

あいっくだより キラ★キラ

令和7年
11月号

ともだち登録してね！

*市公式 LINEアカウント

*ホームページ

河内長野市 キラキラねっと

検索

★このおたよりは、毎月初めに子ども・子育て総合センター あいっくが発行しています。

おでかけわくわく広場
「天見の遊歩道をおさんぽ」予約
不要天見駅に集合して、近くの遊歩道を、みなでお散歩
してみませんか？

対象 未就学の親子

日時 11/6(木) 10:30～正午 ※雨天中止 ※予約不要

※10:20に南海高野線「天見」駅に集合してください。

※駅周辺に駐車場はありませんので、公共交通機関で
お越しください。

ひとり親家庭の交流会

\小学生OK！/

予約
不要ひとり親家庭で育児中の保護者が集まり、情報交換をしま
しょう。小学生も一緒に参加できます。母子・父子自立支援
員も参加しますので相談もできます。対象 ひとり親家庭で育児中または、ひとり親家庭の情報がほし
い保護者と小学6年生以下の子ども(保護者のみの参加可)

日時 11/23(日) 10:15～11:45 (受付10:00)

※予約不要

場所 あいっく 子ども交流ホール



初めてパパママになるみなさんへ！

プレママ・パパの
もく浴教室と「あいっく」見学助産師と一緒に赤ちゃん人形でもく浴を練習します。「あいっく」がどんなところか見
に来てみませんか？ママのみ・パパのみの参加も大歓迎☆

<日程> 12月13日(土) 10:30～12:00

<場所> 子ども・子育て総合センターあいっく (ノバティながの北館5階)

<対象> 初めてママパパになる市民(ママのみ・パパのみの参加も可)

<定員> 4組(抽選)

<申込> 市公式LINEで申し込む(ともだち登録後「あいっくメンバー登録」必要)
または、電話であいっくへ(0721-50-4664)

※申込〆切：11/9(日)



<申込はこちら>



親子でホップ

申込
必要

親子でふれあい遊びや遊具あそび(ミニトランポリン・すべり台など)を通して、「たのしい!おもしろい!できた!」を実感し「もっとしたい!」というきっかけを作りませんか?保護者同士の交流もしましょう。

対象 市内在住の1歳6か月～おおむね2歳の未就園の子どもと保護者

日時 11/25(火)、12/9(火)

10:00～11:30 2回シリーズ

場所 あいっく

定員 12組(抽選)

<申込はこちら>



<申込>11/9(日)まで



みんなでステップ!!

申込
必要

「秋を楽しもう!どんぐりや枯葉を使ってあそぼう」

就園前におともだちと過ごす中で、色々な経験をしてみませんか?今回は、秋の自然物をつかった制作と、リズムあそびをして楽しみましょう♪

対象 市内在住の2歳以上の未就園の子どもと保護者

日時 11/20(木)

10:00～11:45

場所 あいっく

定員 20組(抽選)

<申込はこちら>



<申込>11/9(日)まで



<育児講座> 私らしい子育て 「こどももあなたも大事」

申込
必要

子育ての中で、なんだかうまくいかないな~と思ったり、イライラしてしまったり。他の子や他の人の子育てを見て少しもやもやしたり…。この講座では、お互いの話を聞いたり「私」のこともたくさんおしゃべりしましょう。

対象 市内在住の1歳～おおむね3歳までの子どもの保護者

日時 11/27(木)、12/4(木)

10:30～12:00 2回シリーズ

場所 あいっく

定員 10人(抽選)

※未就学の子どもの一時的保育あり(定員8人)

<申込はこちら>



<申込>11/9(日)まで



おでかけハローワーク相談 (個別) (フリー)

申込
必要

あいっくで子どもを遊ばせながら、これからの働き方や子育てとの両立、仕事探しの方法などをハローワークのスタッフに相談してみませんか。個別相談とフリー相談があります。

対象 市内在住の未就学の子ども保護者

日時 11/28(金)

10:30～11:30 個別相談(要申込) *定員3人(抽選)

11:30～12:00 フリー相談(わくわく広場にて)

