

ままちっち

mamachicchi

あべの・ひがしすみよしエリア

vol.97
2026.03.01

公園特集

おすすめ公園クチコミ&おでかけアンケート

ご存じですか? てんしはの

「てんしは+」^{プラス} 「ぶっくぶっく」

公園遊びをスマホに残そう!

プロ風に撮影するコツ



プチ特集

親子の毎日がラクになる!

ポジティブ行動支援 (PBS)

いってみせ (住吉)
帝塚山めん処いし井

連載 vol.2
あい先生のおくち相談室

お知らせ
なにわ人形芝居フェスティバルに
出店します!

ちょっと聞いて〜!
家事の時短アイデア



おすすめ公園クチコミ & おでかけアンケート

地域のママ・パパが、おすすめの公園や子どものおでかけについて教えてくれました！参考にしてみてくださいね。



紙面に載せきれなかった内容はWEBで公開中！
<https://codomoto.jp/colum/20260301/>



おすすめ公園クチコミ

阿倍野近隣

金塚ふれあい西公園
旭町3-3-18



遊具があるところと小高い丘になっている遊歩道、グラウンドがあり散歩にも最適。季節の果実の木があり、どんぐりはさまざま種類が常にとくさん落ちていて、それを探しながら歩くのも楽しい。大きいカエデの葉や木の実に手で自然遊びができた、大好きな公園です(ぐりこ)



聖天山公園
松虫通3-12

幅広い年齢の子が楽しめる遊具があり、広さも大きい



万代池公園
住吉区万代3-17

めなので混雑にくい。トイレや水場もあるので安心して出かけられる(しろくろ)



祖父母が1歳半の娘を連れて行ってくれたのですが、広いのに小さいのすべり台、池もあり、鳥を見て喜んでいたりと言っていました！平日の午前中に行ったらときは人が少なかつたようで、安心して散歩できたようです(aachan)

桃ヶ池公園
桃ヶ池町1

広いので、遊具の取り合いになりにくい。子どもも走り回ったり、なわとびや小さなボールで遊びやすい(2児のマーチ)



美章園公園
美章園2-13

大きい遊具がたくさんある(あべのく大好きママ)



お休みの日の少し遠めおでかけに！

蜻蛉池公園
岸和田市三ヶ山町大池尻70-1



他の公園にはない遊具がたくさんあって、しっかり身体を動かして大人も楽しめる。自然が多く虫もたくさんいるので、いろんな遊びができる。近くに道の駅があるので、野菜や果物も買える(梅ぼし女)

深北緑地
大東市深野北4-284

車で行く必要はあるが、公園内に坂などがなく移動がしやすい。公園の中に3か所子ども向けの遊具があるので、晴れなら一日中遊べそう(たこ焼きマントマン)



Q1C ちよつと遠い公園に行くときの1はち

カップラーメンとお湯を水筒に入れて持っていく。小さい子ならうどんやコーンスープなど。おにぎりを作っていくか、防災食のアルファ化米もおすすめ(梅ぼし女)

おやつとジュースと水分補給用の水を持参。お昼に差しかかるときは近くのお店で調達(2児のマーチ)

昼ごはんをどこで食べるか、何を食べるか調べておく(ななし)

レジャーシートやおにぎりを持っていく。飲み物とおかず類は前日夜に買うことが多い。ランチボックスに詰めるだけ、もしくはスパーのお惣菜パックのまま持っていく(笑)(たこ焼きマントマン)

Q2C ワンオペで公園へ行くときの持ち物&心構え

できれば狭い公園、入口が1か所しかなく車道沿いでない公園を選ぶ(ふ子ども2人)
自分も子どもも動きやすくて汚れてもいい服、ビニール袋やウェットティッシュ、ばんそうこう、ちよつとしたおやつを常備しています(かぼちゃ)

Q3C 雨の日の過ごし方

カッパと傘、長靴でお散歩に行ったらすこく楽しかったらしく、雨のたびに誘われてこっちのパワーがないときは困った(ぐりこ)

カッパ、長靴、傘をさして1歳半ごろからおさんぽしていました。アーケードのある商店街をひたすら歩いて、ちよつと買い物してお店の人とおしゃべりもできて気分転換できる。段ボールをたくさんもってきて、家やお店を作る。おままごとなどのごっこ遊びは意外と楽しい(梅ぼし女)

(雨の強さにもよるが)ガレージで少しだけ走らせる。他家でもおもちや&お絵かきなど(aachan)

家のテレビでYouTubeを見る。やめたいとは思いつつ...(ななし)



お花見公園

におおすすめ

クチコミ掲載!

