

春

2025 子育て通信 Vol. 91

【編集】

宝塚市子ども未来部
子ども家庭支援センター
〒665-0867
宝塚市売布東の町 12-8
Tel. 0797-85-3862

インデックス

P1:【きらきらひろば紹介】
P2:【きらきらひろばの相談日】
P3:【じゃがいものパンケーキ風レシピ】
【絵本紹介】
P4:【講座紹介】

遊びにおいでよ！きらきらひろば

心地よい気候の中、ちょっとしたお散歩気分で「きらきらひろば」に遊びに来ませんか。
市内在住の0歳～3歳くらいの未就園児と保護者が自由に遊べるスペースです。ハイハイができるコーナーや年齢に合ったおもちゃがあります。授乳室もあります。
常時、保育士がいますので、気軽に育児やお子さんの相談もできますよ。
初めての方は登録をお願いします。

【利用できる日時】 平日 10:00～12:00、13:00～17:00 【休】第1・3 火曜日、年末年始

ままごとコーナー



今にも食べたくなるようなフェルトのパンや果物があるよ。パーティー？お弁当作ってピクニック？

赤ちゃんのおもちゃコーナー



ポットン落とし、ガラガラなど、赤ちゃんが喜ぶおもちゃがたくさんあるよ。

ハイハイクライマー

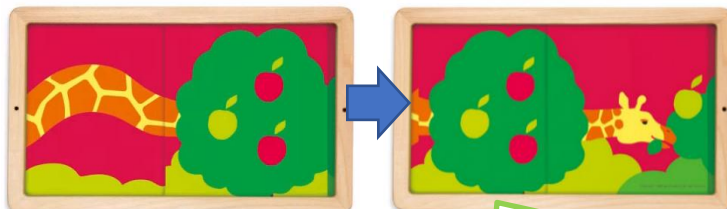


『ハイハイクライマー』のぼったりくんだり、体をいっぱい動かそう！

2024年にきらきらひろばに新しく仲間入りしたおもちゃをご紹介します



『ボールプール』
全身でボールの感触を楽しもう！



『スライドパネル』
イルカ、カニ、トラなどのかわいいイラストのパネル。左右にスライドさせると絵が変わるよ。
和室にあります。

キッズコーナー ※プレイコーナーから名称変更しました。

【利用できる日時】

月～金曜日 9:30～17:00

土・日・祝 9:00～17:00

【休】第1・3火曜日、年末年始

市内在住の0歳～未就学児と保護者が自由に遊べるスペースです。きらきらひろばは平日だけの開館ですが、こちらは土日祝もあいていますので、ぜひお気軽にご利用ください。



きらきらひろばの相談日

お子さんのことで何か「困ったな」と思うことがあったら、専門家に相談できます。何回でも相談できるので、きらきらひろばに遊びに来たついでに気軽に相談してくださいね。

(※各日程5名程度)

	助言者	相談内容(例)	予 定	時間	事前予約
育児相談	ひろば保育士	子育て、年齢に応じたおもちゃ、遊び等について	随 時	10:00～12:00 13:00～17:00	不要
	子そだてサポート ひかり 相談員 (臨床心理士・社会福祉士)	子どもや家族に関する相談について	3/25、4/22(火)	14:00～15:00	不要
			5/27、6/24(火)	10:30～11:30	
妊娠・授乳・ 卒乳・離乳食 (栄養)相談	助産師と管理栄養士	授乳、卒乳、離乳食の進め方等について	3/5、4/2、 5/7、6/4(水)	10:30～11:30	不要
			3/12、4/9、 5/14、6/11(水)	14:00～15:00	
発達相談	子ども発達 支援 センター	理学療法士 運動発達で気になることについて	5/15(木) (年3回)	14:30～15:30	要
		言語聴覚士 言葉の発達で気になることについて	3/14(金)、7/4(金) (年3回)	10:30～12:00	要

