

# ギ ュ ッ と

令和5年8月号

いざ！という時にあわてないために…「My 防災」

## 今のうちに考えとこっ！

クレオ大阪子育て館のある大阪市北区では、地域特性を踏まえて住民が災害時にどうすればいいか考える手がかりをまとめたガイドブック『大阪北区ジシン本』を作成しています。また、それを活用した防災基礎講座を実施しています。

災害時にはなかなか冷静な判断はできないものです。

普段から避難経路や避難先で起こることを想像し、選択肢を考えておきましょう！

防災対策には正解がありません。自分や家族にあう防災取り組み「My 防災」を自ら考え、備えることこそ災害を生き抜くための近道です。

### ＜関連セミナー＞「気づき」「行動」の促進

#### 大阪北区ジシン本 防災講座

#### 「大災害時の備えと心構え」

北区を襲う水害や地震被害想定を参考に災害をイメージし、事前の備えについて体験を通して学びます。

日時：9/27(水) 19:00～20:30

申込：HP・FAX・電話・窓口

定員：40名（申込先着順）

講師：亀井 伸幸さん

（大阪市北区防災サポーター・淀川管内河川レンジャーアドバイザー）

共催：大阪北区ジシン本事務局

（一般社団法人あおぞら湯）

どこで災害にあうかはだれにもわからない

こんな本はいかがですか？

『**防災のやっちはいけない**』 株式会社青春出版社 2020年発行

災害から命を守るには、正しい防災対策が必要不可欠です。

にもかかわらず、間違った知識を持った人の何と多いことか…

例えば

- ・強いゆれに襲われたとき、すぐにとるべき行動は？
- ・エレベーターの中で地震にあった場合、脱出するための有効手段は？
- ・冠水した道を非難する際、適した靴は何？
- ・備蓄しておきたい1人1日分の水の量は？
- ・寝室のカーテンは閉めて寝る？ 開けて寝る？

具体的な防災対策について、二択のクイズ形式により、興味を持って読み進められます。

やっちはいけないことが理解でき、安全に行動できるようになるはず！！

図書



# 相談

授乳や離乳食のことがよく分からない、発育や発達の心配、反抗期の接し方が分からない、子育てに悩んだり、疲れた時にはひとりで悩まずお気軽にお電話ください。子育て相談の子どもの対象年齢は0歳～18歳です。



●電話相談・面接相談予約【06-6354-4152】

●面接相談(要予約)

●メール相談

●専門面接相談(要予約)[小児科医・児童精神科医・臨床心理士]



## \*ベビママサロン\*

月1回、同じ月齢ぐらいの赤ちゃんを遊ばせながら、ママたちと情報交換をしています。

ちょっとした心配事は保育士や小児科医に相談することもできます。

対象：2カ月～1歳6カ月までの親子

～サロン参加者の感想～

お母さんたちとお話できて、また前向きに育児がんばろうと思えました。

## 9月のおすすめセミナー&講座

知っておきたい！

### 0・1歳パパの育児講座

パパが子育てを楽しむために、子どもとの関わり方や急な病気やケガへの対応を学びます。

同じ年頃の子を持つパパ同士の交流も楽しみましょう。

日時：9/2・16(土) 14:00～16:00

申込：HP・FAX・電話・窓口

対象：0・1歳の子どもの男性保護者

定員：20名(申込先着順)

講師：新谷 まさこさん

(子育てと仕事.com 代表 看護師・保育士/#8000 相談員)

一時保育有(無料・申込締切8/23)

～しごとと子育て応援講座～

### 「小1の壁」ってなあに？ 知ろう・備えよう

乳幼児を持つママ&パパにとって気になるキーワード「小1の壁」。

実態が分からずイメージだけで不安になっていませんか？

「わが家の場合」を想定し、今からできる準備や対策について考えてみましょう！

日時：9/24(日) 14:00～15:30

申込：HP・FAX・電話・窓口

対象：テーマに関心のある方

定員：30名(申込先着順)

講師：鴨谷 香さん

(大阪経済大学 教育・学習支援センター准教授)

一時保育有(無料・申込締切9/14)

【発行・お問合せ】

クレオ大阪子育て館

〒530-0041

大阪市北区天神橋 6-4-20 (7階)

電話 06-6354-0106/FAX 06-6354-0277

URL <https://www.creo-osaka.or.jp/north/>

開館時間 平日 10時～21時

土日祝日 10時～17時

12/29～1/3は休館

発行日 令和5年7月26日

クレオ大阪子育て館  
ホームページ