- codomoto.jp
- 新阪南公園 阪南町3-34
- 桃ヶ池公園 桃ヶ池町1
- 長池公園 長池町1-10
- 桑津北公園 桑津1-12
- 長居公園 長居公園1-1
- 住吉公園 住之江区浜口東1-1-13
- 浜寺公園 堺市西区浜寺公園町

いわい歯科医院
IWAI DENTAL CLINIC

ママの診療時にはお子さまも一緒に！
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.もお待ちしています
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

「ともに子育てをする」「できた！」の喜びを感じられる保育

病児対応型

保育所ピーチランド

入園随時受付中
詳細はお問い合わせください

ホームページ

大阪市東住吉区山坂4-1-2 TEL:06-6609-2255

A. プロに外注する。1年に1回だけ、水回りだけ、とかでもプロにお願いすると信じられないくらいきれいになるし、その後の掃除が格段に楽になる！来てもらう前に不要なものを捨てたりするいい機会にもなります(WORK HARD)

Q.「仕事の時短アイデア」

施設情報

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

住所
天王寺区茶白山町5-55

最寄駅
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、阪上町線「天王寺駅前」駅各駅から徒歩すぐ

8月の「てんしば夏祭り」では、やぐらを建てて盆踊りを開催しました。ミスト状の水をまく「スプラッシュタイム」や、有料ですが手持ち花火もできお子さんに人気です。夏場には水遊び広場も設置しており、さらに、年間を通して、スポーツ、音楽やダンス、飲食イベントなど、さまざまなイベントを開催しています。

0〜2歳向けだと、昨年の「魅力ぎゅぎゅつとマルシェ」ではハイハイレースを実施しました。「ぶっくぶっく」でも定期的な読み聞かせイベントなどを企画していきたいと思っています。



子ども向けのイベントはどんなものがありますか？

近鉄不動産株式会社
小林さん・山條さんに

てんしば
について
お話を伺いました!



てんしばのような場所にしていきたいですか？

MEMO

2025年の来園者数は年間700万人を超えたそう。皆さんに愛される、いつ来ても楽しい「にぎわい・憩い」の場にしていきたいという思いがひしひしと伝わってきました!



取材を終えて

子どもを出産してから、てんしばには本当にたくさんお世話になっています。10年前は有料だったと知り、今の姿との違いに一番驚きました。この10年で、担当者の皆さんの努力やアイデア、熱い思いが積み重なり、いつ訪れても安心・安全で楽しく過ごせる場所になっているのだと感じます。心から感謝しています。これからもヘビーユーザーとして、たくさん利用したいです(スタッフ:はるちゃん)

日常でてんしばに来られる方にとって利用しやすい場所にしたいです。てんしばは家族連れでの利用がとても多いです。店舗もあるので商業施設のように見られることも多いですが、芝生をメインに「憩い」を感じられる場所にしたという思いがあります。小さな子どもたちから大人になっても利用してもらえる場になればうれしいですね。

昨年夏から設置している「みずのおえかきひろば」もすべて手作り。このような細かい取り組みを重ねて、てんしばを愛される場所にしていきたいです。



利用者の大多数がファミリー層で、私たちのような子ども連れ家族が過ごしやすい公園作りをしてくださっていると知り、うれしかったです。色とりどりのお花で飾られたフラワーハウスは、2歳の娘の大的お気に入りです。その奥にあるフォトスポットは、スマホを置いて自撮りができ、よく利用しています。なかなか家族写真を自分たちで撮れないので助かっていて、今年の年賀状の写真はここで撮ったものを使わせてもらったくらいです。今後は、芝生でのピクニックや、水遊び広場の利用などにもチャレンジしてみようと思います。子連れにやさしい公園を提供してくださって本当にありがとうございます(モニター:みかん)



スタッフはるちゃんのおすすめアプリ



おでかけ先でオムツ交換台・授乳室を探せる!

ママパパマップ

https://mamamap.jp

「ママパパマップ」はオムツ交換台・授乳室のある施設を、現在地からすぐ探せる、子育てサポートアプリ。地図上のアイコン表示とクチコミで、初めての場所でも安心して利用できます。検索機能もついているので、とても便利です。赤ちゃんや、小さな子どもをお世話するすべての人に、ぜひ使ってほしいアプリです。

ちょっと聞いて〜!

