなをどうぞ』

作・絵：三浦 太郎 出版社：のら書店

簡単ならすじ



メルシーちゃんは、お母さんにあげようと、お花をたくさんたくさん摘みました。でもおうちへ向かう途中、次々に動物たちに会い、お花を少しずつおすそわけしてしまいます。そしてとうとう……? やさしいメルシーちゃんと、それを受け止めるお母さんの姿が素敵で、心あたたまる絵本です。読後やさしい気持ちに包まれます。特色印刷も美しく、華やかで可愛らしく、プレゼントにもぴったりです。

持ちに包まれます。特色印刷も美しく、華やかで可愛らしく、プレゼントにもぴったりです。



星とまこの
 絵本の世界へ
 Let's go!

vol.48



園生活の準備をしよう!

初めての園生活は、親子にとって大きな一歩。入園前に親の心がまえと、子どもが身につけておきたいことを確認しよう!



教えてくれたのは

お茶の水女子大学アカデミック・プロダクション寄附講座教授
宮里 暁美先生

文京区立お茶の水女子大学こども園元園長。専門は保育学。著書に「子どもが伸びる育児のレシピ」(講談社)「耳をすまして目をこらす 色とりどりの子どもの気持ち」(赤ちゃんとママ社)他多数。東京新聞に「宮里暁美の子育て相談」連載中。

準備を始める前に

親の心がまえ

入園準備を始める前に、ママ・パパが意識しておくことをチェックしておきましょう。

親子でふれ合う時間をつくる

園生活の中心は「遊び」です。室内遊びや外遊びで体をたくさん動かしておきましょう。また、親子で一緒に遊び、たくさんふれ合うことで「楽しい」という気持ちも共有できます。



安心できる抛り所をつくっておく

子どもの抛り所は、人・物・場所など様々。外で何かあっても、お気に入りの人や物にふれることで心が落ち着くこともあります。わが子の安心の源を知り、支えられるようにしておきましょう。



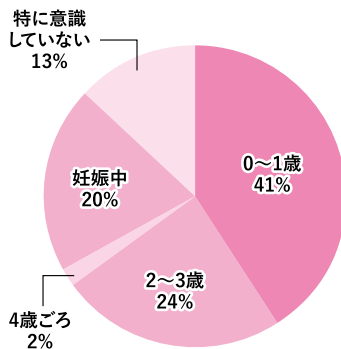
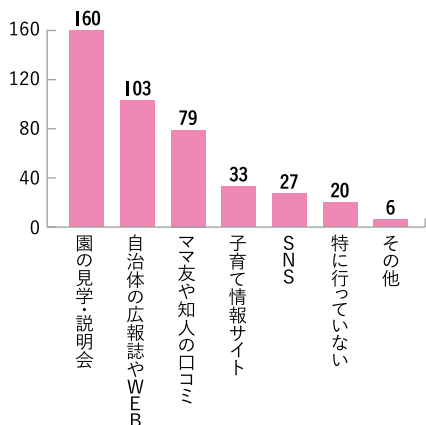
生活の1つひとつを丁寧に

おいしく食べる、気持ちよく入浴する、ゆっくり眠るといった毎日の生活を大切にしましょう。親子で一緒に過ごす時間を楽しむことで、成長の土台が整います。



ポジティブな発言を意識する

入園は期待と不安が入り混じるもの。だからこそ、ママ・パパが前向きな言葉をかけることが大切です。「楽しみだね」という一言が、子どもにとって「明日」が楽しみになる力になります。



まみたん 会員さんに聞きました!



入園前に

これができたら バッチリ♪

園生活をスムーズに始めるために、入園前にできていると安心なことをチェックしてみましょう。

安心できる相手に
甘えられる

ようにする

不安なときに信頼できる大人を頼れる経験は、心の安定につながります。甘えを受け止めてもらうことで、自分の意思を表現できるようになっていくでしょう。



新しいことに
チャレンジする

服を着る、靴を履く、荷物を持つなど、身の回りのことを自分でやらせてみましょう。何かに挑戦し、「すごいね」と褒められることで自信もつきま



興味があるものに
自分から関われる

ようにする

気になるものを見たり、ふれたりすることは、成長につながる大切な経験です。いろいろなものやことに自分からふれさせて、好きなタイミングでチャレンジさせてみましょう。



自分で「楽しい」を
見つけられる

ようにする

歩道を歩きながら、おもしろいものを見つけたり、好みに体を動かしたりさせましょう。身のまわりの中から「楽しい」を見つける力が育つと、新しい環境でも前向きに過ごせますよ。



自分の気持ちを
素直に表現できる

嬉しい・悲しい・楽しいと

いった気持ちを、素直に表現できるようにしましょう。自分の感情を相手に伝えられることは、人との関係づくりの大切な土台です。



まみたんPick UP!



ネモフィラ祭り2026 ペア無料招待券を
10組20名様に抽選でプレゼント!
(3,600円相当)



プレゼント応募締切

3/29日(日)まで

この春に家族で行きたいイベントをご紹介します。詳細・プレゼント応募は右記QRをチェックしてね! ▶▶

大阪春の風物詩「大阪まいしまシーサイドパーク」 開催期間:2026年4月11日(土)から5月10日(日)まで

「ネモフィラ祭り2026」&「キッチンカーフェスin舞洲」同時開催!



「ネモフィラ祭り」は、昨年の大阪万博会場・夢洲に隣接する舞洲で開催される春の一大イベントです。心地よい潮風を感じながら、約44,000㎡の広大な敷地に咲き誇るネモフィラと、遠くに望む明石海峡大橋の絶景をお楽しみいただけます。会場には「MAISHIMA」モニュメントや季節の花とのコラボエリアなど、フォトスポットが満載。人気の「キッチンカーフェス in 舞洲」も同時開催いたします。さらに今年度からは、お子様がお楽しみするキッズパークも新設しました。ぜひご家族そろって遊びにお越しください!



ママ・パパの不安を解消!

新しい一歩、心強いスタート



入園後のコミュニケーション相談室

入園後の不安や悩みは誰にでもあるもの。今回は、ママ・パパから寄せられたリアルな疑問や、不安に思っていることへの解決策をお伝えします。

どうすればお友達がつくれるようになるのでしょうか?

子どものペースを大切にしましょう

友達づくりには時間が必要です。4~5月は園での新しい体験が多いため、家ではゆったり過ごさせてあげましょう。保護者は落ち着いて見守ることが大切です。



お友達とすぐに喧嘩してしまいます...

先生に相談し、あとは見守ってあげよう

子どもは、親しくなる過程で喧嘩が続くことがあり、それも含めて貴重な体験です。先生に相談した後は、一度様子を見ましょう。また、相手に思わず傷を負わせてしまうこともあるので、爪はしっかり切っておいてください。



子どもと先生の間関係をよくする方法を教えてください

まずはママ・パパが先生と仲良くしましょう

新しい生活に馴染むには時間が必要です。もし、子どもが先生のことを怖がっていると思ったら、ママやパパが先生と親しくする姿を見せて安心させてあげてください。



園では家のように沢山お話ししないので不安です

言葉以外でコミュニケーションをとっている可能性も

家庭内で沢山お話しすることはよいことです! 家に比べて園での口数が少ないように見えても、表情を変えたり、体を動かしたりしてコミュニケーションを取ろうとしていることもあります。



MONDAY & TUESDAY
MARI MURA

intense!

EVERY MON - THU / 16:00 - 18:20



WEDNESDAY & THURSDAY
SHIZUKA NAKAJIMA

大阪のリアルをお届けする平日夕方ワイドプログラム。仕事、子育て、趣味に全力投球、好奇心旺盛な女性にむけた番組です。グルメやヘルスケア、週末のお出かけ情報など、日々の生活に役立つ話題を、最新のトレンドを交えながら発信! 月ごとに大阪市内の市町村を一か所ピックアップし、知られざる魅力を紹介するコーナーや、大阪で頑張る方をゲストにお迎えするコーナー、DJが今気になることを深掘りするコーナーなど...、大阪の人・街とつながり、大阪のリアルをおよそ2時間半の生放送でいち早くお届けします!

まみたんママおすすめ!

FM大阪
「intense!」内コーナー
ママとキッズのハナシ

毎週水曜17:35頃~



intense!
HPはこちら



FM大阪の
現在放送中の番組から
過去の番組まで
色々聞けちゃいます!



園のできごとを積極的に話してほしいです

家庭では家庭の会話を楽しむようにしましょう

子どもは「今」を生きているので、「何をしたの?」「楽しかった?」などの質問は苦手です。家で一緒においしいものを食べていたら、ふと、園のできごと話してくれるかもしれませんよ。



どうすればスムーズに登園してくれるのでしょうか

園と相談しながらできる限り気持ちに寄り添って

園に行きたがらず、親からなかなか離れない場合は、根気よく子どもの気持ちに寄り添ってあげてください。子どもは迎えに来てもらえるか不安なので、お迎えに行ったときに毎回ぎゅっと抱きしめて安心させてあげましょう。



ママ・パパ友の作り方を教えてください

積極的にあいさつをしてください

何事もきちんとしたあいさつが大切です。ただし、園は子どもが成長する場所なので、子ども中心に考えて。お友達の保護者とはあいさつできる関係になっておくとういでしょう。



保護者は先生とどのように接すればよいのでしょうか

短い関わりを重ねていきましょう

最初はお互い手探りになるものですが、少しずつ関わりを重ねていきましょう。あいさつや子どもの相談ができる、心地よい距離感を大切にしたいですね。



宮里 暁美先生から一言

入園は春ごろ。花が咲き、虫たちが動き出す季節は、まるで入園を祝っているようです。心配ごともありますが、子どもには楽しみな気持ちを言葉にして伝えましょう。穏やかな気持ちで入園の日を迎えてください。



お子さんでこんなお困りありませんか?