※都合により、日時を変更することがあります。



宝塚市
子ども家庭支援センター

※きらきらひろば

※親子育てグループへの支援

※産後・育児支援ヘルパー派遣事業

※成長過程別子育て講座の開催

※子育て情報の提供

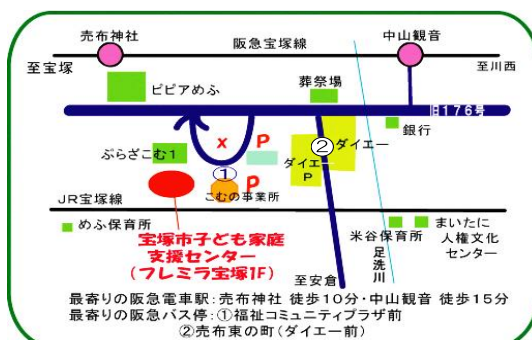
子ども家庭支援センターは
地域子育て支援拠点事業を
行っています。

※就学前子育て相談

(平日 9:00-17:30)

★専用電話

0797-85-3865



～子ども家庭支援センターが発信する子育て情報～

宝塚子育て・子育てガイド

「たからばこ」

2025・2026 年版

宝塚市 HP の ID
1000570



「きらきら子育て
LINE」

妊娠から3歳までの
お子さんの成長に関
する情報をお届けし
ます



「Instagram」

宝塚市の子育て支援情報
について投稿しています。
わらべうた等の動画配信
(第1・3火曜 10:30 投稿)
もぜひ見てくださいね♪



おすすめレシピ

妊婦さん向けの「ちょっとスペシャルな妊婦さん講座」で、管理栄養士さんがご紹介しているレシピです。手軽に作れて栄養のあるメニューです。ぜひ、作ってみてくださいね。

☆ じゃがいものパンケーキ風 ☆

材料 (2人分)

じゃがいも…2個 にんじん…長さ5cm分 ニラ…1/3束 とろけるチーズ…1枚
梅干(はちみつ漬け)…1個 サラダ油…大さじ1 小麦粉…大さじ1

作り方

- ① じゃがいもは皮をむいて、スライサーでせん切りにする。(水にさらさない)
- ② にんじんもスライサーでせん切りにする。
- ③ ニラは5cmに切る。
- ④ 梅干は種を取り、細かく切る。
- ⑤ ①～④と適当にちぎったチーズ、小麦粉を混ぜ合わせておく。
- ⑥ 熱したフライパンにサラダ油を入れ、⑤を入れてフライ返しでぎゅっと押し付けながら形を整え、中火で焼き目がつくまで焼く。裏返して蓋をし、弱火にして2～3分焼く。



絵本大好き

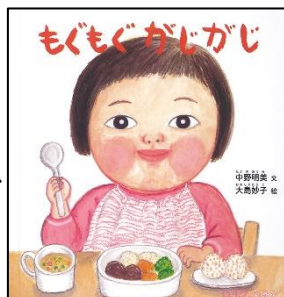


0～2歳向け

『もぐもぐがじがじ』

中野 明美／文 大島 妙子／絵
福音館書店

「もぐもぐ がじがじ ごっくん。」同じリズムを繰り返しながらこどもたちがおいしそうにごはんを食べている様子が描かれています。何を食べているかな、じょうずに食べられるかな、などお子さんとやりとりしながら読んであげると、ごはん時間が待ち遠しくなりそうです。



3～4歳向け

『おひさま ぽかぽか』

笠野 裕一／作
福音館書店

春になってあたたかくなったら、おひさまの陽にあたっておひるねしたくなりますね。おひるねが好きなのはみんな同じ。ねこが「ふわー」っとおおきなあくびをしてふとんにねころがると、おばあちゃんもごろん！いろんな動物たちもつられて「ふわー」。ぎゅうぎゅうなかよくおひるねする姿がほほえましい絵本です。



(このコーナーは、市立図書館司書が担当しています)



地域に発信する子育て講座のご案内

妊婦さんから概ね15歳までの子どもを育てている方を対象に、子どもの発達（育ち）に添った関わり方を講義や意見交換を通して学び、日々の子育てに活かせる講座を各地域で開催しています。

