

親子でおでかけ

いっしょに
バーベキュー
しようよ！

芝生広場で
ピクニックやお散歩も
楽しいよ！

ちびっこ広場の
遊具はこどもたちに
大人気！

バーベキュー広場も
あるよ！！

いただきまーす！

みんなで
食べるごはんは
1番のごちそう
だね♪

桜並木にうっとり

WELCOME TO

HABIKINO

道の駅しらとりの郷・羽曳野

トイレ 障害者用トイレ 駐車場

約38,000㎡の広大な敷地には、大型複合遊具のあるちびっこ広場やバーベキュー広場などがあり、小さいこども連れでも一日中楽しめます。

季節によって桜やあじさいを楽しみながら、お散歩するのもおすすめです。

羽曳野市埴生野975-3

〈以下は広告スペースです〉

産科・婦人科・産婦人科

いしどレディースクリニック

完全予約制

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 8:30~13:00	●	●	▲	●	/	●
PM 5:00~ 7:30	●	●	●	●	/	/

※水曜日午前診療は12時まで 完全予約制 但し緊急の場合はこの限りではありません。

休診日 土曜日午後・金曜日・日曜日・祝日

予約方法 インターネット・専用電話から受診申込・予約・確認・取消ができます

URL <https://ishido-ladies.mdja.jp>

専用電話 050-5533-6203 自動音声に従ってください。

近畿日本鉄道 南大形駅

BARON 池田泉州銀行 ローソン

いしどレディースクリニック

駅から徒歩1分 駐車場あり

〒583-0885 羽曳野市南恵我之荘 1-1-29

TEL (072)959-7123 FAX (072)959-7122

〈以下は広告スペースです〉

未来を拓く 道を創る

舗装工事 土木工事 駐車場工事

株式会社 総建

本社／羽曳野市広瀬368・富田林支店・太子営業本部

TEL.072-944-1000 www.souken.co.jp 株式会社総建

図書館へ行こう！

HABIKINO



物語の世界に触れ、読書に親しむきっかけに…
親子で図書館へ行ってみましょう！

図書館おはなし会



市内各図書館では、おはなしボランティアの皆さんや職員が、絵本の読み聞かせやストーリーテリング、紙芝居などを行う「おはなし会」を定期的に開催しています。ほかにも、春休み・夏休みのおはなし大会（中央図書館）、七夕まつり（丹比図書館）、夜のおはなし会、クリスマスおはなし会などの季節ごとの行事も開催します。

ブックスタート事業について

こどもが絵本とふれあう機会をつくることで、豊かな心を育み、心身の成長を支援するため、4か月児健診において、赤ちゃんに絵本をプレゼントするとともに、「読み聞かせ」を行っています。

実施場所 保健センター3階



ブックスタート事業（4か月児健診会場）



定例おはなし会（陵南の森図書館）

夏休み！おはなし大会（中央図書館）

check!!

毎月の行事日程については、広報はびきの、図書館だより「たけのこくん」、図書館ウェブサイト、公式Instagram・Xなどでお知らせします。



羽曳野市立図書館イメージキャラクター「たけのこくん」

詳しくはこちら



中央図書館 定例おはなし会

- ☑ 第2・第4日曜日
14:00～
第1土曜日
11:00～
第3土曜日
11:00～、15:00～

羽曳野市軽里1-1-1
生活文化情報センター
「LICIはびきの」地下1階
TEL.072-950-5501
FAX.072-950-5502



東部図書館 定例おはなし会

- ☑ 第2水曜日
10:30～

羽曳野市
古市1541-1
東部コミュニティセンター「石川プラザ」内
TEL.072-950-2002 FAX.072-958-9110



陵南の森図書館 定例おはなし会

- ☑ 第1・第2日曜日、第4土曜日 11:00～
第3土曜日 15:00～
第3日曜日 11:00～（小さい子向け）、
11:30～（少し長いおはなしを聞ける子向け）



羽曳野市島泉8-8-1
TEL.072-952-2750 FAX.072-955-5015

羽曳が丘図書館 定例おはなし会

- ☑ 第2・第4土曜日 11:00～



羽曳野市羽曳が丘西2-5-1
羽曳が丘コミュニティセンター「MOMOプラザ」内
TEL.072-958-8653、072-957-5553
FAX.072-957-5580

古市図書館

羽曳野市
古市4-2-9
古市複合館「古市みらい館」2階
TEL.072-958-0050 FAX.072-956-7867



丹比図書館 定例おはなし会

- ☑ 第4土曜日
10:30～

羽曳野市
樫山251-1
丹比コミュニティセンター「丹治はやプラザ」内
TEL.072-937-2355 FAX.072-937-2388



check!!

図書の貸し出しはこちらでも行っています！

ブックステーション はびきのコロセアム

羽曳野市南恵我之荘4-237-4 総合スポーツセンター
「タケダハムはびきのコロセアム」内
TEL.072-937-7210
FAX.072-937-7210

まずは
図書館利用
カードを
作ってね！



START! 出産予定日と、各期間の開始予定日を書き込んでみよう!

