家庭教育情報誌

はしもと

げんきっこ family

2026
秋の号

ユニバーサルデザイン ってなあに？





ユニバーサルデザインとは、年齢や体の特徴、国や言葉のちがいに関係なく、みんなが安心して使えるように工夫されたデザインのことです。

身の周りのユニバーサルデザイン



シャンプーとリンスの区別がつくようにボトルに工夫がある



開けやすいキャップやボトルを持ちやすくするくぼみがある



左右対称で左手でも右手でも切りやすい



上下にメモリがあるので左利きでも右利きでも使いやすい



少ない力で開けやすいドアノブ

学校にはどんなユニバーサルデザインがあるかな？

もくじ

1～3　ユニバーサルデザイン ってなあに？
4　げんきっこの本棚　どの本がすき？
5　げんきっこレシピ
6～8　秋の講座・イベント
まなびの日のお知らせ

ヘスティ
橋本市家庭教育支援チーム

がっこうの ユニバーサルデザインを さがしてみよう

今回の特集では、みんなが使いやすいように工夫されたものを探してみました。
「どうしてこれがユニバーサルデザインなんだろう？」と考えながら、
みんなも学校の中を探検する気持ちで読んでもらえるとうれしいです。

撮影場所：橋本市立橋本小学校

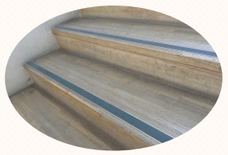


広い廊下



車いすを使う人や**大勢の人が、安全にすれ違いやすい**ように工夫されています。

階段の段鼻



段差が**見えやすく、滑りにくい**ので、安全に上り下りできます。

エレベーター



車いすを使う人など、**だれでも移動しやすく**なっています。

縦長ドアハンドル



大きく握りやすいので、**楽に開ける**ことができます。

クイズ これはピクトグラム（案内マーク）です。何のマークでしょう。

イラストと文字でより分かりやすいくふうだね



（　　）



（　　）



（　　）



（　　）



クイズ 下の写真には、どんな工夫があるか考えてみよう。

1 LED照明

教室全体を明るく照らし、黒板や教科書を見やすくします。

2 黒板



少しカーブしていて、どの席からも見やすくなっています。

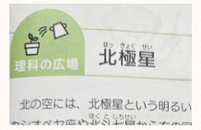


3 イス・机



高さを調整できるので、正しい姿勢で学習しやすくなります。

4 教科書（UDフォント）



見分けやすく読み間違えにくい文字で書かれています。
ふりがなも読みやすい工夫です。

クイズ 下の写真には、ユニバーサルデザインの工夫がいくつあるでしょう？



秒階段だけではいにくい人も用しているんだね



答えは、ヘスティアのInstagramを見てね ⇒

HESTIA_HASHIMOTO

もっとさがしてみよう

いろいろな人が集まる場所には、みんなが分かりやすく、使いやすくなるための「思いやりの工夫」がたくさんあります。
「もっとこんな工夫があったらいいな」と思うこともあるかもしれません。
見つけたことや思ったことを、おうちの人や友だちと話してみましょう。



病院



電車



店



図書館



公園

見つけたものを書いてね

げんきっこの本棚（ほんだな）

どの本がすき？

みんなに
やさしいデザインをみつけよう



題名/**さわってあそぼう　ふわふわあひる**
作/M.ヴァン・フリート
出版/あかね書房

さわってみて。
「ふわふわ」「ざらざら」これは何かな？
しかけをめくって　あ～なるほど！
いろんな生き物がでてくるよ。
みんなであそべる　ゆかいな絵本です。



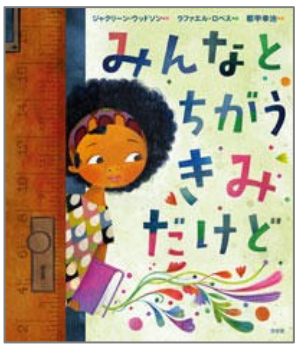
題名/**どちらが おおい？　かぞえるえほん**
著・デザイン/むらやま じゅんこ
出版/小学館

