

ままちっち

mamachiechi

あべの・ひがしすみよし エリア

vol.95
2025.09.01

園選び体験談

お迎えから就寝までの

タイムスケジュール大公開

子連れ大阪・関西万博レポート

プチ特集

ママ・パパも楽しめる♪

おすすめおでかけ先

子連れで快適♪ フェリー旅



お知らせ

大浴場で まち絵本

とことこおおさかパネル展

おさがりままちっち

連載

新米パパの育児レポート

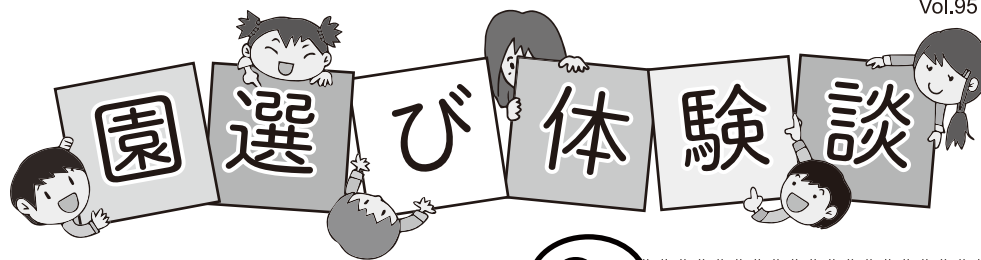
最終回

ちょっと聞いて～！

ママ・パパのリフレッシュ方法

ままちっちが運営するポータルサイトや
LINE、イベントカレンダーなどはこちらから





一口に「子どもを預ける」と言ってもいろいろな選択肢がありますよね。認定こども園・保育園など園の形態ごとに先輩ママパパの体験談を集めました！

- 1 今の園に決めた理由
- 2 実際入園してみてよかった点
- 3 思っていたのと違った点

認定こども園

M

- 1 複数の幼稚園の説明会へ行き、今の園が一番保護者の欲しい情報を端的に説明されていたのていい意味で余計なものを省いた今どきな施設だなと感じ、決定しました。
- 2 説明会の印象通り、無駄なことを省きつつ子どもたちのことを中心に考えてくれる親にとっても子どもにとってもうれしい園です。
- 3 幼稚園の感覚で入園しましたが、働くママを想定している部分が多く、保育園的な要素もあるのは少し驚きました。

ふ

- 1 自由、一人ひとりの子どもの主体性を大切にしてくれているところ
- 2 自由、一人ひとりの子どもの主体性を大切にしてくれている
- 3 子どもの主体性を大切にしている分、年少の時にはやりたがらないことや園イベントに参加しないことが多くちょっと寂しかった。

りよ

- 1 設備のよさ、英語やプールなどのカリキュラム、近さ
- 2 それまでは小規模保育園だった

保育園

ニコ

- 1 立地（家と駅の間）、実際に見に行ったときの印象（長く続いている園で安心感がある、清潔、先生方の雰囲気がいよ、子どもたちが楽し

きょう

- 1 園庭が広い、園に畑があり収穫体験ができるところ。園見学に伺った際に息子が楽しそうだったから。
- 2 年少のころは担任の先生以外に補助の先生が2人いて安心してお任せできました。畑での収穫はもちろん植物のお世話もお手伝いしているようで、とても楽しそうです。また、先生方全員が全園児の顔と名前を覚えてくださり、子どものことをしっかりと見てくれているのだと感動しました。
- 3 入園当初は戸惑いがあったかもしれませんが忘れられました。

ワンオペママ

- 1 療育と併用できる柔軟な体制があること
- ・オムツが取れていなくても受け入れてもらえること
- ・園長先生の人柄や考え方に共感できたこと
- ・在園児さんたちが息子に対して自然にやさしく接してくれていたこと