- ✓ 学校や園でじっとできない
- ✓ 自分の思い通りにいかないと癇癪を起してしまう
- ✓ 言葉が遅い、上手にお話ができない などなど

お子様一人一人にあったオーダーメイドの療育をご提案します。お子様自身の「やってみよう!」「楽しそう!」とチャレンジする気持ちを応援し、「できた!」を積み重ね、お子様らしく遊ぶこと、学ぶこと、生活することができるようサポートいたします。



OsakaMetro
谷町線
喜連瓜破駅
徒歩1分!



児童デイサービス **からふるBAMBIN 1**
☎06-6718-7560 詳細はこちら

大阪市平野区瓜破2-1-76 サンシャインビル4F 営業時間 10:00~18:00
休 / 毎週日曜日・年末年始(12月27日~1月3日) karafuru.bambin1@gmail.com



137513-251107

大阪市 × **まみたん** 子育て情報

LINE お友だち募集中!
@osakacitymamitan

大阪市の子育て情報を配信中!

LINE アプリの友だち追加から「QRコード」で登録してね!



または **公式アカウント**

まみたん



で検索





制服チェック!

紺色のジャケットと帽子が特徴的な上品な制服。
白い襟と靴下が清潔感を引き立てるデザインです。



大阪市
東住吉区

『生きるちから』と 『思いやりのこころ』を育む

子どもたちの心に育ってほしいと願うのは、自分の力を信じて何にでも挑戦しようという積極性や意欲です。家庭から幼稚園という大きな集団に入り、その中で友達と一緒に楽しむ充実感や、やり遂げた時の達成感を得ることが基礎となってきます。それは強制されるのではなく、自ら関心や興味を抱いた中から培われていくものです。その為には、豊かな環境と充実した設備と情緒豊かな保育者との人間関係が大切です。

当幼稚園では、遊びを通して幼児期に必要なワクワクする体験ができるカリキュラムのもとで幼児教育を行っています。

園長からのメッセージ

照ヶ丘幼稚園は、大阪芸術大学グループの附属幼稚園です。その為、各部署と綿密に連携し、園の運営にあたっています。4つある附属幼稚園と園児交流や、職員交流を深め幅広い教育活動を行っています。子どもたち一人ひとりの個性を大切に、創造力や豊かな心を育む環境を整えています。



毎月行う子どもクッキング!みんなで作るとおいしいね

令和8年度

おやこ教室 参加親子募集

5月より月に1回または2回、親子での楽しい活動を行います。
詳細はホームページをご確認ください。



大阪芸術大学附属

照ヶ丘幼稚園

☎06-6697-1437

大阪市東住吉区矢田

<http://www.kids.osaka-geidai.ac.jp/> 2-18-16

Instagram



幼稚園・こども園 に行こう!

園での様子や行事を
ご紹介!



照ヶ丘幼稚園



畳の上で
『お茶のおけいこ』
おいしいお菓子と
お抹茶をいただきます♪

海西ひばりこども園



「大きくなあれ!」
花壇にはきれいな
お花が咲きました!



今川幼稚園



年長さんのお泊り
保育。行きのバスが
ら大盛り上がり!





制服チェック!

黒基調のジャケットに清浄感のある白い衣領がポイント。体を動かしやすい作りになっています。



園の行事紹介

【遠足(いちご狩り)】甘くて美味しいいちご。自分で摘んでおなかいっぱい食べたよ。

【あそぼう会(運動遊びの会)】みんなで合わせたパラバルーンが大きく膨らんだよ!



東住吉区にある認定こども園 子どもたちに豊かな感性を

認定こども園今川幼稚園は、豊かな感性を育むことを目指しています。

①「できた!」「笑顔」を作りだす!「できた!」がその子その子の才能を開花させる!「笑顔」で自己肯定感UP! ②メリハリのきいた保育!子供達と話し合いながら、生活や活動にメリハリがつくように色々なカリキュラムを準備! ③学ぶ楽しさを知ってほしい!音楽・絵画造形・体操・英語・知育と色々な学びを提供! 学びや知る楽しさをチームティーチングでサポート! ④課外教室も充実。ピアノ教室、サッカー教室、バレエ教室、体操教室、かきかた・習字教室、ECC英語教室プログラミング教室、プレイキン教室。

園長からのメッセージ

行事は盛りだくさんです。
 ●4月/入園式・保護者会 ●5月/遠足 ●6月/保育参観・運動会 ●7月七夕会・流しうめん・プール・カブトムシ贈呈式 ●8月/絵画指導 ●10月/運動会・遠足 ●12月/ミニコンサート・クリスマス会
 ●1月/年長お泊まり保育 ●2月/豆まき・絵画展 ●3月/親子お別れ会・卒園式



自然光がたくさん入る、明るい教室



こどものウェルビーイングな育ちに 配慮する保育

当園は、子どもたちが就学前の養護、教育を受けるための時間の大半を過ごし、人間形成の基礎を培っていくところであることを念頭に、「思いやりがもて、やる気のあるこども、善し悪しがわかるこどもにも育ち、こども、保護者、職員が共に育ち合える、地域の子育て支援の拠点となる。」を理念とし、より良い子育て支援ができるこども園となるよう日々努力いたします。

また、園内は緑に囲まれ、四季の移ろいや自然を肌で感じる環境の中で、子どもたちの豊かな感受性と好奇心、主体性や自己肯定感を育む保育に取り組んでいます。

園長からのメッセージ

当園では就学前のライフステージにいるこどもの身体的・精神的・社会的な育ちに関わっていきます。こども一人一人を尊重し、こどもが主体的に安全で安心して成長できるように、保護者の方の協力関係づくり、保育者同士の協働(チームワーク)を通してより良い保育環境づくりを目指しています。



都会の園にある自然とのふれあいでの実体験



近鉄南大阪線今川駅より西南へ徒歩2分

学校法人増田学園 幼保連携型 認定こども園今川幼稚園

☎06-6622-3897 大阪市東住吉区田辺 6丁目6-13
<https://imagawayouchien.ed.jp/>

●そうさん教室

(未就園児の親子のふれあい教室)
 参加費:無料
 申し込み:不要
 日程:ホームページに記載

●園庭開放:毎週火曜日

雨天時・行事練習時はお休みさせていただきます。

Instagram



屋上から淀川と阪神電車が見える園

幼保連携型認定こども園 海西ひばりこども園

☎072-635-4000 大阪市福島区海老江 8-13-21
<https://www.muginoho.ed.jp/kaisei>

園見学OK!

詳細はお電話にてお問合せください。

ネイティブ講師の指導で 英検にチャレンジ!

世界各国の名門校出身ネイティブ講師が指導する、開校20年の教室です。レッスンでは、語学習得に不可欠な4技能(話す・聞く・書く・読む)をバランスよく育む本格レッスン。確かな指導力で、お子さまの将来につながる一生モノの英語力を養います。



イギリス出身のジュリエット先生のレッスン中

アルク Kiddy CAT 英語教室 大阪福島校
080-3108-5540

住/大阪市北区大淀中2-5-2

藤井マンション1階

対象:年中~中学生

【塾代助成カード利用可】

アルク Kiddy CAT 英語教室

ホームページ



COUPON 有効期限 2026年5月末日迄

【まみたん読者限定特典】

1レッスン無料体験
プレゼント

※初めての方限定 ※事前にご予約が必要です。お電話にてお問合せください。

260306

やる気スイッチグループが展開する、幼児・小学生向けスポーツ教室 忍者ナイン 監修

有名小学校受験を目指すお子さまのための特別プログラム

小学校受験体操

特別講習

天満橋会場 (中央区内平野町2-1-9 シグナスビル1階)

対象: 2026年4月より年長のお子さま

期間: 2026年5月~7月【全6回】

※1回目:以下日程より選択可 5/8(金)・5/10(日)・5/12(火)

出題頻度の高い各種運動動作(ボール運動・平均台・マット・鉄棒など)の習得に加え、待機姿勢・協調性・自主性など近年重要性が高まる「行動観察面」も指導します。



お申し込みは
こちらから



忍者ナイン

お問い合わせ

TEL 06-6945-0709

電話受付時間10:00~18:00(日・祝日を除く)

やる気スイッチグループ

260306

幼児・小学生向け
スポーツ教室



忍者ナインなら
誰でも運動能力を
伸ばせる!

生徒
募集中

スポーツには、種目に合わせた身体の動かし方がありますがその根幹にある9つの動作は、あらゆるスポーツに共通しています。

走 跳 投 打 捕 蹴 リズ び 組

忍者ナインでは、9つの動作を科学的に解析し300以上のプログラムで段階指導!

だから、誰でも運動能力を伸ばせます!

春からの習い事デビューを応援!

忍者ナインはいつでも 入会金0円

1月6日(火)~4月30日(木)までのご入会で

年会費0円

4月より前の入会で、最大6,250円お得な「早期割引」実施中!

※入会月~2027年3月までの年会費等が無料となります。詳しくは教室にお問合せください。

※一部キャンペーン対象外の教室あり

南森町ラボ

北区天満 1-6-8

天六ラボ

北区池田町 1-50

天満橋ラボ

中央区内平野町 2-1-9

谷町ラボ

中央区谷町 8-2-14

弁天町ラボ

西区安治川 2-3-2

鞆公園ラボ

西区鞆本町 2-1-14

西九条ラボ

此花区西九条 4-3-39

都島ラボ

都島区都島本通 3-27-7

野田阪神ラボ

福島区大開 1-19-40

関目ラボ

城東区関目 1-9-22

桃谷駅前ラボ

生野区桃谷 1-9-21

今福鶴見ラボ

城東区今福東 1-10-5

あべの筋ラボ

あべのキュースタウン 2F

北田辺ラボ

東住吉区北田辺 4-24-1

お近くの教室へまずは無料体験!