目をとじて　さわってみてね。
えんぴつは何本あるかな？
いろんな「かず」を感じて かぞえて
あそべる絵本です。
各ページクイズ形式になっていて
だれもが楽しめます。



題名/**みんながつかう　たてものだから**
作/サジ　ヒロミ
出版/偕成社

公共のたてものには
車イスの人や赤ちゃん、お年寄りなど
誰もが安心して
使いやすい工夫がされています。
どんなものが
ユニバーサルデザインなのかな？
さがしてみよう。



題名/**みんなとちがう　きみだけど**
作/ジャクリーン・ウッドソン
絵/ラファエル・ロペス
訳/都甲幸治
出版/汐文社

ひとりになったとき
いちばんそばにいるのは
もう一人の強い君。
みんなと同じでなくても
自分の「好き」や「自分らしさ」を
大切にしたら
世界がもっと広がるかも…







みんなが使いやすい
題名/**身近な　ユニバーサル　デザイン1.2.3**
監修/白坂洋一
出版/汐文社

シャンプーのギザギザや
手を使わずにはけるくつなど
身のまわりにはやさしいデザインが
いっぱいです。
みんなが使いやすくなる工夫を
写真で紹介しています。



題名/**小学館の図鑑NEO　まどあけずかん　マーク**
監/（一財）全日本交通安全協会・
児山啓一
絵/Kucci・ニシハマカオリ・
米光マサヒコ
出版/小学館

しかけまどを開けてみて。
このマークはなんだろう？
もっともっと知りたいな。
あれもこれも開けてみよう。
身のまわりのマークを
楽しく学べる図鑑です。

※ 橋本市家庭教育支援チームでは「家読（うちどく）」に関する講座も開催しています。

げんきっこレシピ

オープンオムレツ



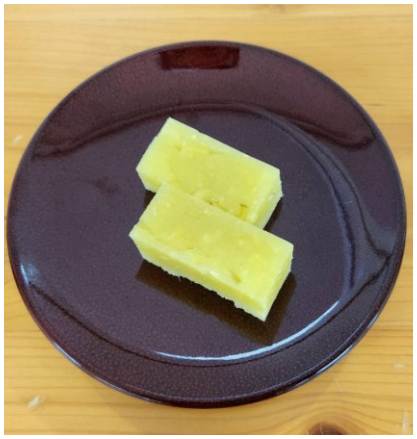
材料２人分

卵3個　ウインナー2本　プチトマト2個　ピーマン1/2個
冷凍ポテト3本　ミックスチーズ適量　塩こしょう適量
バター（又はサラダ油）少々
※ミックスベジタブルやきのこなど、冷蔵庫にあるものを入れても。

作り方

① ウインナーとプチトマトを輪切り、ピーマンは１㎝角に切る。
② 冷凍ポテトはレンジで解凍し、2cmくらいの長さに切る。
③ 卵をときほぐし、油を引いたフライパンに流しいれる。
④ 切った材料を彩りよく卵の上に置いて、ミックスチーズを散らし、
フタをして弱火にする。
④ チーズがとけたら塩こしょうをしてできあがり。

お芋のかわいいようかん





好きな型抜きで
作ってみて

材料２人分

さつまいも1本（300g）　水100cc　砂糖100g　粉寒天4g
お好きな容器（お弁当箱やタッパーなどでも）
※ラップをしいておくとはずれやすいよ。

作り方

① さつまいもは皮をむき、1cm幅に切る。5分ほど水にさらしておく。
② 水を切った①を耐熱ボウルに入れてラップをし、
レンジ（600w）で約3分、さつまいもがやわらかくなるまで加熱する。
③ ②をマッシャーやめんぼうでつぶす。
④ 鍋に水、砂糖、粉寒天を入れて中火にかけ 混ぜながら約1分沸騰させる。
③を加えて混ぜ合わせる。
⑤ ④の全体がなじんだら、使う抜き型に応じた厚みになるよう容器に入れ、
粗熱をとって冷蔵庫で60分冷やし固める。
⑥ 容器からはずし、クッキーの型などを使って抜く。