- 2 保護者と先生との面談が多く、ていねいに関わってもらえる

- ・担任以外の先生方も息子のことを気にかけてくれている
- ・泥遊びなど、家ではなかなかできない体験をたくさんさせてもらえる

- ・「できるようにする」ためのサポートがていねいで、息子のペースを大事にしてくれている

- 3 保護者が参加するイベントが思っていたより多かった
- ・PTAの活動も頻繁で、関わる機会が多い
- ・保育園に通っていたので、連絡帳がなく、園での息子の様子が見えづらいと感じることがある

こてつ

- 1 近かった。第一候補に縁が無かった。
- 2 先生方が愛情をたっぷり注いでくれる。イベントが月2回ぐらい

そう）、周りの評判（ままっちのひろばでスタッフさんや第二子以降のお母さんに聞きました）

- 2 信頼できる先生が多く、安心して預けられる。どの先生も子どものことを愛情を持ってよく見てくれると感じる。連絡帳やお迎えの時に子どものことでちょっとした相談もできるので助かっている。
- 3 特に無し。

そーちゃん

- 1 1月の時点で保留となったが、3月中旬に空きが出て入れることになった。

- 2 最初の何日間は泣いていたが、園での生活を通して言葉がとても増えました。

- 3 オムツのサブスクに全員加入だったので、家に帰るとけつこうおむつがパンパンなこと。

ぽぽ

- 1 見学に行ったときの園児と先生の雰囲気と預かり時間
- 2 離乳食から普通食への進め方やトイレトレーニングなど、少し気になることでも気軽に相談に乗ってくれる

- 3 先生・園児共に4月しか名札を付けないので、同じクラスでも預ける時間が合わない園児や担任以外の先生の名前がわからない。

ある。

- 3 入ったときは週2回はお弁当だったが、今は週1回に変わった。こんなにイベントが多いとは思わなかった。

地域型保育（小規模・家庭的など）

2児のマーチ

- 1 園長先生の思いや人への接し方に感銘を受けて。

- 2 小規模だからこその手厚さ、保育者と家庭のちょうどいいをいつも理解してくださる点

- 3 絵の具遊びをする日は事前に教えてもらえるとうれしいなあと思うときがある。たまにこの服汚したくなかった…ってことがあるので。

認可外保育施設

まぎまぎ

- 1 家の近くだったから
- 2 よいです
- 3 休みすぎではダメみたい

ちょっと聞いて～！

A. 子どもが寝た深夜に、夫婦でお酒を飲みながらビデオを見る！（ぴよこママ）

ちょっと聞いて～！

Q.「ママ・パパのリフレッシュ方法」

夕食は、前日の夜か当日の朝作り置きしています

① 保育園

子どもと一緒に寝落ちする母
(3歳半・1歳半)時短勤務
フルタイム

- 16:30 ● お迎え
きょうだい別園のため所要40分
- 17:20 ● 入浴・パパー旦帰宅
- 18:00 ● 夕食
- 18:30 ● パパ職場へ戻る
- 18:40 ● 歯みがき・子どものんびりタイム
食器洗い・洗濯物干す、洗う
- 19:30 ● 絵本タイム
- 20:00 ● 就寝(子ども／大人)

- 17:00 ● お迎え
 - 18:00 ● 入浴
 - 18:30 ● 夕食準備
 - 19:00 ● 夕食
 - 20:00 ● 自由時間
 - 21:00 ● 就寝(子ども)
 - 23:00 ● 就寝(大人)
- ちゃんこ
(3歳)
- 時短勤務
フルタイム

① 保育園

おゆり
(3歳・1歳)育休中
育休前:フルタイム
復帰後:時短勤務予定
フルタイム

- 16:00 ● お迎え
- 16:20 ● お部屋遊び
- 18:00 ● 夕食
- 19:30 ● 入浴
- 20:30 ● 就寝(子ども)
- 23:00 ● 就寝(大人)

- 18:30 ● お迎え
 - 19:00 ● 帰宅後夕食
 - 19:30 ● 入浴
絵本やパズル等で遊ぶ
 - 20:00 ● 就寝(子ども)
 - 21:00 ● 就寝(大人)
 - 23:00 ● 就寝(大人)
 - 00:00 ● 就寝(大人)
- トト
(3歳)
- フルタイム
フルタイム