妊娠初期 (~13週)

mama's memo

つわりによる体調不良や流産の心配も。

妊娠がわかった日

年 月 日

☑ つわりのつらさを知ろう

時期や症状に個人差はあるけれど、つわりのつらさは本人にしかわからない。体調を気づかい、サポートしよう。

☑ 家事を分担しよう

ママが体調不良の場合はいつもとよりたくさん家事をするなど、予め家事の分担を決めておこう。

☑ マタニティスクール(P20へ)への参加

マタニティスクールなどに参加し、2人で育児をする準備を始めよう。

2人で準備しよう

☑ 出産後について話し合う

入院時の対応や、出産後の時間の使い方、ママがパパを頼れないときどうするかなど、祖父母や外部サービスの手を借りることも視野に入れて、夫婦で具体的に話し合っておこう。

妊娠中期 (14週~27週)

mama's memo

体調が安定し始め、胎動を感じられるように。

開始予定日

年 月 日

☑ おなかの赤ちゃんに話しかける

7か月頃から赤ちゃんの聴覚が発達し胎動も活発に。パパの話しかけを通してママとコミュニケーションをとってね。

妊娠後期 (28週~)

mama's memo

おなかますます大きく重く、動悸や息切れを感じる場合も。

開始予定日

年 月 日

☑ ママの体への気づかい

ママがしんどくなっていないか、気にかけてよう。

☑ ワーク・ライフ・バランスの計画を立てる

効率的に仕事ができるように計画を立てよう。また、産後の休業(P16へ)について職場にも相談を。

「ママ」になる妻と

妻の体と心の変化を

☑ ママにリラックスタイムを

産後のママは、ホルモンの急激な変化によって、精神的に不安定になりやすい。また、約1割の女性が「産後うつ」になると言われているため、ママの話に耳を傾けるなど、精神面のサポートもパパの大切な役割。(P25へ)

☑ 産後の健診に付き添う

新生児との外出は不安なもの。定期健診などで病院へ行く際は、付き添いがあるとママも安心。

☑ 夫婦のコミュニケーションを増やす

毎日の家事や育児、教育保育施設(P44へ)探しやママの職場復帰など、これからの家族のことを話し合おう。

☑ 職場に出産を報告し、周りの理解を得る

職場の協力も得ながら、より効率的に働こう。

☑ たくさんの「はじめて」を楽しんで

今だけの貴重な時間だよ

ともに「パパ」になる!

理解し、サポートしよう!

産後~8週間

mama's memo

子宮が元の大きさに戻るのに約8週間、体の回復にはもっと時間を要します。無理のない範囲で生活を。

☑ 出生届(P22へ)を出す

出生の日から14日以内に提出しよう。

☑ 退院に向けて準備する

家の中を片付けて、ママと赤ちゃんを迎える準備を。

ママが休めるように家事をしよう

☑ 2人で育児する

夫婦で育てるという意識を持って、赤ちゃんにたくさん触れて、スキンシップをとろう。

出産

mama's memo

産後、授乳トラブルや後陣痛がある場合も。

出産予定日

年 月 日

☑ 赤ちゃん誕生!

ママに感謝の言葉を伝える。頑張ったママをねぎらい、心から感謝しよう。無事に生まれてきた赤ちゃんに祝福を!

出典:さんきゅうバビ準備BOOK(内閣府 子ども・子育て本部)より加工・編集して作成

(以下は広告スペースです)



しみず こどもの丘クリニック

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

午前診	9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
予防接種・乳幼児健診	15:00~16:30	○	○	○	○	○	○	★
午後診	16:30~19:00	○	○	○	○	○	○	○

休日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

★ 15:00~16:30 予防接種・乳幼児健診・慢性疾患
★ 12:00~13:00 予防接種・乳幼児健診・慢性疾患

〒583-0872 羽曳野市はびきの3丁目7番4号

TEL 072-957-3194

当日の診療予約

当クリニックでは、院内での待ち時間を短縮するため、初診の方でもパソコンやスマートフォン、携帯電話から順番予約・確認ができる順番予約システムを導入しています。

インターネット予約

予約受付時間 ● 午前診... 5:00~11:30
● 午後診... 14:00~18:30

窓口での予約

受付時間 ● 午前診... 9:00~11:45
● 午後診... 15:00~18:45

ウェルビーイングはびきの1階(大阪はびきの医療センター横)

(以下は広告スペースです)



たけのここどもクリニック

土日祝も診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●	●
14:00~15:30	☆	☆	▲	☆	☆	▲	☆	☆
16:00~19:00	●	●	▲	●	●	▲	●	●

▲ 水・土の午後診は 14:00~18:00までになります
☆ はワクチンやスキンケアなど 非発熱患者/非感染症患者様の診療に限らせていただいております

施設の管理上、臨時に休診日を設けさせていただくこともあります

TEL 072-339-0101 イオンタウン松原 南側すぐ
松原市新堂4丁目1186-1 松原新堂クリニックビル1F