

クレオ大阪 子育て館 日時 2月13日 土曜日 10:30～13:00

50歳からの男性料理入門セミナー

初心者でも簡単においしくできる料理を学びましょう。準備から片づけまで一人で作業するので、自宅実践するときにも自信が持てます。料理はまったく自信がない…という方もこの機会にはじめてみませんか。今回は、きちんと出汁をとっての料理に挑戦です！

対象/50歳以上の男性
定員/12名(多数抽選)
講師/男の料理塾セミナー修了生グループ
締切/2月3日(水)
備考/材料費800円

クレオ大阪 中央 日時 3月19日 土曜日 11:00～13:00

俺流レシピ塾
～「男のカンタン料理レシピコンテスト」の受賞料理をつくる～

大阪市男女共同参画普及啓発事業「男のカンタン料理レシピコンテスト」を受賞した、誰にでも簡単に手軽につくれるレシピを使った調理実習を行い、完成した料理を試食しながら互いに交流します。料理初心者の方も大歓迎です！

対象/男性
定員/16名(先着順)
講師/協力:なにわ男の料理倶楽部
締切/一時保育3月9日(水)
備考/受講動機をお書きください
教材費800円 持ち物:エプロン、手ふきタオル、ふきん

子育て クレオ大阪では、ママやパパをはじめ、家族、地域社会などいろいろな人が支え合い、子育てしやすい環境づくり、ネットワークづくりを進めていきます。

クレオ大阪 南 日時 2月11日 木曜日(祝)、19日 金曜日
1日10:30～13:30 2日13:30～16:30

子育て安心塾③
とことん時短! ごはんとおかたづけ

「毎日の子育てが大変で、将来のことを考える時間がない!」そんな子育て中のドタバタ暮らしに、少しのゆとりを生み出す工夫をご紹介します。1日目の調理実習は、ご夫婦でもご参加いただけます!

対象/子育て中の方
定員/25名(先着順)
講師/宮本 弥生(大阪城南女子短期大学 現代生活学科 准教授)
石黒 順子(大阪市しごと情報ひろばマザーズ カウンセラー) ほか
締切/一時保育2月2日(火)
備考/材料費500円

クレオ大阪 子育て館 日時 3月27日 日曜日 14:00～16:00

プレママ・プレパパ応援講座(体験編)
～パパもママも子育てを楽しもう～

もうすぐ生まれてくる赤ちゃん。赤ちゃんが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/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)
定員/40組80名(多数抽選)
講師/大阪府助産師会助産師
締切/3月17日(木)

クレオ大阪 西 日時 ①3月13日 ②3月20日 日曜日 14:00～16:00

おとな男子力
～第一印象UP! 大作戦～

①姿勢スッキリ、颯爽と歩く～“ありのまま”にカッコよさプラス!
②なんで会話がきかぬ?～“モード”を変えてみませんか?

対象/男性
定員/各回20名(先着順)
講師/①上田 恵子(イメージコンサルタント・あし育スタイリスト) (1歳～就学前)
②吉岡 俊介(シニア産業カウンセラー・キャリアコンサルタント)
締切/一時保育(先着6名)2月26日(金)
備考/申込の際は、ご希望の回をお知らせください
[1回だけ][2回とも]いずれの参加も可

男性の悩み相談
男性が抱える悩みに男性相談員が応じます。

「妻からDVといわれた。カッとするところを克服したい」「思春期の娘とのつきあい方に悩んでいる」「職場の上司とうまくいかない」「学校でのいじめが辛い」など、仕事や夫婦関係などの身近な人間関係の様々な相談が寄せられています。しんどい、つらいと感じたら、お電話ください。

電話相談 専用電話 ☎06-6354-1055
毎週金曜日19:00～21:00 第3日曜日11:00～17:00

面接相談 予約受付専用電話 ☎06-6770-7723
毎週金曜日19:00～21:00 第3日曜日11:00～17:00
※予約受付時間
火～土曜日 10:00～20:30 日・祝 10:00～16:00