Webで
体験レッスンに
申し込む

0円



忍者ナイン

お問い合わせ: 0120-326-626 (受付 10:00-18:00 日祝除く)

260306

お客様のサッカーデビューはセレッソ大阪で
大阪で29年の信頼と実績



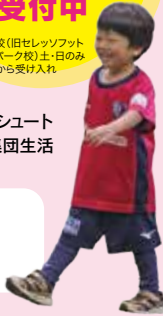
※年少さんから
小学6年生まで
受付中

※福島校(旧セレッソフットサルパーク校)土・日のみ年少から受け入れ

お客様が夢中になって挑戦する姿を、一緒に見守りませんか？セレッソ大阪サッカースクールが大切にしているのは、ドリブルやシュートといったサッカーの技術だけではなく、スポーツを通して、集団生活で必ず必要になる「人間性」や「思いやりの心」を育みます。

私たちがサッカーを通じて伝えたいこと

- ①元氣な挨拶
- ②お友だちと協力すること
- ③転んでもあきらめないこと



「まだ早いかな?」と思われた今が、最高のタイミングです。セレッソ大阪のエンブレムを身に着けて、新しい世界へ飛び込んでみませんか?

各スクール開催曜日	長居校	月・水・金
	東成校(旧大阪東校)	木
	福島校(旧セレッソフットサルパーク校)	月・水・木・土・日 ※日曜日は4月より新規開校
	あべの校(旧桃山学院校)	土
	南津守校	木

入会金 20,000円(税込)
ユニフォーム・パンツ・ソックス込

月会費 7,000円(税込)
福島校追加料金 300円

お客様の「できた!」という第一歩を、セレッソ大阪が誇るコーチ陣が全力でサポートします!

各校で無料体験実施中!



セレッソ大阪スポーツクラブ
CEREZO OSAKA SPORTS CLUB
TEL 06-6464-1055 受付時間/11:00~20:00(平日 月曜日~金曜日)

スマホで簡単
体験申込は
コチラ▶



楽しく安全な
水泳レッスンで、
子どもたちの成長を
サポートします!

ベビーからジュニアまで、安全に楽しく学べる環境を整えています。親子で楽しむベビー、水に慣れるキッズ、技術を磨くジュニア本科と、成長に合わせたコースを用意。専門の指導者が丁寧に寄り添い、お客様の健やかな成長をサポートいたします。



★好評受付中★

春休み短期水泳教室

3日間短期
会費

6,000円(税込)
6,600円(税込)

1期	3/27(金)~3/29(日)	8:45~10:00
2期	3/30(日)~4/1(水)	8:45~10:00
3期	4/3(金)~4/5(日)	8:45~10:00 ※4/5は13:45~15:00

お申込み
はこちら!



INFORMATION

ライフスポーツKTV 天六

06-4800-0666

住/大阪市北区長柄西1-2-25
地下鉄「天神橋筋六丁目」駅徒歩3分
営/【平日】11:00~23:00
【土曜】11:00~20:00
【日祝】11:00~18:00



【短期水泳教室参加者ご入会特典】

①指定用品 100%OFF
(水着・CAP)

②オリジナルバックプレゼント

※他の入会特典と併用不可 ※また3ヶ月以上継続の方、当スクールを過去3ヶ月以内在籍でない方限定。
※入会申込締切 2026年4月29日迄

ライフスポーツKTV 天六

3歳児~5歳児対象

この春に
親子で通える
和太鼓クラス

小さな手で
ドンツ!

おんこでドン!
(グループレッスン)

仲間と音を合わせる中で、協調性と集中力が身につきます。

親子で
チャレンジ
(発表会)

舞台上でやり遂げる経験を通して、達成感と自信が生まれます。

【キャンペーン期間】2026年4月30日(木)まで
春の新規入会キャンペーン

特典1	特典2	特典3
体験料 通常料金(税込) 1,000円が 0円	入会金 通常料金(税込) 11,000円が 0円	入会セット 通常料金(税込) 5,000円が 0円

★0円キャンペーンは全クラス対象 ★特典2・特典3は即日入会された方のみ ※入会セット:バチ・バチ袋

体験レッスン
受付中!

45分レッスン
月2回 7,500円

楽しく、集中力が
身につけられる♪

親子で通って、初めての
習い事にピッタリ!

体験レッスンのお申し込み・お問い合わせ先

和太鼓スクール TAIKO-LAB タイコラボ

0120-681-015 9:30~21:00 (不定休)

Webからも
お申し込み
いただけます



TAIKO-LAB うめきた

大阪市北区中津3-1-24 (阪急「中津」駅より徒歩1分)

※TAIKO-LABは、京都(大宮・城陽)/神戸(三宮)にもございます。

タイコラボうめきた 検索

たくさんお褒めした!

春休み わくわくドキドキ
短期水泳教室
1日体験も実施!

春の1ヶ月
体験開催!
2月組、3月組

からだがつよくなった!

おどりがうまくなった!

おどりがうまくなった!

おともだちできました!

体験後に入会すると!

入会特典
入会金
+
初年度
年会費
0円
(スイミングのみ指定水着・バツグプレゼント)

チアが
すぎになった!

パシオスポーツクラブ福島

〒960-0801 福島県福島市大町4-1-145 (阪神 遼川駅スグ)

営業時間 月/アスレチック休館日 ※水曜日/9:00~22:00

※10:00~22:00 日/10:00~18:00 ※祝日(秋・冬)は9:00~18:00 ※祝日(日)は10:00~18:00 休館日 毎月月曜日、年末年始、その他施設閉店日

TEL06-6462-3111

お問い合わせ

詳細はこちら▶

https://www.pasio.jp/fukushima/

パシオスポーツクラブ福島 検索

旭屋内プール

東成スポーツセンター
東成屋内プール

合
キ
ペ
ン

0
円

ワクワクするスクールが
いっぱい♪ 詳しくは
各施設HPへ!

城東 屋内
プール



旭 屋内
プール



東成 スポーツ
センター



東成 屋内
プール



申込方法
について

受付方法

その他

施設にご来館のうえ直接お申し込みください。
(お電話での受付・予約は承っておりません。ご了承ください)

月会費は口座振替となります。ご指定される金融機関のキャッシュカード・預金通帳・お届出の印鑑及び月会費2~3ヶ月分をご用意ください。先着順での受付となっておりますため定員となっているクラスへの受付は出来かねます。ご了承ください。

大阪市立 東成スポーツセンター

指定管理社: 新生ビルテクノ・セントラルスポーツプラザ共同事業体

☎06-6973-5166

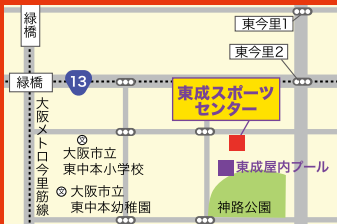
東成スポーツセンター <https://higashinarisc.sbt-csp.jp/>

- 住所: 東成区東中本2丁目11-30
- 営業時間:
9:00~21:00
- 休館日: 毎週月曜日
(祝日の場合は営業、翌直近通常営業日が休館日)

東成スポーツセンター
Instagram QR ▶
フォローしてね!



@higashinari_op.sc



スタッフ募集中! 詳しくはお電話
ください

大阪市立 東成屋内プール

指定管理社: 新生ビルテクノ・セントラルスポーツプラザ共同事業体

☎06-6972-6123

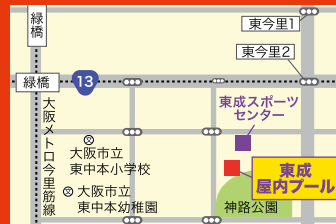
東成屋内プール <https://higashinari.sbt-csp.jp/>

- 住所: 東成区東中本2丁目12-1
- 営業時間: 平日 9:00~21:30
土曜 9:00~20:30
日曜 9:00~19:30
※祝日の際はその曜日に準じます
- 休館日: 毎月第2月曜日
(祝日の場合は営業、翌直近通常営業日が休館日)

東成屋内プール
Instagram QR ▶
フォローしてね!



@higashinari_op.sc



スタッフ募集中! 詳しくはお電話
ください

城東屋内プール

春の入

城東屋内プール

4月度入会特典

2ヶ月度分
月会費

5月度入会特典

1ヶ月度分
月会費

春の短期
水泳教室
は裏面へ♪

旭屋内プール

東成スポーツセンター・東成屋内プール

3月度入会特典

2ヶ月度分
月会費

4月度入会特典

1ヶ月度分
月会費

※入会後、4ヶ月度以上受講できる方に限ります。※退会される場合はいかなる理由でもキャンペーン分の月会費を頂戴いたします。※令和7年12月度以降に退会されている(される)方は対象外となります。※利用開始月度は当施設の基準に準ずるものとさせていただきます。※入会申込時にこちらをお持ちください。※東高殿幼稚園送迎クラスのお申し込みの方は対象外となります。(旭屋内プールのみ)

大阪市立 城東屋内プール

指定管理者: 新生ビルテクノ・セントラルスポーツプラザ共同事業体

☎06-4255-0230

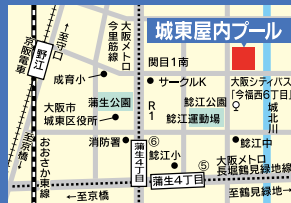
城東屋内プール <https://joto.sbt-csp.jp/>

- 住所: 大阪市城東区関目2丁目17番45号
- 営業時間: 平日 9:00~21:30
土曜 9:00~20:30
日曜 9:00~19:30
※祝日の際は、その曜日に準じます。
- 休館日: 第3月曜日
(祝日の場合は営業、翌直近通常営業日が休館日)

城東屋内プール
Instagram QR
フォローしてね!



@osaka_jyotookunai_pool2



スタッフ募集中!
詳しくはお電話ください

大阪市立 旭屋内プール

指定管理者: 新生ビルテクノ・セントラルスポーツプラザ共同事業体

☎06-6955-6491

旭屋内プール <https://asahi.sbt-csp.jp/>

- 住所: 大阪市旭区高殿6丁目14-6
- 営業時間: 平日 9:00~21:30
土・日 9:00~21:00
- 休館日: 火曜日
(祝日の場合は営業、翌直近通常営業日が休館日)

旭屋内プール
Instagram QR
フォローしてね!



@osaka_asahiokunai_pool



スタッフ募集中!
詳しくはお電話ください

水泳教室

大好評受付中!