場所 あいっく

<申込はこちら>



<申込>11/9(日)まで



<育児講座>

親子で楽しむベビーマッサージ

申込
必要

みんなで交流しながら、誰でもできるマッサージを楽しみましょう。両親での参加も大歓迎です。

対象 市内在住の首がすわった7か月までの赤ちゃん保護者
(両親での参加も可)

日時 12/2(火) 10:30～11:45

場所 あいっく 子ども交流ホール

定員 8組(抽選)

<申込はこちら>



※参加費:500円(オイル代)

<申込>11/9(日)まで



<育児講座>

体がかかるくなるピラティス

申込
必要

ガチガチのからだをほぐして、心もからだも整えましょう。初めての方でも安心して参加していただけます。

対象 市内在住の妊娠16週～34週の妊婦と、未就学の子ども保護者

日時 11/18(火) 10:30～12:00

場所 あいっく 子ども交流ホール

定員 10人(抽選)

※未就学の子どもの一時的保育あり(定員8人)

<申込はこちら>



※持ち物:ヨガマット(お持ちでない方はあいっくまで)

<申込>11/9(日)まで



申込方法マーク



…LINE(あいっくメンバー登録必要)



…電話



…スタッフに直接

問合せ
申込み

子ども・子育て総合センターあいっく 〒586-0015 河内長野市本町24-1 ノバティながの北館5階
TEL.0721-50-4664 FAX.0721-50-4665 (受付:水曜日を除く毎日・10:00～17:30)



LINEで申し込む方法

①河内長野市公式LINEアカウント
「河内長野市役所」ともだち登録



②子育て

↓
あいっくメンバー登録



③あいっくメンバー
限定メニュー
↓
イベント



ゆめっく



わくわくひろば

0歳から就学前の子どもと保護者が自由に遊べる広場です。子育ての気になること・心配ごとの相談もできます。

対象 市内在住の妊婦と0歳～就学前の子どもと保護者

場所 ゆめっく(保健センター3階 集団相談室)

時間 10:00～15:00

※10/28、11/25は10:00～13:00



★日程は下記の通り(右QRコードからも確認できます)

※大阪南医療センターの一般駐車場をご利用ください。

駐車券をお持ちください。

※飲食はできません(ミルク・お茶は可)。

＜問合せ＞ゆめっく(保健センター内) TEL.0721-55-4141

11月

4(火)、6(木)、7(金)、13(木)、15(土)

17(月)、18(火)、20(木)

25(火) 10:00～13:00

28(金)、29(土)

12月

1(月)、2(火)、4(木)、11(木)、13(土)

15(月)、16(火)、19(金)、22(月)

23(火) 10:00～13:00

25(木)



ベビータイム★ヨチヨチタイム

予約不要♪

赤ちゃんとの初めてのおでかけにおすすめのイベント！月齢の近い親子で、安心して子育ての話をしたり、自由に交流ができる広場です。身長・体重の測定もできます♪妊婦さんも大歓迎★

☆対象外のきょうだいの参加はできません。

☆オムツ交換シート、赤ちゃんを寝かせるバスタオルを持ってくるください。



ベビータイム

対象：市内在住の1歳未満の子どもと保護者

●場所：あいっく(子ども交流ホール)

11/3(祝) 祝日のためお休み

11/7(金) 10:00～11:30

11/21(金) 13:30～15:00

12/1(月) 13:30～15:00

12/5(金) 10:00～11:30

12/19(金) 13:30～15:00

●場所：☆ゆめっく☆(保健センター内)3階 集団相談室

11/14(金) 13:30～15:00

12/12(金) 10:00～11:30

*ちょこっと講座
「離乳食を進める時のポイント」

12/23(火) 13:30～15:00

ヨチヨチタイム

対象：市内在住の9ヶ月～1歳6ヶ月の子どもと保護者

●場所：あいっく(子ども交流ホール)