面接場所 クレオ大阪子育て館

クレオ大阪 子育て館 日時 2月27日、3月5日、12日 土曜日 10:30～12:30 全3回

ちょっと気になる子どもの子育て

発達障がいがある、行動がちょっと気になる子どもたちの子育てで悩むことも多いでしょう。気になる行動を受け止め、対応するためには、子どもの発達を正しく理解することが大切です。家庭でできることを、ともに学びましょう。

対象/子育て中の保護者
定員/30名(多数抽選)
講師/井上 芳子(エルムおおさか所長) (3か月～小学校3年生・無料)
是澤 ゆかり(NPO法人チャイルズ代表)
有吉 正則(兵庫医療大学リハビリテーション学部講師)
締切/2月17日(水)
備考/共催:大阪市発達障がい者支援センターエルムおおさか

本を読む日 情報・図書コーナーで、本や雑誌を読んだりDVDを観たり、またお探しの情報を調べたりしている間、一時保育スタッフがお子さんを保育室にてお預かりします。あわただしい子育ての中、ホッとひととき自分のための時間を持ちませんか。

クレオ大阪中央
2月24日、3月23日 各水曜日 10:00～12:00 (1歳～就学前)

クレオ大阪東
2月25日、3月24日 各木曜日 10:00～12:00 (1歳～就学前)

クレオ大阪子育て館
2月16日、3月15日 各火曜日 10:30～12:30 (3か月～小学校3年生・無料)

申込について、詳しくは開催館にお問合せください

クレオ大阪西ホールが、平成28年4月からこども文化センターになります。

平成28年4月から、こども文化センター(西区北堀江4-2-9)がクレオ大阪西へ移転します。クレオ大阪西ホール(控室含む)については、こども文化センターとなり、これまでこども文化センターで実施してきた事業を実施します。なお、ホール(控室含む)以外のクレオ大阪西の各室は、今までどおり講座等さまざまな事業を実施するとともに、貸室としてご利用いただけます。今回の移転に伴い、平成28年4月以降、クレオ大阪西の休館日及び開館時間が変更になりますので、ご注意ください。

休館日	月曜日(祝休日のときは翌日)・年末年始 ※祝休日の翌日は、開館します
開館時間	午前9:00～午後9:30(午前の開館時間が30分早くなります)

※クレオ大阪西以外のクレオ大阪各館については、休館日・開館時間の変更はありません。
※現在のクレオ大阪西和室は、こども文化センター事業用準備室となるため、ご利用いただけません。

お問い合わせ 大阪市市民局ダイバーシティ推進室男女共同参画課 ☎06-6208-9156 FAX06-6202-7073

平成28年4月以降のこども文化センターホールのご利用について、ご注意ください!

4月以降のこども文化センターホール(現在のクレオ大阪西ホール)の利用申込は、現在のこども文化センター(西区)で受付けています。なお、平成28年4月1日以降(移転後)については、利用申込を現在のクレオ大阪西で受付します。お申込みの際は、ご注意ください。

また、4月以降のホール等使用料については、改定を予定しています。

お問い合わせ 大阪市子ども青少年局企画部青少年課 ☎06-6208-8157 FAX06-6202-2710

- 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。子どもの対象年齢は、各セミナーの詳細をご覧ください。
 - 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
 - ・先着順で受け付けるもの
 - ・申込み締切後に抽選し、結果をお送りするものがあります。各セミナーの詳細にてご確認ください。

●クレオ大阪中央・西・南・東の保育料

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歳0か月～就学前	500円

●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)
3か月～小学3年生	無料

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)

- 掲載セミナーの申込方法**
- ホームページ** <http://www.creo-osaka.or.jp>
クレオ大阪のホームページ各館の「主催講座・イベント」からお申し込みいただけます。先着順で受け付けるセミナーは受講の可否をEメールにて送信します。
- 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、1名・1セミナーの受付となります。先着順で受け付けるセミナーは受講の可否をファックスにて送信します。
- 電話・来館** 各セミナー開催館までお申し込みください。