A. 洗濯乾燥機の導入。洗濯物を干す・取り込む作業がなくなり、とても楽になりました。ベランダを開ける必要がなくなったので、上部に鍵を付けて子どもの事故防止にもつながってよかったです(マンション9階暮らし)



ご存じですか?

てんしばの「てんしば+」「ぶっくぶっく」



2024年秋てんしばに誕生した「てんしば+(プラス)」とシェア本棚「ぶっくぶっく」、利用されたことはありますか? 子連れにうれしいポイントをモニターさんと取材してきました!

「てんしば+」は男女トイレ、多目的トイレ、授乳室、バス待合からなる施設です。もともとはホテル事業に使用していた場所でしたが、コロナ禍で休業。そのままホテルとして再開する選択肢もありましたが、子育て世代がよりてんしばを利用しやすいよう、1階部分を全面改装し、授乳室と子連れで使いやすいトイレを備えた施設として2024年11月にオープンしました。

授乳室は女性専用とパパも入れる男女共用の2種類あり、どちらにもオムツ交換台と調乳用温水器を完備。女性用の授乳室には中にカーテンで仕切られた個室が2つ



あります。女性用トイレはベビーカーごと入れる広い個室が4室。ベビーカーが多いことから、個室のスペースを広々と取っています。オムツの自動販売機もあり、オムツ(パンツ型M・Lサイズ)とおしり拭きを購入可能です。



天王寺動物園の出口近く、てんしばi:naの屋根のあるスペースにシェア本棚「ぶっくぶっく」みんなのほんだな」が設置されています。本棚には絵本から小説まで公園利用者から寄贈された本がずらり。「ぶっくぶっく」の本は芝生エリアやてんしば内の店舗に持ち込み可能。家に持ち帰ることはできませんが、芝生でくつろぎながら本を楽しめます。

絵本のラインナップももっと増やしていきたいと考えています。誰でも寄贈可能なので、読まなくなった絵本があったら寄贈してみてくださいね。寄贈ボックスは「ぶっくぶっく」の本棚横と「てんしば+」に設置されています。



ちょっと聞いて〜!

A. 余裕のあるときに半端野菜やお肉やうす揚げをカットして、アイラップで小分け冷凍。特に冷凍きのこは何にでも使えてとても便利(りんご)

親子の毎日がラクになる!

ポジティブ行動支援 (PBS) 特集

「また叱っちゃった…」 「これでいいのかな？」
 子育ての中で、そんなふうに立ち止まる瞬間ってありますよね。
 今回の特集では、子どもの行動を無理に変えようとするのではなく、環境や関わり方に目を向けることで、親子の毎日をラクにする「ポジティブ行動支援 (Positive Behavior Support :PBS)」をご紹介します。今日から取り入れられる3つのステップと専門家コラムを通して、少し肩の力を抜いた子育てのヒントを一緒に見つけましょう♪