入園までに

してよかったこと
しておけばよかったこと

■転園先を念頭に入れておく。
■もつと遊んでおけばよかった。慣らし保育中とか。
■入園前に夫と1日のシミュレーションをしました。段取りや役割分担など確認できてよかったです。
■病児保育、ファミリーサポートの登録、WEB予約可能かつ空きがよくある小児科を見つける。病児保育などは複数登録しておくともよいと思います。保育園から発熱や下痢で迎ええ要請があった際には即座に小児科に予約を入れて受診。その後病児保育の予約をしています。病児保育の予約には小児科の受診が必要なので早退した日の翌日に病児保育に預けて出勤するためには早退後にいかに早く受診できるかが重要です。
■小児科以外のお医者さん調べ(皮膚科、眼科、耳鼻科など)。
■息子とふたりでめいっぱい楽しみました！電車好きの息子といろんな電車を見に行ったり、公園、家、子どもの施設に遊びに行ったりしました。年中さんになった息子に「○○行っただね〜」と聞いても覚えてないことも多々ありますが(笑)その時間や思い出は私の宝物です。
■用具に貼る名前シールを作っていたら便利。

昭和町駅
徒歩1分!

マタニティ産後・ダイエット専門整体nicona

マタニティ整体

—対象—
妊娠初期〜
36週目
妊娠期の不調改善
安産を目指し
産後の回復力を高める

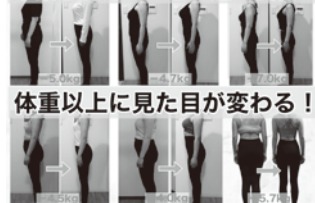
産後骨盤ダイエット整体

—対象—
産後生後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

通常初回料金 12,000円 毎月各4名様 限定2,980円

無料相談も承っております

卒業されたママさん達の変化!



体重以上に見た目が変わる!

住所:阿倍野区昭和町1-9-17 アンフィニXIX 103号
TEL:090-7485-3545 営業:9:00~15:00 定休日:木曜・日曜・祝日

無料託児付き♪

ママと同室で安心♪

nicona産後

ちょっと聞いて〜!

A. 子どもたちが寝静まってから夫に託して、近所の銭湯やまんが喫茶で過ごした。非日常で気分転換になったな〜(オッサンおばはん)

① 園の種類

ペンネーム
(子どもの年齢)

働き方(本人)

働き方(パートナー)

タイムスケジュール 大公開



先輩ママパパの「子どもが帰ってから寝かしつけまでの勝負タイム」の過ごし方や、ワンポイントアドバイスをご紹介します。ぜひ入園後の参考にしてくださいね!

載せきれなかったタイムスケジュール・園選び体験談をWEBで公開中!



① 保育園

ニコ
(1歳8か月)時短勤務
フルタイム

- 16:00 ● お迎え
- 16:30 ● 夕食
- 18:00 ● 入浴
- 19:00 ● 就寝(子ども)
- 20:00 ● 就寝(大人)
- 22:00 ● 就寝(大人)
- 23:00 ● 就寝(大人)

保育園から帰ってきたすぐにごはんを食べたがるので、子どもの夕食は週末にまとめて作って冷凍するか、前日の夜に作っています

① 地域型

2児のマーチ
(2歳・1歳)時短勤務
フルタイム

- 17:00 ● お迎え
- 17:50 ● 夕食準備
- 19:10 ● 夕食
- 20:20 ● 入浴
- 21:15 ● 寝かしつけ
- 22:00 ● 就寝(子ども)
- 23:00 ● 大人時間
YouTube、SNS
- 23:30 ● 就寝(大人)

① 保育園

ぼぼ
(1歳)時短勤務
フルタイム

- 17:30 ● お迎え
- 18:00 ● 夕食準備
- 19:00 ● 夕食
- 20:30 ● 入浴
- 21:30 ● 就寝(子ども)
- 22:30 ● パパ帰宅・夕食
- 23:30 ● 片付け
- 00:00 ● 就寝(大人)