栄養士のおすすめレシピ

白菜とシーフードのクリームスープ



栄養士からのひとこと

秋の食材を使った
あたたかいスープで
夏の疲れをリセットしましょう

材料１人分

たらの切り身60g　むきえび30g　小麦粉適量　バター15g（サラダ油でもよい）
白菜80g　小松菜30g　にんじん30g　しめじ20g　水150g　中華スープの素小さじ1
クリームシチューの素15g　牛乳50cc　塩こしょう少々　酒しょうゆ少々

作り方

① たらは2、3cmに切り、酒、しょうゆをふっておく。
少しおいたあと水気をふき、小麦粉をまぶす。むきえびも同様にする。
② 白菜はひと口大、小松菜は2、3cmに切り、にんじんはいちょう切りにする。
しめじはほぐして小口切りにする。
③ フライパンにバターを中火でとかし、①を入れて両面を焼き、
たらは取り出しておく。
④ ③に水、中華スープの素を加え、②を入れて中火で煮込む。
⑤ 全体に火が通ったら、クリームシチューの素、牛乳を加え、たらを戻し、
塩こしょうで味をととのえる。

イベント　10月～12月

・※は問い合わせ先と開催場所が違うのでご注意ください。
・締切が休館日の場合、前日までの開館日になります。
・受付が開始されているイベントは、すでに定員に達している場合があります。ご了承ください。

