

**クレオ大阪子育て館** **3月3日(土)** 10:30~12:30

**パパとフッキング**  
～パパと作ろう! 簡単料理～

身近な食材で作る簡単なレシピです。料理初心者のパパも、得意なパパもお子さんと一緒にチャレンジしてみませんか。フッキングで、親子のコミュニケーションもバッチリ!

**対象** 3歳以上の子どもと父親  
**講師** 溝口 幸希 (料理講師)  
**備考** ・材料費: 1組800円  
・包丁を使用します。配慮が必要な場合はお申込時にお知らせください

**定員** 12組 (締切後抽選)  
**締切日** 2月21日

**クレオ大阪子育て館** **3月9日(金)** 13:30~15:30

**離乳食講座**  
～食べることはたのしいこと! 幼児食にむけてステップアップしよう～

離乳食には慣れてきたけれど、栄養のバランスやレシピのマンネリ化など悩みはつきませんね。自分の意思が出てきた赤ちゃん楽しく食事をすするヒントや、献立の広げ方のコツを現役ママの管理栄養士から学びましょう。(実習はありません)

**対象** おおむね9か月～1歳6か月の赤ちゃんの保護者  
**講師** ふじい くみこ (管理栄養士)  
**備考** 受講動機をお書きください

**定員** 30名 (締切後抽選)  
**締切日** 2月27日

**クレオ大阪子育て館** **13月10日(土) 23月17日(土) 33月24日(土)** 10:30~12:00 全3回

**発達障がいってなんだろう**  
～行動の気になる子どもの子育て～

子どもたちの特性や抱える困難への理解を深め、より良い育ちについて学びましょう。

①発達障がいってなんだろう～気になる行動の考え方～  
②家庭でできること～感覚と運動の視点から～  
③発達障がいから二次障害へ～医療の関わりから～

**対象** 子どもの発達に気になる保護者、子育て支援者  
**講師** ①井上 芳子 (エルムおおさか所長)  
②有吉 正則 (兵庫医科大学リハビリテーション学部講師)  
③木下 直俊 (ひょうごこころの医療センター部長)  
**備考** ・希望する回をお書きください  
・共催: 大阪府障がい者支援センターエルムおおさか

**定員** 各回30名 (締切後抽選)  
**締切日** 各回10日前

**クレオ大阪子育て館** **3月25日(日)** 14:00~16:00

**プレママ・プレパパ応援講座**  
～ママもパパも子育てを楽しもう～

もうすぐ生まれてくる赤ちゃん。生まれたらどんな生活が始まるのか、楽しみの反面、不安も少し...という初めて出産を迎えるママ・パパを対象に、出産までに気をつけたいことや心構えなどを学びます。

**対象** 大阪市内在住で初めてママ、パパになる方 (受講時に概ね妊娠6～8か月の方)  
**講師** 大阪府助産師会助産師

**定員** 40組80名 (締切後抽選)  
**締切日** 3月15日

**掲載セミナーの申込方法**

**ホームページ**

<http://www.creo-osaka.or.jp>  
クレオ大阪ホームページに掲載の各館の「主催講座・セミナー」からお申込みいただけます。

**ファックス**

セミナー名、郵便番号、住所、名前(ふりがな)、性別、年齢、電話番号およびファックス番号を明記し、開催館までお送りください。ファックス1枚につき、原則として1名・1セミナーの受付となります。

**電話・来館**

各セミナーの開催館までお申し込みください。

**掲載セミナーの申込みについて**

●大阪市内在住・在学・在勤の方が対象です。(その他の対象は各セミナーの詳細をご覧ください) ●イベント及びセミナーの受講料は無料です。 ●一時保育があるセミナーで、一時保育希望の方は、申込み時に子どもの名前(ふりがな)・生年月(西暦〇年〇月生まれ)をお書きください。保育人数には定員があります。 ●手話通訳があるセミナーで、手話通訳の必要な方は、申込み時にその旨をお書きください。 ●セミナーによって、「先着順で受付けるもの」、「申込み締切後に抽選し、結果をお知らせするもの」があります。各セミナーの詳細でご確認ください。

●クレオ大阪中央・西・南・東の保育料 ●クレオ大阪子育て館の保育料

子どもの年齢	保育料 (子ども1人1回あたり)	子どもの年齢	保育料 (子ども1人1回あたり)
1歳0か月～3歳未満	800円	3か月～小学3年生	無料
3歳0か月～就学前	500円		

**一時保育マーク**



(一時保育あり・要申込)

**手話通訳マーク**



(手話通訳あり・要申込)

相談は無料・秘密厳守です

**クレオ大阪中央**

**女性の悩み相談**

離婚、職場やご近所での人間関係、将来への不安など女性の悩みを女性相談員がお聴きします。  
(専門面接相談)  
●カウンセリング ●法律相談 など

**電話相談専用番号**  
**06-6770-7700**  
クレオ大阪女性総合相談センター  
06-6770-7730 (総合受付)

**相談時間** 火曜日～土曜日 10:00～20:30  
日曜日・祝日 10:00～16:00

**クレオ大阪子育て館**

**男性の悩み相談**

仕事や夫婦関係など身近な人間関係の悩み、生き方など、男性の悩みを男性相談員がお聴きします。  
(相談例)  
●突然、妻から離婚したいと言われ、どうしたらよいかわからない  
●妻からDVと言われた。すぐカッとなるところを克服したい  
●思春期の子どもとの付き合い方に悩んでいる  
●職場でうまくコミュニケーションがとれない  
●学校でいじめられてつらい

**電話相談専用番号**  
**06-6354-1055**

**相談時間** 毎週金曜日 19:00～21:00  
第3日曜日 11:00～17:00  
面接予約受付電話番号 06-6770-7723  
火曜日～土曜日 10:00～20:30  
日曜日・祝日 10:00～16:00

**大阪市配偶者暴力相談支援センター**

夫・恋人などからの暴力に悩んでいませんか?  
一人で悩まずに、まずは相談してください。

最寄りの警察署や各区役所DV相談窓口でも配偶者からの暴力に関する相談ができます。  
緊急の時は110番へ

**DV相談専用番号**  
**06-4305-0100**

**相談時間** 月曜日～金曜日(祝休日、年末年始を除く)  
9:30～17:00