① 保育園

そーちゃん
(6歳・2歳・0歳)育休中
自営業

- 16:00 ● お迎え
(お兄ちゃんと一緒に)
- 17:00 ● 入浴、夕食準備
- 17:30 ● 夕食
- 20:00 ● 寝る準備開始
- 20:30 ● 就寝(子ども)
- 23:00 ● 就寝(大人)



いわい歯科医院

IWAI DENTAL CLINIC

ママの診療時にはお子さまと一緒に！
ベビーカーのまま、ママの横でお待ちいただくこともできますよ。
キッズスペースやおむつ交換台も完備!女性Dr.もお待ちしております
お口のことから子育てのこと
なんでもご相談ください阿倍野区松崎町4-4-22 翡翠マンション102号 ☎06-6654-4182
診療科目/歯科・小児歯科・歯科口腔外科・矯正歯科

ちょっと聞いて〜!

A. お風呂でYouTubeを大音量で流してお湯につかる。入眠時間を決めてよく寝ることを心がける(こてつ)

■オランダ館近くの休憩所
↓「ころころひろば」は大きなトラ
ンポリンがある。

■スタンプラリー
↓各国のスタンプがあり、コモンズ
館だけでもめっちゃスタンプを集め
られる。事前に公式のスタンプ帳を
買っておくかノートを持っていくと
よいと思います。

▼光の広場



■ポケモンのフォトスポット
↓あちこちにあるので、探すのも楽
しい。

■遊んでい館？
■GUNDAM館横のすべり台
↓万博内には光の広場
など、遊具が
複数あり！

子連れにおすすめ
スポット&イベント

パビリオン以外



■静けさの森あたりの噴き出すミ
スト
↓15分に一回地面から霧を出して
くれるのでそれだけでもおもしろい
です。子ども用の遊具も豊富でか
なり遊んでいました。
↓15分に一回霧が出る（くらげ館
の近く）。

▼いのちパークの15分間に一度出るミスト



■大屋根リング
↓広々としており、植物がたくさん
あり、海も眺められるため、都会っ
子の子どもが走り回って喜んでい
た。

↓芝生エリアは子どもがコロコロ転
がっていて楽しそうだった。
↓見るだけですごかった。
↓東ゲートから大屋根リングを抜
けたところの遊び場。

みみより
小ネタ
お役立ち情報

■TECH WORLDでは日替
わりでおみやげがもらえる。

■X(SNS)でいろんな人が作っ
ている子ども向け遊び場やスタン
プマップなどの非公式マップを印刷
して持っていましたがとても便利
でした。

■東ゲート入場待機時のみ日傘を
無料で貸してくれるので、絶対借
りた方がいい。

■つぎろーくんキッチンカー
↓軒並み物価が高く、できたての
月化粧が2000円で、それであま
りズナブル。珍しさもあって子の
満足度高かったです。

■ミyakミyakぬいぐるみくじ
■トルコアイスの販売ワゴン
↓子ども相手だとアイス受け取り
の際に遊んでくれます。

■ドローンショー
■よしもとwaraii myraii
館
↓周辺が滑らない坂のようになって
おり子どもたちがはしゃいでいた。

▼優先レーン



■大屋根リングの下にあみだくじ
が描かれている。

■パビリオンもよいですが、不定期
にやっている各国のショーは必見。

■アゼルバイジャン館の外観はとて
もいいが、中は3分くらいで終わる
ので、並ぶのはやめたほうがいいと
思う(笑)。

■外国の食べ物値段が張るけど、
万博の雰囲気を楽しむためにおい
しい！リングサイドマーケットプレ
イス西2階のアフリカ料理は比較的
空いていてとてもおいしかった！