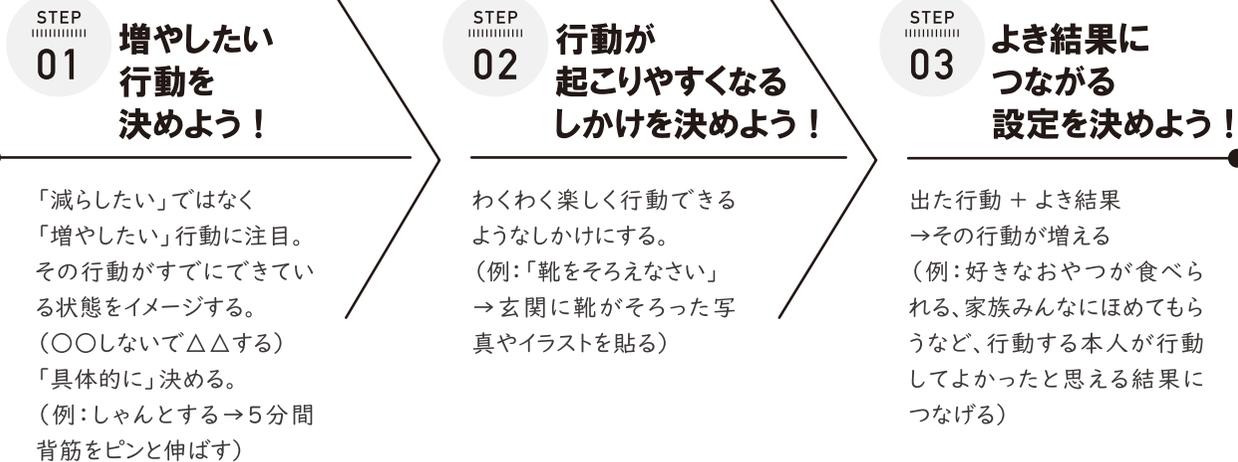
座談会開催

ポジティブ子育てのススメ

近畿大学准教授の対香奈子先生をお招きし、ポジティブ行動支援 (PBS) とは何か、子育てにどのように取り入れられるのかについて学びました。具体的な困りごとを例に、日常ですぐに実践できる関わり方や声かけの工夫について先生から助言をいただき、参加モニターさんたちの理解を深める機会となりました。



ポジティブ行動支援 (PBS) の3ステップ



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

卒業されたママさんたちの変化! 体重以上に見た目が変わる!

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)

無料託児付き♪ ママと同室で安心♪ nicona産後

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

07 ちょっと聞いて~! A. パジャマの着替えをなくしました。幼稚園がある前の日の晩の着替えは幼稚園用の私服にしました。朝に着替えなくてもいいので、時短と余裕が生まれます(こつ)

公園遊びをスマホに残そう!

プロ風に撮影するコツ



スマホ写真は、ちょっとしたコツを知りだけで失敗がぐんと減ります◎
 いつもの公園時間をあとから見返したくなる思い出の一枚に残してみませんか?

Mizue profile
 新聞社で写真・動画を撮ったり、時々記事を書いたりする仕事をしています。
 0歳と2歳の男児の母。

CHECK! 01 子どもと同じ目線で
 大人が立っている高さからシャッターを押してしまうと、写真に写る子どもが中途半端に小さくなりがち。かがめないときは、思い切ってスマホを逆さまにしてみよう。レンズの位置が下がるので、子どもの表情がしっかり写せます。

CHECK! 02 背景はなるべくシンプルに
 せっかく撮れたかわいい写真も背景によっては台無しに。公園にある看板などはなるべく入らない角度を探します。

CHECK! 03 構図を工夫
 被写体(子ども)を写真の中央に持つてくるのではなく、少し左や右にずらしてみよう。もし中央に持つてくる場合は思いっきり近く、または離れてみるなど強弱をつけることが大事です。

番外編
高さを生かす
 あえて子どもの真上近くから撮影すると、体に比べ顔が大きく写り迫力のある写真になります。

遊具の形を生かす
 子どもが遊具の間隙から覗いてきたらシャッターチャンス!写真に変化をつけたいときにおすすめ。

CHECK! 04 太陽(光源)の位置を意識
 撮影者の影が写真に入らないよう太陽の位置を意識しましょう。

CHECK! 05 スマホのカメラ設定を確認
 スマホのカメラには露出(明るさ)を調整できる機能があります。iPhoneなら「ポートレート」モードを活用すると、背景がふんわりぼけて子どもの表情が引き立ち、プロ風の写真に!

勉強に **ハマっちゃう子を育てたい**

年中さんからの『**キンダーキッズコース**』
 無料体験実施中!

就学前、「何かさせた方がいいのかな?」「このままで大丈夫かな?」と迷っていませんか。

そんなママのための、ゆるやかな学びの場

日時 原則 第3火曜日 10:00~11:15
 対象 新年少~新1年生くらいのお子さんを持つママ

住所:阿倍野区天王寺 06-6623-8115 平日13時~17時 阿倍野区阿倍野3-3-2 1階

06 ちょっと聞いて~! A. 朝ごはん、うちでは冷凍焼きおにぎりや野菜スープ、具沢山のうどんなどが定番です。スープやうどんは1週間分をまとめて作り、保冷容器に入れて冷凍しています。レンジでチンして出すだけなので楽です(ゆうち)

ミ ニ コ ラ ム

子どもの困った行動 を変える鍵は 「環境」にあり?!