実施日時	事業名	事業内容	対象定員	費用	申込・締切	問合せ
水曜　15:50～16:50	ジュニア フットサルスクール	初心者・未経験者でも大丈夫！一緒に楽しもう！	4歳～低学年 20名	400円 /1回	当日受付	県立橋本体育館 32-9660
水曜　16:00～17:00	キッズスポーツ トレーニング	ラダーやボールなどを使って遊びながら運動神経を伸ばすトレーニングをします	4～6歳児 30名	5,500円 /10回	要 受付中	県立橋本体育館 32-9660
毎週土曜日 （10/10・11/14を除く） 10:30～、11:00～	よみきかせ会	手遊び、大型紙芝居、絵本の読み聞かせ	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	橋本市仁昌堂図書館 33-0899
10/7・14　15:30～ 10/10　15:00～	ハロウィンモンスター	ころころ小さなスクイーズ風のモンスターを作ろう	小学生 各16名	100円	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
10/14・21　15:30～ 10/24　15:00～	秋かざり	かわいい秋のかざりを作りましょう♪	年中児以上親子・ 小学生　各10名	200円	要 実施日の前日まで	友愛児童館 42-5004
10/16　11:00～11:45	大人のストーリーテリング	ちょっとむつかしい話も交えたお話会	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	橋本市仁昌堂図書館 33-0899
10/16　10:30～	キッズらんど 太鼓遊び	大きな缶にかざりをつけて、楽しく音を鳴らそう！	幼児親子 10組	無料	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
10/17・24　15:00～ 10/21　15:30～	カスタムペン	自分だけのペンを作ろう	年中児以上親子・ 小学生　各12名	200円	要 実施日の前日まで	名古曽児童館 42-5560
10/17・31　15:00～ 10/21　16:00～	スイーツの キーホルダー	かわいいスイーツのキーホルダーを作ろう♪	小学生 各10名	200円	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
10/19・11/16・12/21 10:00～11:30	それいけ！わんパーク	広い体育館の中で小さな子どもたちに、のびのびと遊んでもらえます ※県立橋本体育館	橋本市内在住の 未就園児と保護者	100円 /1家族	不要 当日参加OK	※福祉課 33-3708
10/24　14:00～	うきうきクッキング	みんなでおいしいたい焼きを作ろう♪	小学生 8名	100円	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
10/25　10:30～15:00	ナチュラルブレイク	スタンプラリー、自然観察ツアー、舞台発表会、模擬店をします	どなたでも	模擬店のみ 有料	不要 当日受付	紀見地区公民館 25-5151
10/28　15:30～	ハロウィンおばけやしき	トリック　オア　トリート！！ おばけやしきに入ってみんなで楽しもう！	小学生 30名	100円	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
10/28　15:30～ 10/31　15:00～	クッキング	ホットドックを作って食べよう！	年中児以上親子・ 小学生　各15名	200円	要 実施日の前日まで	友愛児童館 42-5004
10/28・11/25・12/23 15:30～	読み聞かせ	みんなで絵本を楽しみましょう	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	友愛児童館 42-5004
10/29・30　15:30～ 10/31　15:00～	おばけやしきを 楽しもう！	ハロウィンのおばけやしきに入れるよ！	どなたでも	無料	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
10/31　10:00～	DVD鑑賞	まんが日本昔話『桃太郎』、『カチカチ山』などのDVD鑑賞をしましょう ※橋本市民総合文化祭　視聴覚室	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	※橋本おやこNPO 080-9169-3089
11/4・11　15:30～ 11/14　15:00～	アイロンビーズで作る キャラクターの キーホルダー	好きなキャラクターを選んで作ってね	小学生 各16名	100円	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
11/8　13:00～	自主制作人形劇	『おだんごぱん』の人形劇をします ※まなびの日　県立橋本体育館	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	※橋本おやこNPO 080-9169-3089
11/11・12/2　15:30～	えほんのへや	読書を楽しむ時間です。 絵本の読み聞かせや紙芝居をするよ	小学生	無料	不要 当日参加OK	名古曽児童館 42-5560
11/11・18　15:30～ 11/28　15:00～	クリスマスかざり	クリスマスのかざりを作ろう♪	年中児以上親子・ 小学生　各10名	200円	要 実施日の前日まで	友愛児童館 42-5004
11/13・12/4　10:00～	ぴよぴよクラブ	絵本、紙芝居の読み聞かせや手遊びをして楽しい時間を過ごしましょう！	幼児親子 各5組	無料	要 実施日の前日まで	名古曽児童館 42-5560
11/13　10:00～	すくすくクラブ ぽかぽかタイム	幼児ルームで手遊びをしたり、絵本を読んだりするよ♪	幼児親子 5組	無料	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
11/14　13:30～	ビブリオバトル中高生大会	おすすめの本を紹介しあい、みんなで読みたくなった本に投票する競技形式の書評大会	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	橋本市仁昌堂図書館 33-0899
11/14・21　15:00～ 11/18　15:30～	クリスマスレジン	クリスマスのレジンを作ろう	年中児以上親子・ 小学生　各12名	200円	要 実施日の前日まで	名古曽児童館 42-5560
11/14・28　15:00～ 11/18　16:00～	レジンのキーホルダー	クリスマスにぴったりなキーホルダーを作ろう♪	小学生 各10名	200円	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
11/18・25　15:30～ 11/28　15:00～	クリスマスかざり	毛糸のボンボンでトナカイとツリーを作って、キーホルダーにしよう！	小学生 各16名	100円	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
11/20　10:30～	キッズらんど ふわふわしっぽの たぬきくん	ふわふわのしっぽを付けて、かわいい動物を作って遊ぼう	幼児親子 10組	無料	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
12/2・9　15:30～ 12/19　15:00～	お正月かざり	お正月のかざりを作りましょう	年中児以上親子・ 小学生　各10名	200円	要 実施日の前日まで	友愛児童館 42-5004
12/5・12　15:00～ 12/9　15:30～	お正月かざり	お正月のかざりを作ろう	年中児以上親子・ 小学生　各12名	200円	要 実施日の前日まで	名古曽児童館 42-5560
12/5　14:00～	読み聞かせ	みんなで絵本を楽しもう	小学生 10名	無料	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330