■会場のあちらこちらにある「こ
みやく」を探してみるとおもしろ
い。かわいいのもおもしろいのもあ
る。

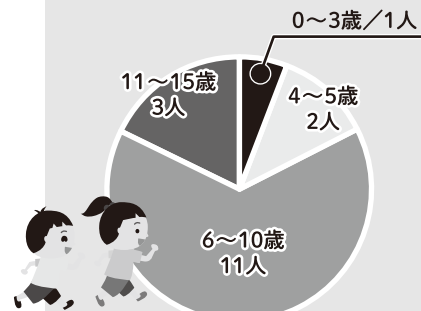
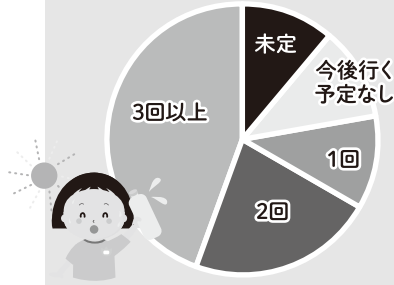
A. サッカー観戦。夜の試合の時は、どちらかが子どもを家で見、1人で現地のスタジアムに行って応援をしています。1人時間も同時にもらえるのでリフレッシュです！（どろんぼ）

子連れ

大阪・関西万博

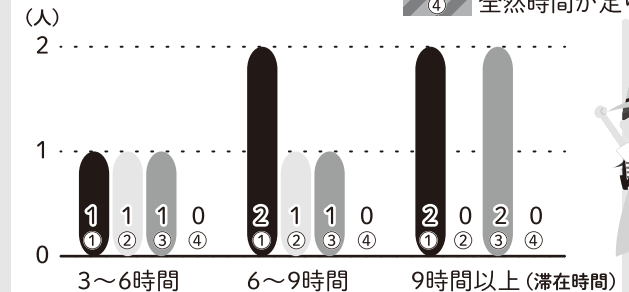
レポート

10月13日の閉幕まであと約1か月。
すでに行った方も、まだ行けていない方も、ちょっ
としたお役立ち情報を子どもと一緒に現地に行った
ままちっスタッフの生の声からお届けします！
【2025年6月29日実施／有効回答数9】

一緒にいった
子どもの年齢閉会までの
来場予定回数

滞在時間別満足度

- ① 充分楽しめた
② まあまあ楽しめた
③ もう少し時間が欲しかった
④ 全然時間が足りなかった

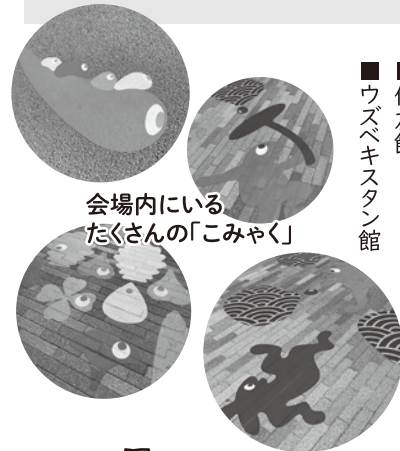


クウェート館内のプロジェクションマッピングが映る砂漠の砂▲

みんなのオススメ
パビリオン
(順不同)

スタッフ内でも名前が
1番多くあがりました

- クウェート館
■未来の都市
■シグネチャーパビリオン（クラゲ
館、EARTH MART）
■オーストラリア館
■フランス館
■ヨルダン館
■GUNDAM NEXT
FUTURE PAVILION
■大阪ヘルスケアパビリオン
■電力館 可能性のタマゴたち
■ルクセンブルク館
■関西パビリオン
■シンガポール館
■TECH WORLD
■住友館
■ウズベキスタン館

会場内にある
だくさんの「こみやく」

A. 中高時代の友だちと定期的にごはんに行っています。仲のいい友だちといっぱい話すのが一番(りんご)

 星の子館

-  のっちー（女の子（4歳と6歳の時に計2回））
-  兵庫県姫路市青山1470-24
-  車で2時間くらい
-  1日目 ホテル併設の児童館で遊ぶ、夜は天体観測。
2日目 姫路城や姫路セントラルパークホテルの目と鼻の先にある併設の児童館はかなり広く、大型ブロックやボールプール、トランポリン、さまざまな楽器や昭和のおもちゃ、体育場でサーキット、さらに屋外もあり、一日中退屈せず遊べる。
ホテル内にも小さめの児童館や卓球場があり、宿泊者は夜遅くまで利用可能。おもちゃの貸し出しがあるので部屋でも遊べる。向かいに科学館(プラネタリウム)や外遊びできる里山もあり。夜は晴れたらホテル内のすごく大きい天体望遠鏡で星を観られます。お部屋はとても広くて畳に布団なので安全です。
赤ちゃん～小学生くらいまで幅広い年齢の子が楽しめる、また年齢差のある兄弟でも楽しめる施設&ホテルだと思います。
-  子ども用が小さいならパジャマが必要かもしれません。ベビー用泡ソープも貸してくれます。