11/3(祝) 祝日のためお休み

11/7(金) 13:30～15:00

11/21(金) 10:00～11:30

12/1(月) 10:00～11:30

12/5(金) 13:30～15:00

12/19(金) 10:00～11:30

●場所：☆ゆめっく☆(保健センター内)3階 集団相談室

11/14(金) 10:00～11:30

*ちょこっと講座
「歯科健診・仕上げみがきの
体勢について」

11/25(火) 13:30～15:00

12/12(金) 13:30～15:00

◆☆ゆめっく☆(保健センター内)へお車で越しの方は、大阪南医療センターの駐車場(病院に向かって左側入口のタイムズ駐車場)をご利用ください。駐車券は、☆ゆめっく☆(保健センター内)までお持ちください。エレベーターまたは階段で3階集団相談室へお越しください。

◆このイベントに関するお問合せはあいっくまでお願いします。





地域の遊び場☆子育てサロン

自宅の近くで、こどもと保護者が集える場所として、地域の方々が「子育てサロン」を開催しています。



場所	主催	対象	日時
松ヶ丘公民館 (老人常設集会所)	松ヶ丘自治会福祉委員会 松ヶ丘自治会	松ヶ丘在住の5歳以下のこどもと保護者(原則)＊小学生が立ちよる場合もあり	第2金曜日・14:00～16:00 第4金曜日・14:00～16:00
清見台楠清会館	清見台福祉委員会	地域を問わず未就学の子と保護者	第1水曜日・10:00～11:30
北青葉台自治会館	北青葉台福祉委員会	地域を問わず未就学の子と保護者	第4木曜日・10:30～12:00
小山田自治会中央集会所	天野・小山田地区民生委員児童委員 小山田小学校区福祉委員会	小山田小学校区の未就学の子と保護者	第4水曜日・10:00～11:30
サニータウン自治会館	緑ヶ丘福祉委員会	緑ヶ丘在住の未就学の子と保護者	第2金曜日・10:00～11:30
南花台コノミヤテラス	南花台3丁目福祉委員会 南花台福祉委員会	地域を問わず未就学の子と保護者	11/10(月)・10:00～12:00 第3日曜日・10:00～12:00
老寿やすらぎ千代田公民館	千代田東地区民生委員児童委員協議会	市内在住の0～3歳の子と母親	11/25(火)・10:00～11:30 「ママ向けピラティス」 ＊申込：11/1～11/10まで ☎090-5909-9998 奥西主任児童委員 ☎090-8534-1886 日備野主任児童委員



子どものための ふれあいテラス

コノミヤ南花台店2階で開催♪子どもたちのための楽しい遊び場です。

場所：南花台コノミヤテラス(黄色の部屋)

対象：地域を問わず就学前の親子

日時：毎週 月曜日・木曜日

10:00～12:00 **※祝日はお休み**

※おむつ交換台・ベビーベッドをご利用の方はバスタオルをお持ちください。

※飲食はできません(水分補給は可)



子育てわいわいルーム

公民館で親子で自由に遊べる広場です♪予約は不要です。

日時：三日市公民館…11月12日(水)

10:30～12:00

老寿やすらぎ千代田公民館…11月21日(金)

10:30～12:00

※駐車場には限りがあります。



つどいの広場

ふあんふあ～れ三日市

住所：上田町161 TEL：0721-63-7242

日時：毎週火・木・金曜日と、10日(月)、17日(月)

10:00～15:30 **※祝日はお休み**

<イベント情報>

- ・13日(木) 11:30～ 「ゆみ先生と音楽を楽しもう！」
- ・21日(金) 11:00～ 「みんなでストレッチ体操！」

ほのぼのルーム大矢船

住所：大矢船中町3-11 TEL：0721-62-3501

日時：毎週月・水・木曜日 **※祝日も開催 ※就園児童の利用可**

10:00～15:00

<イベント情報>

- ・6日(木) 「保健師さん健康相談」～正午
- ・13(木) 「絵本でスマイルキャラバン隊」11:00～30分程度
- ・6日(木)、17日(月) 「プレママ見学会・あかちゃん優先day」
【対象】妊婦さんと、1歳の誕生日月までのお子さんと保護者

★毎回、マグネットシアター・手遊び・絵本の読み聞かせなども。
詳細はインスタグラムで。

<問合せ> 子ども・子育て総合センターあいっく

〒586-0015 河内長野市本町24-1 ノバティながの北館5階
TEL.0721-50-4664 FAX.0721-50-4665