今後、予定している講座は下記のとおりです。（いずれも参加費無料）



子ども家庭支援センターの
講座申し込みはこちら
宝塚市公式 LINE アカウント
[イベント・広報
→予約受付フォーム]

（市外局番は、0797 です）

★の講座には、
一時保育があります

講座名	内 容	対象者	日程・会場 (広報掲載月)	主催・連絡先 電話・(FAX)
ちょっと スペシャルな 妊婦さん講座	助産師が、季節ごとの出産準備(衣類選びなど)や過ごし方についてアドバイスします。	妊婦 (パートナーとの 参加も歓迎)	5/28 プレミア宝塚 (4月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
	管理栄養士が、妊娠期から離乳食を見越した「食事・栄養」についてアドバイスします。		6/25 プレミア宝塚 (5月号)	
なるほど！ “産前・産後” あかちゃん講座 ～臨床心理士と 学ぶ 親子の きずなづくり～	臨床心理士によるお話。 ①温かい親子関係をつくるコツ ②赤ちゃんの心理学 ③産後のパパの役割、ママの役割 (2回連続講座)	妊婦 (パートナーとの 参加も歓迎)、 生後1～4か月 児の保護者	5/24・31 プレミア宝塚 (4月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
お母さんのため の骨盤ケア ～産後ママの 骨盤体操～	バランスボールを使って子どもと一緒にからだを動かしながら産後の心身のケアをしましょう。参加者同士の子育ての情報交換や交流もあります。	生後2～8か月 児と母親	5/26 プレミア宝塚 (4月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
新米ママ・パパの ふれあいタイム	初めての子育てで困っていることはありませんか？ 助産師・栄養士など専門家がアドバイスします。 親子ふれあい遊びも取り入れた和気あいあいとした講座です。 「そろそろお友だちが欲しいな」という方にもおすすめです。 (2回連続講座)	第1子で 生後3～ 12か月児と 保護者 (初参加の人)	4/12・19 御殿山児童館 (3月号)	御殿山児童館 85-5155 (85-1121)
			5/15・22 安倉児童館 (4月号)	安倉児童館 86-1762 (86-1764)
			6/4・11 わかさ保育所 (5月号)	地域子育て 支援センターすこやか 73-1133 (77-3096)
			6/17・24 米谷保育所 (5月号)	地域子育て 支援センターすくすく 84-0063 (81-2717)
もぐもぐ かみかみ タイム	離乳食完了期からの食事で困っていることはありませんか？ 栄養士による離乳食完了期から幼児食初期に向けてのアドバイスや相談。保育士による親子遊び、参加者同士のフリートークタイムでお友達を作りましょう。	第1子で 生後11か月～ 1歳6か月児と 保護者	6/4・9 プレミア宝塚 (5月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)
★親子ふれあい 講座 ～イヤイヤ期をうまく のりこえよう！～	イヤイヤ期まっさかりの時期！親子遊び、交流などを通して子育てのヒントを見つけましょう (4回連続講座) (きょうだいの保育については要相談)	1～3歳児と 保護者 (初参加の人)	6/6・13・20・27 子ども館 (5月号)	山本山手子ども館 89-3322 (89-3322)
			6/20・27・7/4・11 野上児童館 (5月号)	野上児童館 76-4501 (76-4443)
★幼児期から 学齢期の 知っとこ！ セミナー	幼児期や学齢期に入って、子どもとの距離を感じていませんか。聞きたい！話したい！そんなあなたのための講座です。 (3回連続講座)	3歳～小学生の 保護者	5/9・16・30 プレミア宝塚 (4月号)	子ども家庭 支援センター 85-3862 (85-3886)

♥ 手話通訳・要約筆記を希望される方は、開催日の2週間前までに
各主催者へ来館または(FAX)でご連絡下さい ♥

申し込み日時は、
広報掲載月で
ご確認ください。



『地域に発信する
子ども家庭支援センター
のプログラム』
(宝塚市 HP)