性格や発達の問題をすぐに変えるのは難しいですが、「環境」なら

「ここで言う環境とは、行動が起こった瞬間の状況のことです。たとえば、お母さんの「お風呂に入ろう」という声かけや、泣いたことで入浴が先延ばしになったという結果も、環境の一部です。

「まだお風呂に入りたくない!」と泣きわめく、お友だちに手が出てしまう、集団行動が苦手……。子育ての中で、わが子の行動に「困ったな」と悩む場面は多いものです。ついイライラして厳しく叱り、後で自己嫌悪に陥る。そんな経験、私自身も母として数えきれないほどしてきました。

工夫次第で変えることができます。子どもの行動を「変えるべき問題」と捉えるのではなく、「環境を整えることで解決の糸口を探る。ポジティブ行動支援(PBS)は、そのような子育ての悩みを解消するヒントが詰まった実践法です。環境が変われば、子どもの行動が変わるきっかけになります。まずは一歩、希望を持ってできることから一緒に取り組んでみ



おおつい かなこ
大対 香奈子さん

近畿大学准教授。博士(心理学)。学校でのPBSやコンサルテーションを専門とし実践・研究を行う。公認心理師。学校心理士。「おくりあい」の代表としてもPBSの普及に努める。



大対さんが代表を務める「おくりあい」のInstagramもチェックしてみてくださいね!

<https://www.instagram.com/okuriai.pbs/>



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



A. お風呂掃除の洗剤をこすらずによいものに変え、スポンジを柄付きのブラシに変えることで、日々のお風呂掃除が格段に楽&時短になった(風呂嫌いの母)

Case 03 6歳女の子ママのお悩み



イヤと言えず兄弟に譲ったり、お友だちの遊びに合わせてしまうことが多く、自分の気持ちを言えなくなるのでは、と心配です…

STEP 01

増やしたい行動

自分の気持ちを伝える。相手に合わせるだけでなく、断ることもできるようになる。

STEP 02

行動が起こりやすくなるしかけ

自分がどうしたいかを言う練習を重ねる。例えば、飲み物・食べ物の選択肢を増やして自分で選ぶ機会を増やす。「どうしたかったの?」と気持ちを聞いてあげる。どう言えばいいのかをロールプレイしてあげる。

STEP 03

よき結果につながる設定

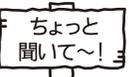
「自分のやりたいことができたらいいね」と本音に沿った行動ができていることをほめる。友だちのことをイヤだなどと思う気持ちを「イヤだと思っちゃったんだね」と受け止めてあげる。イヤな気持ちを紙に書いて破る、など社会的に受け入れられる対処法で寄り添う。



座談会参加者の感想

先生の「相手を変えたいなら、まず自分から」という言葉が印象的でした。子育てにおいても、子どもに対して言動をどう変えるべきなのかを考えさせてくれました。家族が笑って過ごせる秘訣がたくさんで、早速取り入れています!(3色だんご)

大対先生のわかりやすいお話で、1時間あっという間でした。PBSは段階に分けて考えるので、実践しやすそうです。自分は特に具体的にほめるということができていなかったと反省。今後、PBSと子どもに選択させるということを意識して子育てしたいと思います(かぶとむし)



A. 大鍋で野菜やお肉をまとめて煮込み、途中で野菜だけ取り出してポテトサラダやマカロニサラダの具にしたり、最後まで煮込んだものはカレーやシチュー、ミネストローネに味変して、冷凍や作り置き用にストック(トリプルMA)



PBSの3ステップ 実践編

Case 01 2歳男の子ママのお悩み



電車で目的地前の駅で降りたがり、かんしゃくを起こしてしまいます…

STEP 01

増やしたい行動

電車の中で機嫌よく過ごす。

STEP 02

行動が起こりやすくなるしかけ

簡単な手遊びなどのゲームをする。おもちゃに夢中になっているうちに目的地に到着するようにする。

STEP 03

よき結果につながる設定

「最後まで静かに乗れてえらかったね!」と具体的にほめる。シールを貼ってあげる。

Case 02 3歳男の子ママのお悩み



登園後にグズグズ甘えてしまい、自分で身支度をしないんです…

STEP 01

増やしたい行動

登園後の準備を自分でする。(自分でバッグをロッカーに入れる、上着・帽子をかける、シールを貼る)

STEP 02

行動が起こりやすくなるしかけ

目標タイムを設定する。「弟のお手本になってあげてね」と声かけをする。

STEP 03

よき結果につながる設定

「自分でできたのはすごい!」「さすがお兄ちゃん!ママ助かる!」と声をかける。動画で家族に共有し、ほめてもらう。

あい先生の おくち相談室

歯科医師として歯科診療に携わりながら、「未来の子どもたちの笑顔に貢献する」という思いで一般社団法人HEALTHY ORAL PROJECTを立ち上げ、活動している尾形愛先生。「お口からみる全身の成長」をテーマに講演や指導を続けられています。