お電話もしくは施設受付にてお申し込みください



旭屋内プール

1期 3/25_水 ~ 27_金

2期 4/1_水 ~ 4/3_金

対象 3歳~中学生
一般/スクール生

内容 水慣れ~4泳法

時間 9:15~10:15

定員 各期40名

通常料金 3,630円(税込)

各期初日1週間前までのお申し込みで

早割料金 3,300円(税込)

東成屋内プール

1期 3/24_火 ~ 27_金

2期 3/31_火 ~ 4/3_金

対象 小・中学生
一般/スクール生

内容 水慣れ~バタフライ

時間 9:00~10:00

定員 各期50名

通常料金 4,840円(税込)

各期初日1週間前までのお申し込みで

早割料金 4,400円(税込)

教室

みんな
はじめて!



対象 3歳~小学生 一般

内容 水慣れ

通常料金 2,420円(税込)

各期初日1週間前までのお申し込みで

早割料金 2,200円(税込)



泣いてもOK♪
水が嫌いでもOK♪

キャッシュユバック!!



春の短期

城東屋内プール

1期 3/24_火 ~ 27_金

2期 3/31_火 ~ 4/3_金

対象 3歳~中学生
一般/スクール生

内容 水慣れ~4泳法

時間 9:00~10:00

定員 各期40名

通常料金 4,840円(税込)

各期初日1週間前までのお申し込みで

早割料金 4,400円(税込)

春の

水慣れ

2日間水泳

場所	日程	時間	定員
城東屋内プール	1期 3/24 _火 ・25 _水	10:00~ 11:00	各期30名
旭屋内プール	2期 3/26 _木 ・27 _金	10:15~ 11:15	各期20名
	3期 3/31 _火 ・4/1 _水		
東成屋内プール	4期 4/2 _木 ・3 _金	10:00~ 11:00	各期40名

短期教室と
スイミングスクール入会

同時申込で

短期教室料金

大阪市教育委員会 後援

大人気だった
博覧会にもブース出展
した人気の講座です!

6歳までのお子さまをもつママが今から知っておきたい!



お金に困らない子どもに育つ!最新の「脳科学」に基づいた

こどもの才能の 無料講座 見つけ方&育て方



プロのベビーシッターの
別室 託児無料

※先着15名まで ※要予約

0歳もお預かり可能

開催
日時

2026年 4月22日 水 20組
10:00~12:00 限定

【託児先着15名】

5000人以上の子どもの
個性に関する行動パターン
分析調査からわかります!

対象 0~6歳のお子さまがいるママ

※ママさんもしくはご夫婦のみの募集に限定
(男性のみ、同業者は不可)

会場 ひがしなり区民センター

(6階 集会室601・602)
大阪市東成区大寺里西3丁目2-17

講師

奥西 里美先生
子育て診断士
ファイナンシャルプランナー



講座内容

第1部 | 10:00~

こどもの才能発見講座
子育て診断と学ぶ!

- お子さまの脳の発達にそった子育て法
- 3種類に分かれる子どもの行動パターンとは?
- 子どものタイプにあわせたコミュニケーションのコツ!
- 親子、夫婦関係向上のヒント

第2部 | 11:00~

未来のためのマネー講座
今からすぐできる!

- 教育資金の貯め方
- 新NISAの選び方
- iDecoの活用法
- お子さまへのマネー教育、おこづかいについて
などなど、
ご家族のタイプ別でお伝えします!

参加
特典
1

希望者には(後日)

無料個別相談
が受けられます!

参加
特典
2

さらに!
個別相談を受けられた方には
世界に1つ!わが子の
才能発見レポート
プレゼント!

下記QRコードより、①お名前、②電話番号、③メール、
④託児希望の有無、⑤託児希望の方はお子様の
人数・年齢・アレルギーの有無をお知らせ下さい。



申込み締切 4/10(金)

※お申込み多数の場合は抽選にさせていただきます。
※当選者の方にはこちらからご連絡させていただきます。

お問合せ

株式会社関西ほどもまたん事務局
「ママラボイベント」係

TEL: 072-827-0817 (月~金 9:30~18:00)

【個人情報の取り扱い】お申込み頂いた個人情報は(株)関西ほどもまたんの連絡のため利用しますが、但し、参加
頂ける方のみ、ご予約確認のため個人情報を主催者である一般社団法人ママと子どもの子育てラボ
に提供致します。(株)関西ほどもまたんは個人情報を保護に関する覚書を
締結しております。主催一般社団法人ママと子どもの子育てラボ 協力一般社団法人 日本パーソ
ナルコミュニケーション協会

親子で学ぶお金の授業「キッズマネースクール」

おみせやさんぶっこ

参加費
無料

はたらくってなあに?

うさぎとカメのお話を交えて子どもたちにもわかりやすく、「お金の大切さ」「親への感謝」
を知るための勉強会です!数を数えられる年齢のお子様から大丈夫です。

保護者の方へは知って納得!「子育て世代に役立つお金の話」と「最先端お小遣い事情」をお伝え
いたします。子ども達にお金の大切さ、ありがたさを一緒に伝えていきましょう!

開催
日時

2026年 3月21日 土
①10:00~12:00 ②13:30~15:30

【各回先着】
20組
限定

対象

年中~小学生のお子様と
保護者様(低学年推奨)

※必ず親子でご参加ください。

会場

東淀川区区民会館(4階 会議室1)

大阪市東淀川区東淡路1丁目4-53

申込方法

申込用QRのお申込みフォームにて
下記①~⑤の必要事項をご入力の上
お申込みください。
もしくは下記メールアドレス宛に
送付ください。
☐ info@mamalabo.or.jp



《必要事項》★先着順となります。お早めにお申込みください。

①参加希望日 ②お名前 ③電話番号
④メール ⑤参加するお子様の名前・年齢

※定員に限りがございますので1家族様につき1回のみのお申込みとさせていただきます。(過去に参加された方はご相談ください)



お問い合わせ:一般社団法人ママと子どもの子育てラボ TEL 0725-30-1496
後援/大阪市教育委員会 一般社団法人 日本こどもの生き抜く力育成協会 推奨



お子様同伴OK! ※保育なし

まみたん編集部 子育てママ応援プロジェクト / **参加無料** 各日20名様まで

ランチ付!!

ザ・ガーデン
オリエンタル大阪

参加してよかった
のお声多数!



子どもの未来を育む

マネー セミナー

「いつか」じゃ遅い!
今のうちに知っておきたい
教育費・老後のお金の話

初心者
向け

5/15(金)・21(木)

9:45～受付開始
10:00～11:45 セミナー
12:00～ランチ・自由解散



**ザ・ガーデン
オリエンタル大阪**

大阪市都島区網島町10-35

豊かな庭園が美しい4,000坪の敷地を誇る都会の迎賓館
旧大阪市公館の建物で特別な時間をお過ごしください

「教育費って、いくらかかるの?」

「老後の生活は大丈夫?」

そんな漠然としたお金の不安を抱えていませんか?

子育て中のママは、毎日が時間との戦い。お金のことを考える時間も、なかなか取れませんよね。でも、お子さんの将来のため、そしてご自身の将来のために、お金の知識は必要不可欠です。セミナーでは、むずかしい専門用語は使いません。家計の基礎から、賢い貯金の仕方、NISAやiDeCoといった最近話題の資産形成の方法まで、頑張るママに寄り添い、わかりやすくお伝えします。

check

こんな悩みをお持ちの方ぜひご参加ください。

- 老後の生活が心配
- 教育資金を効率よく貯めたい方
- 将来のために
どれだけ蓄えればいいのか?
- お金の運用ってどうやればいいのか?
- iDeco・NISAってなに?
- 住宅ローンの頭金って必要?
- 銀行に入れたままでいいの?
- お金を増やしたい!でも誰に
相談していいかわからない...

など、色々な疑問にお答えいたします。

特典1



うれしい参加特典 *Special Present*

ザ・ガーデンオリエンタル大阪 レストラン

**まみたん特別メニューを
お楽しみください**



旬の素材を使った
味わい豊かな
お料理を、緑豊かな
景色と共に、優雅な
ひと時をお過ごしください。

特典2

個別相談が 後日・希望者のみ
無料で受けられる!

講師 松尾 剛先生

約20年前より外資系金融機関に勤務。生命保険、損害保険の専門家として、親切・丁寧にてお客様に最適なコンサルティングを信条とされており、長い経験と豊富な情報に基づくアドバイスは、ご家庭の資産形成に好評を得ており、大きな信頼を得て延べにして約2,300世帯を担当。



開催日 **5月15日(金)・21日(木)**

会場 **ザ・ガーデンオリエンタル大阪**
大阪市都島区網島町10-35

応募方法 **右記QRからご応募ください。**

※個人情報保護法に基づき、セミナーの当選案内及び(株)関西ばどからの連絡のために利用します。



定員 **各日20名様**
※事前予約制

持ち物 **筆記用具**

応募締切 **4月19日(日)**
※ご参加いただく方には、4月22日(水)迄に
当選案内メールにてご案内させていただきます。

【注意事項】

- 連絡なしのキャンセルはご遠慮ください。
- 次回以降お断りさせていただく場合がございます。
- 時間通りに始められるように余裕をもってお越しください。
- セミナー開始後30分を過ぎますと、ご入場いただけません。
- 保険会社及び保険代理店にお勧めの方のご参加はご遠慮ください。

お問合せ

(株)関西ばど「マネーセミナー」係
TEL:072-827-0817
(平日9:30～18:00)



春のおでかけは、**ここ**で決まり!

東条湖おもちゃ王国で思いっきりあそぼっ!

©おもちゃ王国CO.,LTD.

関西初上陸 トーマスと一緒に遊びながら学べる、**STEAM教育**エンターテインメントイベント



THOMAS & FRIENDS

きかんしゃトーマスとなかまたち

STEAMのアドベンチャー

～今日からキミもエンジニア～

2026年**6/21**日まで

《会場》東条湖おもちゃ王国フェスティバルホール

入場料金 **400円**(税込)/2歳以上
※おもちゃ王国入園料が別途必要です。

© 2026 Gullane (Thomas) Limited.
© 2026 HIT Entertainment Limited.