申込み用
二次元コード

→子育て応援課

→いきいき健康課 保健予防係

→きしかみ子ども館

実施日時	事業名	事業内容	対象定員	費用	申込・締切	問合せ
12/9・16　15:30～ 12/19　15:00～	干支かざり	その年の干支をかざるとラッキーが訪れるそうです みんなで福を呼び込もう	小学生 各16名	200円	要 実施日の前日まで ※欄外二次元コードから	きしかみ子ども館 32-5094
12/12・19　15:00～ 12/16　16:00～	干支かざりを作ろう♪	クラフトテープで来年の干支を作ろう 2つ作れるよ	小学生 各10名	100円	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
12/19　14:30～	クリスマスコンサート	クリスマスのステキな音楽が聞こえてくるよ♪	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	名古曽児童館 42-5560
12/24　15:00～	クリスマス会	クリスマスパーティをしよう♪	幼児親子・ 小学生　30名	300円	要 12/22まで	友愛児童館 42-5004
12/25　10:00～	みんなで大そうじ	児童館の１年の汚れを落として、キレイにしよう	どなたでも	無料	不要 当日参加OK	名古曽児童館 42-5560

大人向け

実施日時	事業名	事業内容	対象定員	費用	申込・締切	問合せ
10/16　10:00～	ひまわりクラブ 秋の寄せ植え♪	秋のお花を可愛く植えましょう♪	10名	500円	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
10/23　10:00～	いちごクラブ 秋飾り	ふくろうの飾りを作りましょう	30名	350円	要 実施日の前日まで	名古曽児童館 42-5560
10/27　10:30～13:00	助産師さんに 聞いてみよう！	子育ての「困った」と「なるほど」助産師さんと一緒に「手作りソーセージ」を作りランチプレートで座談会 ※無料託児お試し体験あり	子育て中の方 親子12組	2,000円	要 受付中	橋本市ファミサポ 39-7515
10/30　10:00～	カーネーションクラブ 秋飾り	おしゃれな秋飾りを作りましょう	大人 10名	350円	要 実施日の前日まで	友愛児童館 42-5004
11/10　10:00～13:00	食べて学ぶ！ 高血圧予防教室	高血圧とは何か、原因、予防方法について講話と調理実習でお伝えします ※さんかくポイント（Hashi-Mo）付与	18歳以上の市民で簡単な調理ができる人 15名	500円	要 受付中 ※欄外2次元コードから	いきいき健康課 保健予防係 33-6111
11/13・14　10:00～	ペンギン倶楽部 自分だけの クリスマスオーナメント	赤い鉢に思い思いの飾りでステキなクリスマス飾りを作りましょう	保護者 各10名	600円～	要 実施日の前日まで	きしかみ子ども館 32-5094
11/20　10:00～	ひまわりクラブ クリスマス飾り	ハーバリウムで素敵なクリスマス飾りを作りましょう♪	10名	350円	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
11/20　10:00～	カーネーションクラブ クリスマス飾り	クリスマスの飾りを作りましょう♪	大人 10名	350円	要 実施日の前日まで	友愛児童館 42-5004
11/27　10:00～	いちごクラブ 秋の寄せ植え	季節のお花の寄せ植えをしましょう	30名	500円	要 実施日の前日まで	名古曽児童館 42-5560
12/2・5・9・12　9:30～ 12/4・11　14:00～	ペンギン倶楽部 押絵の干支飾り	福を招き、無病息災や厄除け祈願の意味があるとされている干支飾りを手作りしてみませんか？	保護者 各13名	1,200円	要 実施日の前日まで	きしかみ子ども館 32-5094
12/5　13:30～15:30	子育て講演会 デートDVを考える	デートDVは、児童・若者を取り巻く深刻な社会問題です。デートDVの仕組みや要因について立命館大学の斎藤真緒教授にご講演いただきます	どなたでも	無料	要 12/1まで ※欄外2次元コードから	子育て応援課 33-0039
12/18　10:00～	いちごクラブ お正月飾り	すてきなお正月飾りを飾って、新年を迎えましょう	30名	700円	要 実施日の前日まで	名古曽児童館 42-5560
12/18　10:00～	ひまわりクラブ お正月飾り	手作りのお正月飾りで素敵な新年を迎えましょう♪	10名	500円	要 実施日の前日まで	はらだ子ども館 33-0330
12/18　10:00～	カーネーションクラブ 干支飾り	押し絵で来年の干支「未」のかざりを作りましょう	大人 10名	300円～ 700円	要 実施日の前日まで	友愛児童館 42-5004