 城崎マリンワールド

-  こてつ（13歳女の子、8歳女の子、5歳女の子）
-  兵庫県豊岡市瀬戸1090番地
-  特急こうのとりで3時間
-  アジ釣りが楽しい。アジがたくさんいる池に糸を垂らすとすぐ10匹単位で釣れた。それを横の売店でアジフライに調理してもらえ。子どもも自分が釣った魚だからと食べてくれた。
-  暑い時は水筒と帽子が必需品です。

 しあわせの村

-  ななび（4歳男の子、8か月男の子）
-  兵庫県神戸市北区しあわせの村1-1
-  大阪市内から車で1時間くらい
-  大人はBBQを楽しめ、子どもは広い公園や遊具で遊べる。室内プール、広い温泉があり、小さい子が室内で遊べるスペースも少しある。宿泊の値段がホテルなどに比べリーズナブルで、1日楽しめる。
-  レジャーシート。プールや温泉を利用する人はタオルなど多めに。

イチ特集

ママ・パパも楽しめる♪

おすすめ おでかけ先



「子どもが遊ぶ場所に行きたいけど、大人も楽しみたい!」そんな家族にぴったりのスポットを地域のママ・パパに聞いてみました。近場で気軽に行ける場所から、フェリーで楽しむちょっと特別な旅まで…次のお休みのヒントに、ぜひチェックしてみてくださいね♪

-  所在地
-  移動手段と所要時間
-  おすすめポイント、どんな風に過ごした?
-  持って行ってよかったもの、持って行けばよかったもの



アドベンチャーワールド

-  2児のマーチ（11か月男の子、2歳女の子）
-  和歌山県西牟婁郡白浜町堅田2399番地
-  車で約3時間
-  友だち家族と近くのコテージを借りました。近くに新庄総合公園という子どもがよろこぶ広くて楽しい公園があり、1日目はそこで遊んで、とれとれ市場でご飯を食べました。次の日は1日アドベンチャーワールドで子どもたちは動物や乗り物を楽しみました。子連れだと自分たちが遊園地を楽しむことを忘れがちですが、ミニコースターに乗るなどママ同士も楽しめました。
-  ベビーカーは必須。眠った子どもを乗せたり、荷物を置いたりすることにも。なわとびを持って行き、コテージで大人たちのなわとび大会を開催しました。



大阪くらしの今昔館

-  けんちゃんママ（9歳女の子、5歳女の子、2歳男の子）
-  大阪府大阪市北区天神橋6-4-20
住まい情報センタービル8階
-  地下鉄で30分くらい
-  昔の街並みを実際歩くことができます。子ども向けに動物探しのワークがあり、幼稚園児と小学生は夢中で探しました。わからなかったらスタッフの方が教えてくれます。街も朝や夜に変わるのでおもしろいです。
-  手ぶらで行っても大丈夫です。