STEAM教育とは STEAMとは、Science (科学)、Technology (技術)、Engineering (エンジニアリング)、Art (アート)、Mathematics (数学) の頭文字でこれら領域を統合的な視点で捉えた教育がSTEAM教育です。

にもつ 荷物を 上げて!



歯車を組み合わせて 重い荷物を持ち上げよう!

ブルー マウンテン の採石場



採石(ボール)をあつめて スカーロイとジャンクの貨車にいれよう!

トーマスと一緒に困っている仲間をたすけよう!

うご 動かなく なった きかんしゃ 機関車



車輪が回るように修理をしよう!

ポルダー、 せんろ 線路を ふさぐ



線路をふさぐポルダーを ロニブを使って動かそう!!

大好評だった恐竜イベントがかえってきた!!



ペイント体験や化石発掘、まちがい探しラリーなど 楽しい体験が盛りだくさん!! ※体験イベントは各種有料



イベントのご案内

開催場所・時間など詳細は 公式HPをご覧ください。

1日2回 開催

観覧 無料

3/20(金・祝) 4/5(日) **それいけ!アンパンマンショー**

3/22(日) **超宇宙刑事ギャバン インフィニティショー**

3/29(日) **名探偵プリキュア!ショー**

※諸般の事情により、内容を変更・中止する場合がございます。



ホテルグリーンプラザ東条湖

おもちゃ王国目の前! ファミリー連れにやさしいホテル♪ お得なチケット付の宿泊プランも!

TEL.0795-44-1300

ホテルグリーンプラザ東条湖

検索



モビレッジ東条湖

ファミリーキャンパーに 大人気のキャンプ場! 宿泊はもちろん、デイキャンプもおすすめ♪

TEL.0795-44-0102

<http://www.hgp.co.jp/tojoko/movillage>



〒673-1301 兵庫県加東市黒谷1216 ■TEL.0795-47-0268

意外と 近い!?

大阪・神戸・京都から 車で約**60**分

■お車の場合/中国自動車道ひょうご東条ICより約10分。
■電車の場合/JR宝塚線(福知山線)新三田駅下車。無料送迎バスあり。(事前予約要)

おもちゃ王国

検索

そのほかにも、楽しいイベントが盛りだくさん!詳しい情報は公式ホームページをご覧ください!

「まみたん」割引クーポン券 春

入園券・キングフリーパス **100円引**

有効期限:2026年6月28日(日)まで
※除外日:5/2(土)~5/6(水)
※本券1枚で5名様まで有効。
※他の割引券との併用はできません。
※東条湖おもちゃ王国のみ有効。



2030006990003

KEIHAN CITY MALL × まみたん

いちご

参加者
100名様
大募集!

収穫体験

甘くておいしい”いちご狩り”
新鮮ないちごを収穫しよう!

参加対象

2歳～小学生までのお子さま

※応募多数の場合抽選となります。

お一人様
300円
事前応募



たのしくて、おいしくて
うれしい!



2026
開催日時 4/4 SAT 11:00
16:00

参加時間 30分ごと
10回開催

参加費 お一人様300円

※参加費は当日お支払いとなります。
※レシート・領収書の発行はございませんので
ご了承ください。

会場 京阪シティモール
3F西エレベーター前(GU前)
大阪市中央区天満橋京町1-1

京阪電車「天満橋駅」東改札口直結
OsakaMetro谷町線「天満橋駅」北改札2番出口直結

※参加時間は、まみたん事務局の抽選により決定いたします。

応募方法

応募締切

3月22日(日)

当選通知

3月25日(水)までに、まみたん事務局より、
メールにてご連絡させていただきます。

下記QRから
お申込み下さい



お問い合わせ (株)関西ぱど まみたんイベント事務局 ☎072(827)0817

※イベント中の事故・怪我につきましては責任を負いかねます。
※イベント会場でのお支払い分は駐車場ご優待の対象外です。

4/12 日

受付 10:30
開始 11:00~15:00

誰でも参加OK 大人も子供も嬉しい
お得に楽しく! 家族DAY

野菜市

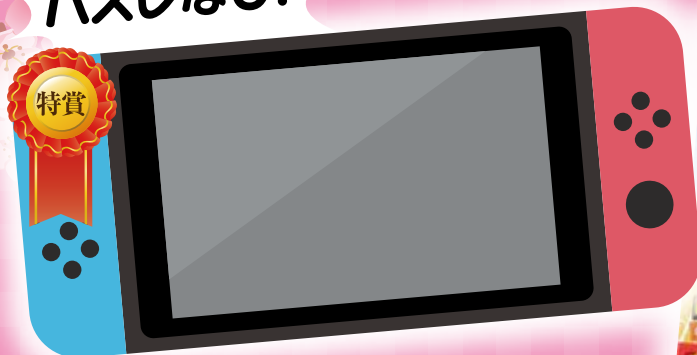


市場直送 新鮮野菜 全種1つ
 通常価格 **50円** (税込)
 当日入会 OK 会員様 限定価格 **10円** (税込)

キッズ大抽選会

ゲームコーナーで たくさん遊ぼう

ハズレなし!



2等以下も盛りだくさん! **4ペア** チケット

七五三 のご予約も承っております



シティホール加美

株式会社 ベルコ 大阪南支社

エムズ代理店

大阪市平野区加美南5丁目5-32 シティホール加美2F

☎ 06-6795-1171

🚌 大阪市営バス ⑨系統
 「加美南5丁目」バス停徒歩5分

P 駐車場有り

☔ 雨天決行

Instagramで最新情報GET





まふたん Kids & Baby!
Photo Studio

お誕生日集まれ

3月・4月生まれのおともだち♪
 お誕生日おめでとう!

2026年
 3/29まで

5月・6月生まれの
お誕生日写真大募集!

ご応募はLINEから
 右記のQRよりご応募ください♪



心も身体もリラックス

ミカティママの Yoga Lesson

Vol.44

美BODYプランナー ミカ/馬場三佳さん



エステサロンプリム枚方公園駅前店 店長
京阪電車 枚方公園駅徒歩3分
癒されながら痩せると評判のエステサロン！
疲れた方、体型に自信を持ちたい方をヨガとエステで理想のしなやかな体型に導き、心身共に健康なライフスタイルを提供しています。自身も6歳と0歳のママとして日々、美と健康を追求中！アロマヨガの個人・法人向けレッスンも受付中！

Instagram
@prim.mikayoga

ヨガやエステのセルフケアのプチ情報を発信中☆



YouTube

まみたんチャンネルにて
ヨガレッスン配信！！
子育てママも、パパも、
家族みんなのできるの
ぜひ、やってみてネ！



今月の
おすすめアロマ

グレープフルーツ



今月のおすすめポーズ

戦士のポーズ4

春になると身体が少しずつ動きやすくなってきます。冬のあいだギュッと固まっていたところがほぐれ、伸ばしやすい季節です。とくにゆるめたいのが、体の横から脚の外側にかけてのライン。ここは家事や育児で知らないうちに力が入りやすく、張りやすい場所。やさしく伸ばすだけで呼吸がしやすくなり、気持ちまでふわっと軽くなります。春のスタートを軽くするためのヨガを一緒に行いましょう！

テーマ 春のスタートを軽くする横のばしヨガ

Point ③が終わると①に戻り反対も同様に行いましょう！

01 足幅を肩幅より少し大きく広げます



足裏はしっかり床につけて
下半身を安定させて、
これから身体が伸びやすい
土台をつくりましょう。
左足の指先は左に向け、
右のつま先は正面に向け
ます。

02 吐く息で腰を下ろして 左膝を曲げます



肋骨まわりがふわっと
広がるように、呼吸を止め
ずにゆっくり吸って吐くを
繰り返しましょう。

03 息を吐きながら 左手を上にあげます。



胸を開くことで呼吸が
しやすくなります。
左手に沿った体の横の
ラインと右の脚の外側が
気持ちよく伸びます。
冬の間に固まった身体が
ふわっとなることを
感じましょう！

まみママの

知っておきたい もしものばなし



アドバイスしてくれる先生

合同会社ライフガーディアン所属
ファイナンシャル・プランナー (CFP®)



中本 珠江

滋賀県在住。2児の子育て真っ最中のママFP。
キッズ・マネー・ステーション®認定講師。
「お金のごとって難しいし面倒くさい」と思い、できるだけ
避けて通ってきたが、出産をきっかけに家計の見直しや、
資産形成に目覚める。「子どもたちがお金の知識を身につ
けるには、家庭でお金の話をするのが大切」という信念の
もと、身につけておいて損はないお金の知識を、楽しく学
べる親子マネーセミナーを開催している。

教育費はどこまで「無償化」される？

この春、進級・進学されるお子さんをお持ちのパパママ、おめでとうございます！わが家も下の子が小学校入
学。嬉しい反面、少し寂しさも感じています。
さて子どもが成長するにつれ、現実味をおびてくるのが教育費。そこで今回は少子化を背景に拡充されてい
る、国の無償化制度についてご紹介します。

給食費無償化

すでに一部自治体では実施されていますが、政府は親の所得に関係なく月5,200円までの公立小学校の給
食費無償化を検討しています。上限を超える分は徴収されるようですが、給食費の全国平均は4,688円※1で
すから、ほぼ無償化と言えるでしょう。私立小学校、中学校は従来どおり自己負担となります。

高校無償化(高等学校等就学支援金制度)

公立高校では、2025年度からすでに全世帯への授業料支援がスタートしています。私立高校には所得制限が
設けられていましたが、2026年度からは撤廃。全世帯が制度を利用できるようになり、年間の支援上限額も最
大39.6万円→45.72万円と大幅な増額が検討されています。

注意点は、私立・公立ともに授業料以外の費用は家計で負担する必要があります。その年間平均支出額は
公立で約31万円、私立で約53万円※2と、私立は公立よりも1.7倍ほど高額になっています。なお大学受験に向け
た通塾費はここに含まれていません。

大学などの無償化(高等教育の修学支援制度)

現在政府が実施しているのは、以下の支援です。

- ① 入学金・授業料の減額や免除と、返済不要の奨学金支給
 - ② 私立の理工農系学部に進学する場合の授業料の減額
 - ③ 3人以上の子どもを扶養する場合の入学金・授業料の減額や免除
- 国が認めた学校なら大学のほか、短大、高専の4年・5年、専門学校への進学も制度の対象。
支援を受ける学生本人には、一定の出席率や単位数が求められます。

①②はパパママの収入や資産額に一定の要件があるなど、全世帯対象ではありませんが、
収入を理由に子どもが進学を諦めなくて済む環境が整いつつあります。

一口に「無償化」といっても対象や内容はさまざま。進学直前に「無償化されると思っていたのに…」とならない
ためにも、対象かどうかを問わず、子どもが小さいうちから将来の教育費をコツコツ準備していきましょう。
例えば給食費の無償化では、現在の徴収額が4,500円なら約32万円(4,500円×12カ月×6年間)が浮きます。
無償化で家計が助かる分、そのまま使ってしまうのではなく、将来のお子さんの選択肢を広げるために生かして
いけるといいですね。

※1 文部科学省「令和5年度 学校給食費調査」より全国平均

※2 文部科学省「令和5年度 子供の学習費調査」より学校教育費平均から授業料平均を除いたもの
(掲載内容は2026年2月1日時点の情報を基にしています)



と も に 育 つ
育 む !



