



## 産後ママのほんわかタイム

①2月25日(水) ②3月24日(火) ※いずれも午後1時30分～3時。内子育てや産後ケアの情報交換、交流会など対市内在住の6ヶ月以下のこどもを持つ母親※こども同伴可。第2子以降の人は託児あり。定5組(先着)※初参加者優先。  
申問①東加古川子育てプラザ441-0500  
②加古川駅南子育てプラザ454-4189

インスタグラムで発信中!

かこがわ子育てネット  
@kosodate\_kakogawa



子育てイベント情報をチェック▶



ほかにもいっぱい!

## 子育てINFO /

加古川駅南/  
東加古川  
子育てプラザ



志方児童館



ファミリー  
サポート  
センター

加古川駅南子育てプラザ 454-4189

## 安心・まんぷく離乳食講座

①1月27日(火)午後1時30分～2時30分 対市内在住の1歳未満のこどもと保護者※きょうだいの参加は要相談。定20組(先着) ￥300円 申問1月7日から同施設

## 多胎児の保護者の皆さんへ「フォンダンショコラ作り」

②2月13日(金)午前10時～正午 対市内在住の小学生未満の多胎児の保護者※6ヶ月以上のこどもは託児あり。定9人(先着) ￥500円 申問1月21日から同施設

ファミリーサポートセンター 424-9933

## 保護者説明会・登録DAY

①2月6日(金)・12日(木)①午前10時～正午 ②午後1時30分～3時 ③午後3時～4時30分 ②2月18日(水)④午前9時30分～11時 ⑤午前11時～午後0時30分 ⑥午後2時～4時 場加古川駅南子育てプラザ 対市内在住か在勤で、小学生以下のこどもを育てている人定①⑥各6人(先着)※一時保育有り。②～⑤各1組(先着)。申問1週間前までに同施設

とき 場ところ 内容 対象 定員 費用 持ち物 申し込み 問い合わせ

※費用の記載がないものは無料です。申し込みの記載がないものは申し込み不要です。

リフレッシュできる  
「自分の時間」を作りたい

ー子育てで不安を感じるのはどんな時ですか。

家にいることが多く、話し相手が夫だけになります。外部の情報が入らず不安になります。自分の育児が正しいのか答え合わせができないのも不安ですね。ー東加古川子育てプラザにはよく来られますか。

家の近くにあるので時々利用しています。月齢の近いこどもを持つママたちと悩みを共有したり、アドバイスをもらったりして勉強になります。

ーどのようにリフレッシュしていますか。  
周囲の人の協力の下、積極的に自分の時間を作るようになります。月に一度は夫にこどもを任せてエステに行ったり、実家にこどもを任せて夫婦で時間を過ごしたりすることもあります。昔の友人とお茶をするのもリフレッシュになります。  
ー今後どのように子育てをしていきたいですか。  
上手く息抜きしてこどもと向き合いたいですね。母子ともに健康で楽しく過ごしていきたいです。



今月のファミリー  
松野 麻莉菜さん  
ゆのな  
優穂ちゃん  
(平岡在住)

地域の園児が集まる公園  
シンボルはタコの遊具



別府町中島町11 ◆問い合わせ/公園  
緑地課 427-9271 ※周囲に駐車場がないため、公共交通機関を利用して下さい。

かこすくひ  
3月

なかじま公園は別府川の東岸にあり、地域では「たこちゅう公園」の愛称で親しまれている公園です。

公園に入って目にするのは大型リート製のタコの遊具でしたが、令和7年3月にリニューアルされて大型の赤いタコの遊具に。昔からの思いが受け継がれています。

公園内の整備された大きなグラウンドは、こどもと一緒にボール遊びや犬の散歩なども楽しめます。寒い日が続きますが、たまには暖かい室内ではなく、思いっきり外遊びを楽しみませんか。



幼児用のブランコも。足を固定できるかごがあるので小さいこどもでも安心。



藤棚の屋根がある休憩所。  
元気なこどもたちは椅子の上に整列。



幼稚園の帰りに寄り道して遊ぶ定番スポット。  
みんなで仲良く遊具で遊ぼう。

加古川市の  
子育て情報は  
こちら！



くわしくは  
31ページ

くわしくは  
こちら

子育ての相談

※対象者には個別に  
知します。転入などで届  
かない場合はお問い合わせ  
ください。

健診名	4ヶ月児 健康診査	10ヶ月児 健康診査	1歳6ヶ月児 健康診査	3歳児 健康診査
対象	4・5ヶ月	10・11ヶ月	1歳6ヶ月～ 1歳11ヶ月	3歳2ヶ月～ 3歳11ヶ月
ところ	ウェルネージ かこがわ	指定 医療機関	ウェルネージ かこがわ	ウェルネージ かこがわ

申問市ホームページかこがわ保健課 427-9216

※ あるものは、「かこがわオンライン申請システム」で手続きができます。11ページの二次元バーコードから。

未就学児向け  
子育て情報

令和8年1月号