マイナス1歳から受け入れ

子ども専門の歯医者さん

女性Dr.も在籍しております

- 子どもの矯正治療・予防矯正（専門医が担当）
- 子どものお口の機能の発達不全にも積極的に対処
- 子どもの予防歯科に重点をおいています

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

駐車場8台有
住所：東住吉区 東田辺2-26-3
TEL：06-6696-7244

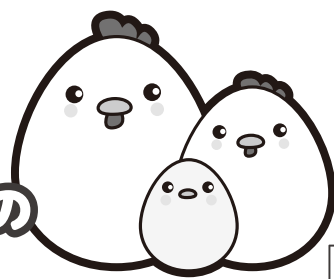


院長 藤原成樹



新米パパの育休レポート

Vol. 04



レアチーズ

PROFILE

ママと娘5歳の3人家族。
産後約7か月間育休を取得。
パパ、ママともに30代で、マ
マは妊娠を期に退職。

一方で半年以上休んだので、仕事のペースを取り戻すのは大変でした。業務の内容も微妙に変更点があったため、知識をアップデートするのにも苦労しました。

約7か月の育休期間を経て、いよいよ職場に復帰することとなりました。復帰する前はとても不安が大きかったです。仕事内容もそうですし、私が職場にいる間、母親一人で子どもをみていられるのかも気になりました。しかし子どもも以前よりは手がかからなくなりましてし（とはいえ、まだまだ大変でしたが…）、夫婦で話し合い復帰を決断しました。

復帰後の仕事面では特に時間を意識し、なるべく早く帰宅できるようにしました。育休前は残業も多かったですが、復帰後は終了時刻を意識し段取りよく仕事を片付けるようになりました。また次の日に回せる仕事は翌日に回すなど、取捨選択も上手になりました。とはいえ、やはり一番大きかったのは職場の理解があり、あまり帰りが遅くならないように配慮してもらっていたことだと思います。本当にありがたかったです。

職場に復帰！

復帰してからの生活

育休を取得してよかったことは、子どもの成長を間近で見られたことです。身体がすくすく大きくなり、ハイハイできるようになったり、おもちゃを持って遊ぶようになったり、いろいろな瞬間をこの目で見るのができました。また寝かしつけやおむつ替えにミルク作りなど、こ

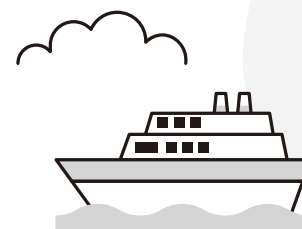
育休取得してよかったこと

娘が一歳一歳半頃のあたりから、次第に楽になってきたように記憶しています。相変わらず寝つきは悪かったですが、この頃からひとり立ちしたり簡単な単語を言うようになり、できることが増えていきました。例えば喉が渴いたときに「おーちゃー」と自分から言うてくれるようになり、どうして泣いているのかわからない！といった苦労は少しずつ減っていききました。もちろん、訳もわからず泣き喚くことの方がまだ多かったですが…。また、ときには妻に理不尽なことでもキレられ心を折られたり、口論となったこともありました。しかし夫婦で話し合い、意見をすり合わせ協力しがんばりました。

育休取得希望者へのメッセージ

今の時代ならば、育休の取得を希望すれば会社から断られることはほぼないでしょう。とはいえ、休んでいる間は他の人に負担がいくのも事実です。育休取得できて当たり前！ではなく、取らせてくれてありがとうといった謙虚な気持ちが大事です。日頃から周りの人への気遣いを行い関係性を築いておく、と、取得しやすいと思います。

私の職場では、育休取得した数か月後に別の男性社員も育休を取得しました。少しでも取得しやすい環境にできたのかと思いますし、そういう風潮がもっと広がれば良いと思っています。



読者モニターさんに聞きました！

子連れで快適♪フェリー旅 Q&A



おまつ(1歳2か月)

Q1

行った時期は？

2025年のゴールデンウィーク後半

Q2

行き先は？

北九州(門司、小倉)と大分県別府市

Q3

フェリーの所要時間は？

乗船してから到着まではおおよそ12時間。夜に出発し、翌朝に到着するスケジュールです。

Q4

なぜフェリーを選びましたか？

- ・渋滞を避けて楽に移動したい。
- ・周囲に気を使いすぎずリラックスできる。
- ・子どもの生活リズムに合わせやすい。
- ・繁忙期でも予算内に収まった。

などの理由で往復ともにフェリーを利用しました。



Q5

船内ではどのように過ごしましたか？

出発時刻が遅めなので、子どものご飯やお風呂はあらかじめすませておきました。キッズスペースや部屋で遊ばせた後は寝かしつけ。寝た後は、夫婦でテイクアウトご飯とお酒を楽しんだり、大浴場に入ったり、デッキに出て明石海峡大橋を見たりと、ゆったりした時間を過ごしました。朝はバイキングでパンや卵などを食べさせました。