子どもの食育について



「野菜はイヤ!お菓子大好き♪」な
わが子の将来がちょっと心配……。
毎日の食事で子どもの力を伸ばすヒントを
武田昌美さんにお聞きました。

子どもに生きる力を与える 「食育」とは

「食育」とは、栄養について教えるだけではなく、子どもが自分で健康を意識して食べるものを選び、生きる力を育てることです。食べ物が身近にあふれている時代だからこそ、「好き」という欲だけ食べるのではなく、自分の体に必要なものを選ぶ力が大切。食を選択する力を身につけることは、体の健康はもちろん、情緒の安定や集中力、自己肯定感にもつながります。ママやパパが「チョコレートはダメ」など、一方的に食べるものを制限するのではなく、子ども自身に何を食べるべきなのかを考えさせ、普段から少しずつ食の経験を積ませることが、食育の本質です。

毎日の食事が 子どもの自立を支える

食は、毎日の小さな習慣の積み重ねです。作る、食べる、片付ける、一連の流れが、段取り力や責任感を育みます。また、家族や友達と食卓を囲む経験は、安心感や人との絆の土台

おやつの種類や量は 子どもの自己責任に

おやつの種類や量は親が制限するのではなく、食べるものの魅力や食べる際の注意点を伝えた上で、子どもの自己責任で選ぶ経験を重ねましょう。友達と食べるファストフードは、食事を一緒に楽しむ経験としては良いけれど、ひとりりで大量に食べるのは控える。その日食べるおやつは自分で選ぶなど、ルールを決めることも大切です。幼少期から親と一緒に食品表示ラベルを見て、糖分や塩分量、体への影響を理解させるのも有意義です。砂糖の1日の摂取量と各食品に入っている量をステイックシュガーの本数で教えると、子どもでも実感しやすくなります。「これ以上食べたら夕飯が食べられなくなるよ」と叱るより、体にどんな影響が表れるのかを考えるきっかけを与えましょう。

栄養バランスは 楽しさから学ぼう

栄養バランスは、健康はもちろん、集中力や体の成長にも関わる大事な要素。大人でもむずかしいことなので、見た目の楽しさからゲーム感覚で栄養面に触れてみましょう。「赤Ⅱ肉、緑Ⅱ野菜、黄色Ⅱ炭水化物物の3色を揃えると、料理がおいしそうに見える

旬の食材に触れて 食への興味を引き出す

日本の食文化や食べ物への感謝を教えるなら、梅シロップや赤じそ、シューなど、季節の素材で簡単に作れるものから始めてみましょう。どんな時期にどんな食材が出回るかを知り、旬の味覚を楽しむ体験は、食文化への理解にも結びつきます。

食への興味を促したい場合は、一緒につまみ食いを楽しみましょう。「ちょっと味見して」と声をかけ、子どもが目を見せたら、食への好奇心の表れです。ただ、キッチンで子どもに調理してもらうのは大変なので、レタスをちぎって洗うなど、簡単なことから始めてみましょう。

好き嫌いを認めると 子どもの自信につながる

嫌いなものは無理に食べさせず、まずは「嫌い」という気持ちを受け入れます。その上で、「どうしたら食べられるかな?」と一緒に考えてみましょう。

たとえば、生のニンジンが苦手でも、スティックにしたり茹でたりすると食べられるようになる、ゆで卵は無理でも温泉卵なら大丈夫、ということもあります。ママ、パパに自分の好みや意思を認めてもらえることで、自己肯定感や将来の健康意識の基礎につながります。食育を通して個性を尊重しながら、子どもの生きる力を育てていきたいですね。

子どもが持つ“食の権利”を生かし、自分で食を選べる道づくりを

1 子どもの好き嫌い

子どもが嫌いな食材をまずは認め、無理に食べさせたり、食卓に出すのをやめたりするのではなく、切り方や味付け、調理法などをアレンジして、食べられる可能性を探る。

2 ファストフード

禁止するのではなく、友人と一緒に食事を楽しむコミュニケーションの場としての利用は認め、1人で買って食べる、1食分の食事にすることは控えるようにルールを決める。

3 おやつ

1日の砂糖の摂取量や食べる量の目安などを教えた上で、子どもに好きなお菓子を選ばせる。食べすぎたら夕飯が食べられなくなることを実際に体験してもらおう。

子どもが食を楽しむ
権利を奪うことなく
親子で楽しむことを最優先に
食育に取り組みましょう!



まみママほすびたる★

夜間&休日の 救急連絡先

子育ての中で一番不安なのは、やっぱり病気!

「このまま様子を見て大丈夫?」「病院が開いてない時はどうしたら良い?」
そんな不安なママたちへの保存版緊急連絡先です!

病院に行く前に
チェック!



準備するもの

- 健康保険証
- 母子健康手帳
- お金
- 着替え

気をつけること

- 家を出る前に火元を確認!
- 戸締まりを忘れずに!
- 交通事故に気をつけましょう!

お医者さんに伝えること

- 症状は「いつから、どの位つづいている?」
- 薬を飲ませた場合、その薬の種類

焦らないで!

お子様の急な発熱など 地元の休日・夜間・ 救急病院(診療所)

※急病診療はあくまで緊急事態に備えるためのもので、
限られた医療スタッフで運営されています。
病状に応じて、適切な医療機関を利用するよう努め、
検査などを含めた医療体制が整っている
通常の診療時間内になるべく受診しましょう。
※「休日」は日曜・祝日、年末年始(12/30から1/4)



中央急病診療所	西区新町4-10-13 ☎06-6534-0321	診療科目 / 内科、小児科、眼科、耳鼻咽喉科 受付時間 / 内科・小児科 平日22:00~翌5:30、土曜15:00~翌5:30、 休日17:00~翌5:30 眼科・耳鼻咽喉科 平日22:00~翌0:30、土曜15:00~21:30、 休日10:00~21:30
都島休日急病診療所	都島区都島南通1-24-23 ☎06-6928-3333	診療科目 / 内科、小児科 受付時間 / 休日 10:00~16:30
西九条休日急病診療所	此花区西九条5-4-25 ☎06-6464-2111	診療科目 / 内科、小児科 受付時間 / 休日 10:00~16:30
十三休日急病診療所	淀川区十三東1-11-26 ☎06-6304-7883	診療科目 / 内科、小児科 受付時間 / 休日 10:00~16:30
今里休日急病診療所	東成区大今里西3-6-6 ☎06-6972-0767	診療科目 / 内科、小児科 受付時間 / 休日 10:00~16:30
沢之町休日急病診療所	住吉区南住吉4-14-28 ☎06-4700-7771	診療科目 / 内科、小児科 診療時間 / 休日 10:00~16:30
中野休日急病診療所	東住吉区中野2-1-20 ☎06-6705-1612	診療科目 / 内科、小児科 受付時間 / 平日(小児科のみ)20:30~23:00、 休日 10:00~16:30

南森町カツペ・こども矯正歯科

やさしく
だのしく
小児・矯正歯科

0才からOK! 歯科検診

歯並び相談

託児無料

南森町駅・天満駅 徒歩5分

大阪市北区天神橋 3-4-13-2F

☎06-6314-6669



126419-250109

小児ワクチン対応 生後2ヶ月~

小児科の診療は3歳から

このまちクリニック京橋

内科/外科/整形外科/呼吸器アレルギー科

小児科/皮膚科/放射線科

<https://jinyuukai.or.jp/konomachi/>



診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝	休診日
9:00~12:00	●	※●	●	●	●	-	-	土曜・日曜・ 祝日
13:00~17:00	●	※●	●	●	●	-	-	※火曜日は内科 のみ

TEL.06-6948-5303

〒536-0015 大阪府大阪市城東区新喜多1-2-7
リバーカントリーガーデン京橋 203号室

260306

滋賀県 いちご農園ぐっど・ベリー

2023年にオープンしたハウスでは、いちごが採りやすい高設栽培が採用されている。こだわりの生育方法で栽培された、甘酸っぱい「紅ほっぺや」、香りの強い「かおり野」などの9品種が摘み取りOK。



一粒のお土産つき！
専用ケースでお持ち帰り

開催期間 開催中～5月下旬

●ベビーカーで入園OK



チェック！
まみま

わくわく、おいしい
いちご狩りに
行こう♪



甘くて香り豊かな
春のお楽しみ、
いちご狩りスポットを紹介！



奈良県 Lip Berry Garden ～幸せいちご園～

高級ブランド「古都華」を中心に「かおり野」や「章姫」など9品種のいちごを栽培。通常プランの3品種に加え、プラス料金で「ならあかり」「アスカルビー」などさらに6品種が楽しめる特別なコースも(要予約)。



奈良ブランドを
賢沢に食べ比べ

開催期間 開催中～6月7日(日)