第2回は妊娠期から大切なことを教えていただきます。



プロフィール profile

大阪市住吉区出身。歯科医師として多数のクリニック勤務の後、一般社団法人HEALTHY ORAL PROJECT設立し、セミナーや講演活動を行う。2026年2月に住吉区にて「SEED DENTAL CLINIC」を開業。

Instagram



website



vol.2

**お腹の中から
始まるお口の成長**

妊娠期から
新生児期に大切なこと

こんにちは。SEED DENTAL CLINIC 歯科医師の尾形愛です。突然ですが、みなさんは「赤ちゃんの歯医者さんデビュー」はいつ頃だと思いますか？ 「歯が生えてからかな？」と思われる方が多いかもしれませんが、実は私は妊娠中から、つまり「マイナス1歳」から始めてほしいと考えています。

ママのお口の健康が大切
また、妊娠中はホルモンの影響で歯ぐきが腫れやすく、歯周病になりやすい時期でもあります。実は重い歯周病は、早産や低体重児出産のリスクを高めることが分かっています。

赤ちゃんの歯の成長
赤ちゃんの歯の成長は、歯の芽は、妊娠7週頃というとても早い時期から作られ始めます。まだお腹も目立たない頃から、赤ちゃんのお口の成長はスタートしているのです。

赤ちゃんにとって
質の良い睡眠のために
また正しい姿勢でしっかり飲めると、自然とお口が閉じて鼻呼吸ができるようになります。鼻呼吸は、風邪予防やぐっすり眠るためにもとても大切。質の良い睡眠は、赤ちゃんの成長を大きく支えてくれます。

赤ちゃんが生まれたら、今度は「お口の使い方」を育てていきます。赤ちゃんにとって哺乳は、実は人生最初の筋トレ。舌や顎をしっかりと動かすことで、歯並びや呼吸の土台が作られます。これは哺乳瓶でも同じこと。哺乳瓶の選び方も歯科でお話できるので、気になる方はぜひ相談してください。

「お口」は、食べる・呼吸する・話すという生きる力の入り口です。授乳がうまくいかない、お口がいつも開いている、いびきをかくなど、気になることがあれば、ひとりで悩まず歯科医師に相談してください。

赤ちゃんが生まれたら、今度は「お口の使い方」を育てていきます。赤ちゃんにとって哺乳は、実は人生最初の筋トレ。舌や顎をしっかりと動かすことで、歯並びや呼吸の土台が作られます。これは哺乳瓶でも同じこと。哺乳瓶の選び方も歯科でお話できるので、気になる方はぜひ相談してください。

赤ちゃんが生まれたら、今度は「お口の使い方」を育てていきます。赤ちゃんにとって哺乳は、実は人生最初の筋トレ。舌や顎をしっかりと動かすことで、歯並びや呼吸の土台が作られます。これは哺乳瓶でも同じこと。哺乳瓶の選び方も歯科でお話できるので、気になる方はぜひ相談してください。

赤ちゃんが生まれたら、今度は「お口の使い方」を育てていきます。赤ちゃんにとって哺乳は、実は人生最初の筋トレ。舌や顎をしっかりと動かすことで、歯並びや呼吸の土台が作られます。これは哺乳瓶でも同じこと。哺乳瓶の選び方も歯科でお話できるので、気になる方はぜひ相談してください。



帝塚山めん処 いし井



阪堺電車の帝塚山三丁目駅を降りてすぐのところにある「帝塚山めん処いし井」さんに行ってみました。タレント「ラサール石井」さんのお兄さんが経営し、現在は娘さんご夫妻が店主を引き継ぎ、地域の人々に愛され35年になります。

店内はいつも子ども連れの家族から老夫婦まで、あらゆる世代の常連客でにぎわっています。元気な子どもの声が飛び交い、大人のお客さんもよくしゃべります。よい意味で子どもが少し騒いでも気にならないのが、子連れには安心です。お店の奥にはゆったりとした座敷席があり、小さい子どもは靴を脱いでくつろげるのがうれしいポイント。バンボや幼児用いすも完備、入口には絵本があり、子ども連れに配慮してくれています。