Q6

持って行ってよかったものは？

- ・オフラインで見られるように動画を事前ダウンロードしておくのがおすすめです。(船内の電波は弱め)
- ・電子レンジOKの使い捨てタッパー：テイクアウトしたご飯や離乳食を温めるのに重宝しました。
- ・チェアベルト：ベビーチェアはありましたが、固定具がなかったので持って行ってよかったです。



Q7

フェリー旅のおすすめポイントは？

フェリーの客室には和室タイプの個室もあるので、小さい子どもと一緒にでも安心して過ごせますよ！

おさがり mamochi ままっち

詳細は
Instagramにて



ゆずって、買って、伝えて、
みんなが子育てを
応援できる SDGs ショップ

あべの王子商店街内エフ・
エーさろんを拠点に阿倍野
区内に数店子ども服のおさ
がりを無人販売しています。

時々おさがりグッズ
おゆずり企画もあります。



大浴場でパネル展

天然温泉「湯処あべの橋」さんの大浴場
で、まち絵本のパネル展を開催！
フォトスポットの他、まち絵本やおさがり服
も販売。ぜひお越しください。

2025年
9/5(金) ▶
9/24(水)



会場 **湯処あべの橋**
大阪市阿倍野区阿倍野筋1-7-25
あべのグラントウル低層棟1F
営業時間 **15:00~23:00(最終受付 22:30)**
定休日 **毎週木曜日・第3水曜日**

昭和町

ふらっとひろば ままっち - 昭和町 -



妊婦さん、0歳~概ね3歳未満
阿倍野区阪南町2-7-12
(大阪メトロ昭和町駅より徒歩5分)
平日9:30~14:30 (土日祝除く)

西田辺

ままっちひろば - 西田辺 -



妊婦さん、0歳~3歳未満
阿倍野区昭和町5-10-3
(大阪メトロ西田辺駅より徒歩2分)
平日9:30~14:30 (土日祝除く)

天王寺

こそだてらす cosodaterrace



0歳~2歳
あべのキューズモール2階
キューズランドベビー
平日10:00~14:00 (土日祝除く)

利用
無料

小さなお子さんが親子で遊べるひろばです

ひろばの詳細やイベントの内容は
ひろばホームページから ▶▶



こそだてらすの様子や
最新情報はこちら ▶▶



STAFF'S VOICE

■初めての子育て。出産直後は、無事に産まれたことで安堵の気持ちが強かった。退院する当日、朝から目が腫れるほど泣いた。不安が大波のように押し寄せたのだ。「母親になった」と、自覚した瞬間でもあった。あつという間に半年が過ぎた。いろいろなあった。けれど今、育児を楽しんでいる私がいる。子を通して出会った友だちや先生との出会いにより、育児への不安が軽減され、みんなで子育てしていくことの大切さを噛み締めていると感謝したい。(あやな)

■妹と同年の子ともがいてよく育児の話で盛り上がり。妹は4歳と一歳双子の3兄弟のママ、結婚出産を機に関西を離れ四国で子育て中。双子だし慣れない土地で大変だろうなと思うのですが、上の子の保育園送迎時に近所の方が家に来て双子を見てくれたり、親戚でもないけど育児で困ったときに助けてくれるやさしい方がいるそうです。都会ではなかなか難しいけれど、そういう地域の方とのつながりってすてきななと思いながら、妹を助けてくださっている方に本当に感謝しています。(ななび)

ご感想を
お寄せください♪



●編集・発行／一般社団法人codomotoままっち

※本紙95号は掲載されている企業や医院、お店などの協賛によって賄われています。

今号のスポンサー／いわい歯科医院、niconaボディメンテナンスラボ、ふじわら歯科、RAKUTO天王寺校(敬称略)

●問い合わせ先／info@codomoto.jp