●ベビーカーで入園OK



大阪府 たなかの莓

ハウスが12棟あり、日にちや時間帯で摘み取る場所を変えているので、いつでもたくさん収穫できる。さらに利用者向けにドリンクやケーキ、アイスといった無料サービスが充実しているので満足度バツグン！



無料サービスが充実
テーブル席でゆっくりしても◎



開催期間 開催中～6月上旬

●ベビーカーで入園OK ※テーブル席のみ



兵庫県 ささやまベリー1

自然豊かな田園地帯にあり、「かおり野」や「恋みのり」など4品種のいちごが45分間食べ放題。高設栽培なのでラクに摘み取りができ、土汚れの心配も不要！広い通路はベビーカーでも通れるので小さな子ども連れでも安心だ。



甘くておいしい
丹波篠山育ちのいちご

開催期間 開催中～5月上旬

●ベビーカーで入園OK
※最新情報はSNSを要確認



兵庫県 グリナリウム淡路島

いちご狩りと農産物を扱うレストランを兼ね備えた体験施設。ハウス内に入ると、頭上に栽培棚が広がり、新感覚の摘み取り体験が楽しめる。甘い香りのするいちごの下で、ピクニック気分を満喫して。



空飛ぶいちごハウスで
ピクニックを楽しもう

開催期間 開催中～5月31日(日)

●ベビーカーで入園NG
※乳幼児連れ、妊婦の場合、ハウス前の駐車場を優先案内(要相談)



担当者に聞く！ おすすめポイント

いちご農園 ぐっど・ベリー

45分間楽しめるので、写真撮影をしたり、椅子やベンチで休憩したりと家族でゆっくり過ごせます。また、練乳やチョコソースなど10種類のトッピングが無料で利用できる、いろいろな味を試してみてください。

Lip Berry Garden ～幸せいちご園～

人気ブランド「古都華」を含む3品種を40分食べ放題。天敵農薬を活用した減農薬・無農薬栽培なので、小さな子どもも安心して楽しめます。併設のカフェでは、パフェやクレープも提供しているので、ゆっくりティータイムもどうぞ。

たなかの莓

園内にはたくさんのテーブル席があるほか、いちごグッズコーナーの手作り体験では、世界にひとつだけのアイテムも作成できますよ。予約不要で時間の制限もありませんので記念にぜひチャレンジしてください！

ささやまベリー1

丹波篠山の澄んだ空気の中で育ったいちごが自慢です。緑豊かな場所でありながら、城下町から車で5分と観光地までのアクセスも◎。いちご狩りを体験したあとは、観光を存分に楽しんでください。

グリナリウム淡路島

ロングいちご串やいちごでデコレーションできるシフォンケーキなど、見た目もかわいいスイーツやドリンクが充実しています(要追加料金)。「紅ほっぺ」「かおり野」「章姫」「おいCベリー」の4品種がいつでも摘み取り可能です。

子育てすくすく情報!!

各区からの
お知らせ



天王寺区

●お住まいの地域の担当保健師がいます!

区保健福祉センターには、保健師がおり、妊娠前から乳幼児期にわたり、育児や健康のご相談に応じています。子育て教室「ぶちももてん(生後1か月~4か月)」や、「もてんひろば(生後5か月~11か月)」も毎月開催しています! 詳しくは、ホームページをご確認ください。



【問合せ】

天王寺区保健福祉センター (区役所内)
天王寺区役所 保健福祉課 (地域保健活動)
☎06-6774-9968

中央区

●親子で楽しむ 春風コンサート (愛日・集英合同コンサート)

相愛大学の学生さんによる生演奏です!
親子で楽しいひとときを過ごしませんか?
日時/3月13日(金)10:30~11:30
場所/相愛大学本町キャンパス
アンサンブルスタジオ
定員/先着25組
対象/中央区在住の未就園児とその保護者
料金/無料
申込/電話・窓口

【問合せ】

中央区役所 保健福祉課 子育て支援室
☎06-6267-9868

大正区

●こんにちは! 子育て支援室です。

子育ては、こどもの成長を感じて、嬉しいことがいっぱいあると思います。しかし、誰でも時には、しんどい、疲れた、もう嫌だと、思うこともあると思います。そんな時にはぜひ、子育て支援室を利用してください。
不安や悩み等のお話を聞かせてもらい、子育てについて一緒に考えていきたいと思えます。お気軽にご相談ください。
日時/9:00~17:30(開庁日の月~金曜日)
場所/大正区役所 3階33番窓口
対象/大正区在住の18歳までのお子さんの保護者
料金/無料
申込/まずは、お電話ください!

【問合せ】

大正区役所 子育て支援室
☎06-4394-9109

●Instagram始めました!

こんにちは! 大正区子育てコンシェルジュです! 大正区ではFacebook、X、LINEなどで、乳幼児向けのお出かけ情報や子育てイベント情報などを発信しています! この度、Instagramで保育施設の入所に関して、よくある質問をもとに、情報発信を始めました。これから、保育施設を利用されたい方、入所の流れを知りたい方はぜひフォローして情報を受け取ってくださいね!



【問合せ】

大正区役所 子育てコンシェルジュ
☎06-4394-9932

阿倍野区

●ぶちあべびよらんど、あべびよらんどに参加してみませんか?

知り合いがいなくて、ママ友・パパ友ほしいなあ…。授乳、離乳食、夜泣き、他の人どうしてるんやろう…。そんな生後1~9か月の赤ちゃんを子育て中のみなさん、楽しく集まりましょう!
日時/毎月第2金曜日 (定例日以外の開催もあります。詳細日程は広報・HPにて確認できます)
場所/区役所3階 多目的スペース
定員/先着15名
対象/ぶちあべびよらんど: 1~3か月児、あべびよらんど: 4~9か月児
申込/前月1日から電話・窓口にて予約開始

【問合せ】

阿倍野区役所 保健福祉課 (保健活動)
☎06-6622-9968

生野区

●生野区の子育て情報発信中! 「いくの de 育への」

生野区子ども・子育てプラザのホームページ「いくの de 育への」をご存知ですか? 生野区内の子育てイベントやイベントカレンダー、行政サービス一覧など生野区内の子育て情報がギュッ!! とつまっています。ぜひご覧くださいね。



【問合せ】

生野区子ども・子育てプラザ
☎06-6752-8000

大阪市
お知らせ

4月2日は、国連が定めた「世界自閉症啓発デー」

発達障がい啓発週間 4月2日~8日

平成19年の国連総会で毎年4月2日を「世界自閉症啓発デー」とすることが決議され、全世界の人々に自閉症を理解してもらい取り組みが行われています。日本では、4月2日から8日の1週間を、自閉症をはじめとした発達障がいをみんなが知るための「発達障がい啓発週間」としています。

発達障がいについて正しい理解と認識を深めていただくため、「いやし・希望・おだやか」を表す青をシンボルカラーに、世界各地でライトアップやイベントが行われています。大阪市では、大阪府・関係団体等と連携し、「世界自閉症啓発デー」に、大阪城天守閣、海遊館、天保山大観覧車などをブルーライトアップするなど、普及・啓発活動に取り組んでいます。



4月2日ブルーにライトアップ

詳細は大阪市のHPを確認してください



大阪市発達障がい者支援センター「エルムおおさか」は、発達障がいのある方やそのご家族への相談支援、親支援講座や事業所等への啓発研修・支援を行います。

エルムおおさか

<https://www.elmosaka.org/>



淀川区

●ベアレント・トレーニング講座のご案内

ベアレント・トレーニングとは、子どもの行動に着目し、より良い関わり方を学ぶことで、保護者のストレス軽減や子どもの行動改善を目的とする保護者向けプログラムです。楽しみながら「かわり方のコツ」をつかみましょう。
日時/令和8年4月27日より7回連続講座
場所/淀川区役所 会議室
定員/10名程度
対象/お子さん(3歳~就学前)の発達の偏りが気になる保護者
料金/無料
申込/3月10日(火)より行政オンラインシステムにて受付開始



【問合せ】
淀川区役所 保健福祉課 子育て支援室
☎06-6308-9939

都島区

●お気軽にお話しください

都島区にお住いの0歳~18歳未満の子どもの様々な相談を行っています。子育て・不登校・障がい・問題行動・虐待・ヤングケアラー問題・その他子育てに関する悩みの相談に応じます。お気軽にお越しください。メールまたはファックスでもご相談を受付しています。回答は電話で行いますので必ず電話番号をご記入ください。
miyakojima-kosodate@city.osaka.lg.jp
FAX:06-6352-4584
日時/月曜日~金曜日9:00~17:30 (祝日はお休みです)
場所/都島区役所 2階 23番窓口
対象/区内にお住いの0歳~18歳未満の子どもさんとその保護者



【問合せ】
都島区役所 保健福祉課 こども教育
☎06-6882-9118

港区

●あなたの子育て応援します!

