おひさまサンサン広場からのお知らせ

～大阪市地域子育て支援拠点事業～

2025 年度

助産師相談ミニ講座テーマと講師

10：30～11：30　ご予約はこちら→

4 月 28 日（月） **イヤイヤ期への対応** 磯福 久仁子	5 月 26 日（月） **スキンケア** 橋場 英子	6 月 23 日（月） **子どもの性教育** 伊藤 雅子
7 月 28 日（月） **子どもの睡眠** 前田 陽子	8 月 25 日（月） **子どもの発達と事故予防** 木原 節子	9 月 22 日（月） **プチ防災セミナー** 中谷 静代
10 月 27 日（月） **子どもの足の健康と靴の選び方** 村島 和代	11 月 17 日（月） **卒　乳** 神田 淳子	12 月 22 日（月） **クリスマス製作** 西尾 歩
1 月 26 日（月） **産後ダンス** 宮本 真名	2 月 16 日（月） **産後ヨガ** 西 幸江	3 月 23 日（月） **子どもに伝える大事なからだの話** 林 左弥香

お問合せ：おひさまサンサン広場（大阪府助産師会館 2F）

申し込み（要予約）：30 日前よりネット予約で受け付けます。

☎ 070-5147-200（10：00～15：00）

わらべうた
ベビーマッサージ

大阪市地域子育て支援拠点事業
おひさまサンサン広場からのお知らせ

日時：令和７年度　毎月第２水曜日

１０:３０～１１:１５

日程

４月16日（木）	８月20日（水）	12月10日（水）
５月14日（水）	９月10日（水）	１月14日（水）
６月11日（水）	10月15日（水）	２月18日（水）
７月９日（水）	11月12日（水）	３月11日（水）

場所：おひさまサンサン広場（大阪府助産師会館２Ｆ）
大阪市天王寺区細工谷１丁目1-5
対象：生後２ヶ月～１歳半の赤ちゃん
定員：先着１０組
参加費無料
申し込み（初回の方）：30日前よりネット予約にて受け付けます。
（２回目以降の方）：１週間前よりネット予約にて受け付けます。

持ち物：バスタオル
お問い合わせ：０７０-５１４７-２２００（１０時～１５時）
※予防接種後４８時間はご受講頂けません。

ご予約はこちら→

プレパパ・プレママ沐浴教室のご案内

～ おひさまサンサン広場からのお知らせ ～

大阪市地域子育て支援拠点事業

妊娠おめでとうございます。
出産後に備えて、
助産師と一緒に赤ちゃんの抱き方・おむつ替え
沐浴等を体験してみられませんか？
妊娠・出産・子育てについて気になることもご相談ください。
パートナーとのご参加をお待ちしております。

日時：令和７年度　毎月第２土曜日　10:00～11:30

日程

4月12日（土）	１０月11日（土）
5月10日（土）	１１月８日（土）
6月14日（土）	１２月13日（土）
7月12日（土）	1月10日（土）
8月９日（土）	2月14日（土）
9月13日（土）	3月14日（土）

場所：おひさまサンサン広場（大阪府助産師会館２F）
　　大阪市天王寺区細工谷１丁目 1-5

対象：妊娠２０週以降のプレパパプレママ

定員：先着４組

参加費無料

申し込み（要予約）：３０日前よりネット予約にて受け付けます。

持ち物：母子健康手帳・筆記用具

お問い合わせ：070-5147-2200(10 時～15 時)

※お車でお越しの際は、近隣コインパーキングをご利用ください

R7 年度　お誕生日会のお知らせ

「おたんじょうび　おめでとう！！」

1歳、2歳、3歳になるお友達のお誕生会を下記日程で行っています
みんなでお祝いしましょう！
お誕生月のお子様、是非ご予約くださいね、　ご予約はこちらから→
誕生会の 30 日前からご予約できます
お子様の手形をとらせていただき、誕生日カードのプレゼントをさせていただきます
フォトスポットでの写真撮影もできますよ

4月生まれ	R7 年4月22日(火)	10月生まれ	R7 年10月28日(火)
5月生まれ	R7 年 5 月27日(火)	11月生まれ	R7 年11月25日(火)
6月生まれ	R7 年6月24日(火)	12月生まれ	R7 年12月23日(火)
7 月生まれ	R7 年 7 月22日(火)	1月生まれ	R8 年1月27日(火)
8月生まれ	R7 年8月 19 日(火)	2月生まれ	R8 年2月24日(火)
9月生まれ	R7 年9月 30 日(火)	3月生まれ	R8 年3月 31 日(火)

時間：11：00頃～12：00／14：00頃～15：00（午前、午後どちらかお選びいただけます）

マタニティヨーガ教室のご案内

～ おひさまサンサン広場からのお知らせ ～

大阪市地域子育て支援拠点事業

妊娠おめでとうございます。
肩こり、腰痛、便秘、手足のむくみ等感じておられませんか？
マタニティヨーガは妊娠中や産後の不快症状を軽減し精神的にも心を安定させ、
安産を目指すものだと言われています。
妊娠・出産・子育てについても気になることは
講師である助産師にご相談ください。

日時：令和７年度　毎月第３金曜日　10:00～11:30

日程：

４月１８日（金）	１０月１７日（金）
５月１６日（金）	１１月２１日（金）
６月２０日（金）	１２月１９日（金）
７月１８日（金）	１月１６日（金）
８月はお休み	２月２０日（金）
９月１９日（金）	３月はお休み

場所：おひさまサンサン広場（大阪府助産師会館２F）
大阪市天王寺区細工谷１丁目 1-5

対象：妊娠 15 週以降の方で医師の許可がある方

定員：先着４名

参加費無料

ご予約はこちら→

申し込み（要予約）：３０日前よりネット予約にて受け付けます。

持ち物：バスタオル、飲み物、動きやすい服装でお越しください。

お問い合わせ：070-5147-2200(10 時～15 時)

※お車でお越しの際は、近隣コインパーキングをご利用ください

おひさまサンサン広場からのお知らせ

HELLO BABY

大阪市地域子育て支援拠点事業

１ヶ月健診もようやく終わり、何となく少し子育てが落ち着いてきた方や
まだまだ赤ちゃんとどのように関わっていいのか分からない方、状況は様々だと思います。
そんなとき、同じ月齢くらいの赤ちゃん、初産婦さんママ同士、
楽しくおしゃべりして気分をリフレッシュしませんか？
一度、広場に遊びに来てください。

日時：令和７年度　毎月第４木曜日　13：15～14：30

日程：

4月24日（木）	１０月23日（木）
5月22日（木）	１１月27日（木）
6月19日（木）	１２月25日（木）
7月24日（木）	１月22日（木）
8月28日（木）	2月26日（木）
9月25日（木）	3月26日（木）

場所：おひさまサンサン広場（大阪府助産師会館２F）

内容：♡ママ同士のおしゃべりタイム
♡助産師による授乳を含めた子育て相談・身体計測等
♡保育士によるママと赤ちゃんのふれあい遊び

対象：生後２か月～5か月頃までの赤ちゃんと初産婦さんママ優先
予約に空きがあれば２回目参加・経産婦さんママもご参加ください。

定員：６組

ご予約はこちら→

持ち物：母子健康手帳・バスタオル

申し込み：初回・初産婦さん・・・３０日前よりネット予約で受付
２回目・経産婦さん・・・１週間前よりネット予約で受付

お問い合わせ

TEL：070-5147-2200　（10：00～15：00）