家族連れでにぎわうお店

素材へのこだわり

いし井さんの味といえば、なんと言っても深みのあるおいしい出汁でしょう。6種の素材の出汁は「いし井の出汁」として販売もしている人気商品。またいし井さん手製のうどん、そばも絶品です。うどんは大麺か細麺か選ぶことができ、小さい子どもとシェアするときには細麺がおすすめのこと。野菜なども国産のものを使っています。キッズメニューはありませんが、お惣菜に麺とかやくごはんが付いたボリュームある定食をシェアしたり、単品のおにぎりなどがあるので十分。年末には年越しそばをテイクアウトできたり、恵方巻きなど季節ごとのメニューがあるのもうれしいです。



帝塚山めん処 いし井
住吉区帝塚山東1-12-10
06-6675-9608
水曜日
11:30-14:30
17:00-21:00
@tezukayama_ishii



とにかくお客さんが「おいしかった」と笑顔になってくれることがうれしいのだそう。また、お客さんの赤ちゃんだった子が幼稚園に上がり、いつしか高校生になり、と家族のように成長を見ることができると、うれしい、と話してくれました。店主夫妻には一番上は中学生になる3人の子もがいるため、お客さんの子どもへの対応もとても上手。店主の奥様から一言。「子連れでも大丈夫かな？とか全く気にせず連れてきてくださいなね！」（みかん・三色だんご）

やりがい、思い入れ

A. 野菜など冷凍できるものは、カットして冷凍しておく。または市販の冷凍カット野菜を使う。ハンバーグは多めに焼いて、冷凍しておく。とんかつはパン粉をつけて、多めに作り、揚げる前段階で冷凍しておく(はるちゃん)

A. 浴室の排水溝の受け皿を備え付けからステンレスのものに、備え付けの棚は全て外しマグネットで壁に付けられるカゴに取り替えたら、お風呂掃除がめっちゃくちゃ簡単&時短になった(りんご)

なにわ人形芝居フェスティバルに出店します!

日時 2026年 4月5日 日

時間 10:00~15:30

開催エリア 一心寺界隈~下寺町

子ども縁日場所 **大蓮寺**
大阪市天王寺区
下寺町1丁目1-30



大阪・天王寺に人形劇団・パフォーマーが大集合!人形劇もマルシェも楽しめるフェスティバル♪

ままちちは「子ども縁日」をテーマに出店します!小さなお子さんでも楽しめる縁日やワークショップ、キッチンカー、スイーツ、絵本などの販売も。ぜひ遊びにきてくださいね。



公式 HP



子ども縁日

昭和町

ふらっとひろば
ままちち
- 昭和町 -

西田辺

ままちちひろば
- 西田辺 -

天王寺

まちとみんなとこどもとひろば
こそだてらす
cosodaterrace



小さなお子さんが親子で遊べるひろばです

利用
無料

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)

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)

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)

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

■3人の子どもたちとにぎやかに過ごしています。いつも子どもを優先しがちなので、「自分を大切に」という目標をもち、自分を後回しにせず、趣味や自分時間を作ることが心がけています。

■昨年、夫婦の趣味である登山に子どもたちも一緒にに行きました。ルート決めや山ご飯の準備など、子どもがいるとまた違った登山を楽しむことができ、子どもの成長に驚かされました!「次は山頂で星を見た!」とのこと、夏は家族で山小屋泊を計画中です♪

(3色だんご)

■2歳と0歳の子どもを育てています。イヤイヤ期に片足を突っ込んだ上の子は、最近オムツを替えるか聞くと必ず「いやー!だ!」との返答が…。そんな時は、オムツに上の子が好きな絵を描いたり、「下の子にオムツ替えるお手本を見せて」と声かけを変えるとノリノリで「いいよー!」と言ってくれました。子どもだけでなく、私も楽し〜く過ごせるような声のかけ方を試行錯誤中です。遊び心を忘れずにこれからもっと子育てを楽しんでいきたいです!

(あやちゃん)

●編集・発行/一般社団法人codomotoままちち

※本紙97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、整体nicono、ふじわら歯科、保育所ピーチランド、RAKUTO天王寺校(敬称略)

●問い合わせ先/info@codomoto.jp

ちょっと聞いて~!
回答はこちらから



◀ 次回のちょっと聞いて~!お題/
「家族・周りの人にしてもらってうれしかったこと(家事・育児編)」