「子育てがづらい」「イライラする」「言葉が遅いのでは...」「うちの子落ち着きがないのでは...」子育てに悩んでいませんか? ひとりで抱え込まずご相談ください。心理士、家庭児童相談員が0歳から18歳未満の子育て相談に応じ、専門相談機関などの紹介も行っています。
日時/平日9:00~17:30
場所/港区役所 3階32番窓口
対象/港区在住の18歳までのお子さんと保護者
料金/無料



【問合せ】
港区役所 子育て支援室
☎06-6576-9856

浪速区

●こんにちは、子育て支援室です

子育ての「困った」をお手伝いします! 子育て支援室では、保育士や心理相談員、家庭児童相談員、就学前児童サポート推進員など専門のスタッフがいつでもお待ちしております。悩んだとき! 誰かに話したいとき! 心配や悩みをお気軽に相談してくださいね。



【問合せ】
浪速区役所 保健福祉課 子育て支援室
☎06-6647-9895

西区

●西区役所子育て支援室です

大阪市西区にお住まいの、0歳~18歳までの子育てに関するさまざまな相談をお受けしています。お子さんの発達、子育てがづらいなど誰に相談して良いかわからないとき、ひとりで悩まずお気軽にご相談ください。家庭児童相談員、保育士、保健師、心理相談員、社会福祉士が相談に応じます。



【問合せ】
西区役所 保健福祉課 子育て支援室
☎06-6532-9936



令和8年
大阪市から
おしらせ

春の引越しシーズンに合わせて/

3月29日の日曜日に大阪市内の区役所を臨時開庁します

例年、3月・4月は引越しなどが多いことから、3月29日(日曜日)に区役所を臨時開庁します。平日に区役所に行けない人はぜひご利用ください。

詳細は大阪市のHPをチェックしてください▶



【臨時開庁日・時間】

3月29日
9:00から17:30まで
※3月22日(日)(第4日曜日)
9:00~17:30も開いています。

お住まいの区
区役所総務担当
連絡先はこちら▶



手続きが
できる

引越しの手続き

- 複数の手続きがある方や大阪市内での住所変更の方は、スマート申請が便利です。
- 大阪市外への引越しには、マイナポータルでの転出届の申請が便利です。

スマート
申請の
詳細はこちら▶



マイナ
ポータルの
詳細はこちら▶



戸籍全部事項証明書・
住民票の写しなど
証明書の発行など

- マイナンバーカードをお持ちの方は、証明書のコンビニ交付サービスもご利用いただけます。



引越しをした時の国民健康保険の手続き、
国民年金の手続き

子どもが学校に行く手続き
(北区役所、天王寺区役所及び住吉区所では対応できません)

個人番号(マイナンバー)
カードに関する手続き

子どもが生まれた時、
結婚した時などの手続き

後期高齢者医療制度(75歳以上の人の保険)
の手続きなど

※関係機関への確認が必要なものなど、お取扱いきれない場合があります。

なお、通常開庁は、平日9:00~17:30、金曜日のみ17:30~19:00まで延長。毎月第4日曜日の9:00~17:30

会員限定 Present

応募締切：4月10日(金)
※応募にはまみたん会員登録が必要です。

会員登録は
もちろん無料!

▶応募はパソコン・スマホのどちらでもOK。
<https://mamitan.net/present>

※応募に関する問合せ：まみたんプレゼント係 ☎072-827-0810



A プラストゥモロー オーバーナイト ヘアセラム
プラストゥモロー オールデイ ヘアセラム
6名様

◆内容量:各80mL
◆価格:オープン価格



夜はオイル in ミルク処方で髪の内部まで美容液成分を浸透させ、ダメージを集中補修。朝はバサつきやこわつきを抑え、スタイリング後のなめらかな仕上がりが夕方まで続く、昼夜使えるヘアトリートメントセット。

問：株式会社ファイントウデイ ☎0120-202-166
brand.finetoday.com/jp/plustmr/

B 卵かけご飯のための食べる醤油
3名様

◆価格:2,000円(税・送料込)
◆内容量:約130g



神戸・元町の卵料理専門店「たまごダイニング 卵と玉子」が、創業140年の老舗醤油蔵・池本醤油と卵かけご飯専用の「食べる醤油」共同開発。Makuakeで話題となり、開始1時間で目標金額を達成しました。こだわりの一品を、この機会にご自宅でお楽しみください。

問：株式会社創場パートナーズ tamagototamago.com/makuake.com/project/taberushoyu/

C 三島食品ふりかけ3種
ゆかり®・ひでき®・ひろし®
5名様

◆価格:各140円(税込)
◆内容量:ゆかり®20g、ひでき®12g、ひろし®16g※3種セット



醤油と昆布エキスの旨みを生かし、コク深く香り豊かに仕上げたひじきのまぜごはんの素「ひでき®」が新登場。赤しその爽やかな酸味が広がる「ゆかり®」、広島菜の旨みが効いた「ひろし®」を合わせた、毎日の食卓で活躍する3種セットです。

問：三島食品株式会社
www.mishima.co.jp/

D マルキン忠勇
黒麹もろみ酢 プレーン
3名様

◆内容量:500mL
◆価格:1,080円(税込)



泡盛づくりの発酵技術から生まれた、発酵クエン酸・アミノ酸飲料です。沖縄県産もろみ酢原液と黒糖を使用し、まるやかで飲みやすく、家族みんなで朝の習慣や毎日の元気づくり、気軽に楽しく取り入れられます。

問：盛田株式会社 ☎0120-691-602
moritakk.com/

E KEY DOORS+ JET BREW
季節限定ブレンド・エチオピア モカ
2種セット
3名様

◆価格:645円(税込) ◆内容量:6.5g×8袋
◆賞味期限:13ヵ月
※1 特許登録(第6710385号)



「JET BREW」は特許技術®により最短10秒でレギュラーコーヒーが楽しめる、キーコーヒー独自の簡易抽出型コーヒー。華やかな香りと甘み、すっきりとした後味が特徴の季節限定ブレンドと、フルーティな味わいと香りが特徴のエチオピア モカの贅沢なセットです。

問：キーコーヒー株式会社 お客様センター ☎0120-192008
keycoffee.co.jp/shop/c/cjetbrew/

F キットウェル マグビルド
スロープセット 72ピース
1名様

◆メーカー推奨年齢 3歳以上
◆参考価格:8,299円(税込)



男女問わず幅広い年齢で遊べる知育玩具です。パッケージもオシャレになってプレゼントにも最適! 基本的な図形9種類(正三角形・二等辺三角形(2種)・正方形(4種)・長方形(2種))にスローパーツとボールが追加! 自分だけのスロー組立て遊びが楽しめます。

問：株式会社キットウェル お客様お問合せ mail:pr@kitwell-jp.com
www.instagram.com/kitwell.offical

「まみたん」読者プレゼント

お手伝い!
能登の復興を

がんばろう 能登 食べて応援! 能登復興キャンペーン

抽選で
がんばろう能登「じのもんギフトバコ」
常温6,000円コースを
2名様にプレゼント!
締め切りは2026年4月まで

STEP 1 左記の二次元コードを読み取る
STEP 2 必要事項を入力して応募完了!!
応募締切 2026年4月まで

応募には、まみたんLINE会員登録(無料)が必要です。
当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
応募に関する問合せ:まみたん事務局 TEL.06-6479-3120

じのもんギフトバコ公式サイトはこちら

Life Choice

×

まみたん

女性限定

各日20名様

大好評！子育てママ応援企画



子育てママ
必見!!

目から鱗の お金のセミナー

4/23^木・24^金

時間▶10:00～11:20
(9:45～受付)



参加費・ランチ

全て無料

お子様同伴OK!
(保育なし)

- ☑1つでも当てはまった方は
参加をオススメします
- ☐今、資産運用を積極的にした方がいい?
 - ☐少額でも始められる資産運用ってあるの?
 - ☐iDeCo・NISAはやった方がいい?
 - ☐一番お得なクレジットカードは?
 - ☐ふるさと納税はやった方がいい?
 - ☐住宅ローンの頭金って必要? など
 - ☐住宅ローンの頭金って必要? など
- 色々な疑問をお持ちのママにおすすめします!

『今』こそ始める、資産運用から 効果的な固定費の削減まで徹底解説。

家計のやりくり、教育資金や住宅ローンのこと...
物価高騰もあってお金に関する心配や不安が増えていますか?
大人気講師が教える「お金」「住宅ローン」「資産運用」「家計節約」
「クレジットカード活用」「iDeCo・NISA」の勉強会を開催します!

うれしい3つのポイント

- 1 大人気ホテルで
優雅に彩り豊かな
ランチを堪能♪
- 2 行列ができる
講師のセミナーが
受けられる♪
- 3 ご希望の方には
個別相談が無料で
受けられる♪

会場



TKPガーデンシティ
大阪梅田

講師 夏山 豊起先生



企業や学校、社会人、子育てママ向けのセミナー講師として、全国各地で年間300回以上の講演を実施する大人気のファイナンシャルプランナー。プライベートでは2016年に住宅を購入し、2人の娘のパパでもある。教育費や住宅購入、資産運用など、実体験に基づくライフプランニングが好評。

さらに

Special
Present

当日個別相談を申込された方に
外資系有名コーヒーショップの
デジタルチケット
1,000円分をプレゼント



※適用条件あり



※写真はイメージです。

ランチ条件
当日公式LINE登録
+アンケート回答

彩り豊かな
ランチ
ビュッフェ

ヒルトン大阪 Folk Kitchen (フォルクキッチン)

前菜・メインディッシュ・スープ・パン・デザートなど
約40種の料理がお楽しみいただけます。

飲料、セミナー含め、参加者の負担金や勧誘は一切なし！是非この機会にご参加ください。

開催日 4月23日(木)・24日(金)

9:45～ セミナー受付開始
10:00～11:20 セミナー
11:30～ ランチ・自由解散

定員 各日20名様

持ち物 筆記用具

会場 TKPガーデンシティ大阪梅田 カンファレンスルーム10F
大阪市福島区福島5丁目4-21 Tkpゲートタワービル

応募締切 4月12日(日) ※ご参加いただく方には、4月15日(水)頃迄に当選案内メールにてご案内させていただきます。
上記日程までにご連絡がなければ落選となります。

応募はこちら



【注意事項】

- 連絡なしのキャンセルはご遠慮ください。
次回以降お断りさせていただく場合がございます。
- 時間通りに始められるよう余裕をもってお越しください。
セミナー開始後15分を過ぎますと、ご入場いただけません。
- 株式会社Life Choice、株式会社Blue Flameのセミナーを受講された方の二度目の受講は出来ません。
- 保険会社および保険代理店で
営業職をされている方のご参加はご遠慮ください。

【お問合せ】(株)関西ぼど「目から鱗のお金のセミナー」係
TEL:072-827-0817(平日9:30～18:00)

※個人情報はセミナーの当選案内及び(株)関西ぼどからの連絡のために利用します。

だていー
(パパ)



知育

★♪♡ おやごぞ コミュニケーション ★♪♡

いっしょにあそぼ!

るーたん
(こども)



まみー
(ママ)

ほいくえんまでたどりつけるかな？

きょうはにゆうえんしき。さくらがさくみちをとおってほいくえんまでたどりつけるかな？ すたーとからごーるをめざしましょう。

すたーと



ごーる



イラスト：にがおえけいかく