



## てんしば



遊具などはありませんが、歩くだけで楽しいころの赤ちゃんは楽しい場所のようです。コンクリートの上を歩くわけではないので、少しつまづいても大人も安心して見守れます。少し大きくなったら、ボールやシャボン玉などを持って遊べることもできます。イベントがない日にピクニックシートやお菓子を持って、おやつに行くだけでもいい気分転換です(たべすぎぴよこはは)

芝生で子どもがたくさん走り回れる(ピクミン)

**開園時間** 開園時間 7:00~22:00 ⚠️ お店の営業時間は各店舗により異なります

**最寄り駅** 地下鉄御堂筋線・谷町線「天王寺」駅、JR「天王寺」駅  
近鉄「大阪阿部野橋」駅、阪堺上町線「天王寺駅前」駅各駅から徒歩すぐ

**ホームページ** <https://www.tennoji-park.jp/>



## 万代池公園



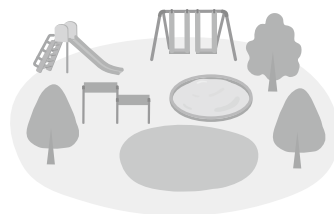
池があり、亀やカモも見ることができます。遊具はそれほど多くはありませんが、スライダーなどで遊ぶには広くて最高です。近くにパン屋があり、パンとドリンクのセットでワンコインでおつりがくるので、よく行きます(ぶち)

**住所** 住吉区万代3丁目

**開園時間** 入園随時可

**定休日** なし

**電話番号** 06-6691-7200(長居公園事務所)



子ども達にとって最後の砦  
愛に溢れる ふじわら歯科を  
めざしています



小児歯科 ふじわら歯科  
FUJIWARA DENTAL CLINIC for CHILDREN

駐車場3台有  
東住吉区 東田辺2-26-3 TEL:06-6696-7244



A. 上の子が小さい時は部屋に室内用のジャングルジムやブランコ、すべり台がついているものを置いていたので、それで遊んでいました。家にいながら雨の日や夜でも遊べたので便利でした(おにぎり娘)

## おすすめの お出かけスポット

徒歩・自転車で行ける

暑い夏が過ぎておでかけにいい季節になりましたね。  
無料で遊べる場所を中心に、阿倍野・東住吉エリアから徒歩・自転車でも行ける、おすすめのおでかけスポットを地域のママ・パパに聞きました!



## あべのハルカス 16階庭園



無料で入れる場所です。観光客も多くなってきましたが、小さな子が歩いて探検するには楽しそうです。エレベーターで昇がったり降りたりする景色も楽しいようです(うさぎ親子は高いところ好き)

**住所** 阿倍野区阿倍野筋1-1-43

**営業時間** ハルカス300(展望台) 9:00~22:00(年中無休)  
あべのハルカス美術館 火~金/10:00~20:00 月土日祝/10:00~18:00

⚠️ 入館は閉館30分前まで ⚠️ 営業時間は事前の告知なく変更することがあります

**ホームページ** ハルカス300(展望台) <https://www.abenoharukas-300.jp/index.html>  
あべのハルカス美術館 <https://www.abenoharukas-300.jp/observatory/index.html>

産後骨盤矯正

対象  
産後  
1か月検診後~

- ☑ 産後の身体の不調
- ☑ 体重が減らない
- ☑ 体型が戻らない

初回限定 1,000円

ベビトレヨガ

対象  
産後生後  
2か月~

- ☑ 脳トレーニング
- ☑ 体幹トレーニング
- ☑ 美姿勢
- ☑ ボディメイク
- ☑ セルフ骨盤調整

初回限定 500円

無料託児付き

nicon ボディメンテナンスラボ

住所: 阿倍野区三木町2-11-20 TEL: 06-6624-2255  
営業: 平日9:00~17:00 土曜9:00~12:00 定休日: 水曜・日曜・祝日

妊娠前よりも  
元気に!!  
キレイに!!

詳細 & 予約

レッスン

A. ボールを投げ合いっこしたり、ベランダでお昼ご飯食べた。あとは、とにかくブラレール!(きょう)