えほんの森

たくさんのステキな絵本が
みなさんを待っています。
大人も子どももゆったりとした
時間を「えほんの森」で過ごしてみませんか？
お気に入りの絵本に出会えるかも…



近日出展予定

まっせ・はしもと ～柿まつり2026～

11月14日(土) 10:00~16:00
15日(日) 10:00~15:00
県立橋本体育館

みんなあつまれ！橋っ子祭り2026

11月22日(日) 9:30~13:00
県立橋本体育館

無料
申込み不要

イベントによって
本の内容も変わるよ



問合せ
橋本市家庭教育支援室
0736-33-2129
（土日祝日除く平日9:00～16:30）
※ 開庁時間が10/1より変更

第17回

入場無料

好奇心は夢への第一歩

すこやか橋本 まなびの日

かわいくかざろう 木製ピンチ

はしぼう きいちゃんも 登場予定！

県立橋本体育館

9:30-オープニングセレモニー

ヘスティア ブース まってるね

2026年 11月 8日(日)

9:30 - 14:30

詳しくは こちら➡

出展＆体験



学びと体験がぎゅっと詰まったブースが勢ぞろい！ブース開始はセレモニー終了後からです。

ふれあいフェスタ



サブアリーナで開催します。観覧自由です！ダンスや太鼓、体操などの発表会です♪ 10時から開始します。

模擬店



会場入口付近で出店します！模擬店は10時からスタートします。

手話通訳 要約筆記あり

主催：すこやか橋本まなびの日実行委員会　tel.0736-33-6112
共催：橋本市・橋本市教育委員会　※悪天候により中止になる場合があります

きのくに文化月間



ヘスティア後期主催講座のお知らせ

中庭ランド

- 10/24（土）10:00～12:00
  ※ 申込み不要・出入り自由
- 子どもと保護者
- 保健福祉センター中庭
  ※ 雨天時は3F多目的ホール
- 無料

玉入れ、缶つみ、なわ遊びなど遊びがいっぱい

子育て講座「思春期の子どもの関わり方」

- 11/28（土）10:00～12:00
- 子育てに関心のある方 どなたでも　5名
- 保健福祉センター2AB
- 無料



クラフトバンド

- 12/1（火）10:00～11:30
- 子育てに関心のある方 どなたでも　15名
- 保健福祉センター 3F栄養指導室(洋室)
- 200円　持ち物：ハンドタオル



親子で作ろう！ジェルキャンドル

- 12/12（土）10:00～11:30
- 子ども（小学生）と保護者　8組
- 保健福祉センター 3F栄養指導室(洋室)
- 400円



美と健康　レッツエクササイズ

- 1/14（木）10:00～11:30
- 子育て中の方　15名
- 教育文化会館3F 和室
- 無料

講師：塩崎 万規子 先生

持ち物：飲み物、フェイスタオル、動きやすい服

初心者さんもOK 質問・相談タイムもあるよ

なんだかいっぱい変わってる？昭和、平成、令和 子育ての移りかわり

- 1/21（木）10:00～12:00
- 子育てに関心のある方 どなたでも　15名
- 保健福祉センター3F栄養指導室(洋室)
- 無料

いつの間にやら

セルフハンドマッサージ＆ルームコロン作り

- 2/1　（月）10:00～11:30
- 子育てに関心のある方どなたでも 15名
- 保健福祉センター 3F栄養指導室(洋室)
- 400円

いやされるわ

ハギレ布のトピアリー

- 3/5　（金）10:00～11:30
- 子育てに関心のある方 どなたでも 15名
- 保健福祉センター 3F栄養指導室(洋室)
- 300円



各イベントの詳細をヘスティアInstagramでもチェックしてみてくださいね。

問合せ・申込み：
家庭教育支援室
TEL：0736-33-2129
（土日祝日除く平日9:00～16:30）
※ 開庁時間が10/1より変更

発行月：令和8年10月　発行：橋本市家庭教育支援室　編集：橋本市家庭教育支援チーム「ヘスティア」
〒648-8585　橋本市東家一丁目1番1号　（TEL：0736-33-1111 内線：5011）

こちらから ヘスティアの活動を ぜひご覧ください⇒