

# わっくんひろばのプログラム

## プレママ・プレパパ向けイベント

- ★**プレママプレパパの会** 沐浴体験・講義など  
対象：初めてのお子さんを妊娠中の方。 ※地域ケアプラザ開催：4月 鶴見中央、5月 馬場  
各回の内容、予約開始日は、ホームページのプレママプレパパの会のチラシをご確認ください。
- ★**マタニティストレッチと先輩ママとのおしゃべり会** 対象：安定期に入った妊娠中の方
- ★**プレパパと先輩パパの交流会** 詳細は決まり次第ホームページでお知らせします。
- ★**背守りの会** 地域のボランティアの方と交流しながら沐浴布に刺繍をします。

◎医師や助産師など医療にかかわるスタッフはおりません。体調を確認のうえご参加ください。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
プレママプレパパの会 13:15～15:30	5 (土)	24 (土)	14 (土)	12 (土)	30 (土)	27 (土)
マタニティストレッチと 先輩ママとのおしゃべり会 13:30～14:30	—	—	21 (土)	—	—	20 (土)
プレパパと先輩パパの交流会	—	—	—	—	2(土)	—
背守りの会 10:30～11:30	—	—	24 (火)	—	—	—

## 0歳の赤ちゃん向けイベント

- ★**ベビーヨガ♡ママストレッチ** 対象：6ヶ月頃までの赤ちゃん和妈妈
- ★**ベビーマッサージ** 対象：4ヶ月以上の赤ちゃん和妈妈
- ★**パパといっしょにベビーマッサージ** 対象：4ヶ月以上の赤ちゃんと保護者2名まで

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
ベビーヨガ♡ママストレッチ 10:30～11:45	25 (金)	30 (金)	27 (金)	25 (金)	休	26 (金)
ベビーマッサージ 10:30～11:30	3 (木)	13 (火)	—	3 (木)	休	—
パパといっしょにベビーマッサージ 10:30～11:30	—	—	7 (土)	—	—	13 (土)

## みんなが楽しめるプログラム

- ★**もりの木さんの絵本のよみかきせ**
- ★**手遊びわらべうた** 対象：①ねんね ②おすわり・ハイハイ ③あんよ
- ★**ちっちゃな人形劇** パネルシアターなど
- ★**工作の会** 対象：2歳前後からのお子さんとその保護者

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
絵本の読み聞かせ ①11:00～ ②11:15～	10(木) 24(木)	8(木) 22(木)	12(木) 26(木)	10(木) 24(木)	7(木) 28(木)	11(木) 25(木)
手遊びわらべうた ①10:30～ ②11:00～ ③11:30～	2 (水)	14 (水)	4 (水)	2 (水)	休	3 (水)
ちっちゃな人形劇 14:00～ (入替制)	4 (金)	9 (金)	3 (火)	1 (火)	休	2 (火)
工作の会 14:00～	22 (火)	20 (火)	20 (金)	26 (土)	15 (金)	26 (金)

## 専門相談

- ◆**助産師相談** (授乳、赤ちゃんの健康など)
- ◆**栄養士相談** (離乳食、食の悩みなど)
- ◆**保育・教育コンシェルジュ相談** (保育園入園の手続きなど)
- ◆**看護師相談** (子どもの健康・発育など)
- ◆**保育園の先生による相談日** (子どもとの過ごし方など)
- ◆**保健師相談** (子どもの発達、ママの健康など)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
助産師相談 10:00～	23 (水)	28 (水)	25 (水)	23 (水)	27 (水)	24 (水)
栄養士相談 10:00～	24 (木)	—	12 (木)	—	29 (金)	—
保育・教育コンシェルジュ 10:00～	—	27 (火)	—	29 (火)	26 (火)	30 (火)
看護師相談 10:30～	18 (金)	16 (金)	20 (金)	18 (金)	22 (金)	19 (金)
保育園の先生による相談日 10:30～	—	—	10 (火)	—	5 (火)	—
保健師相談 10:30～	—	—	26 (木)	—	—	—

## その他

- 発達相談 (小児科医に相談できます)** 対象：1歳半以上  
子どもの言葉の発達や生活の様子について、個別に相談ができます。
- 女性相談 (担当：NPO法人かながわ女のスペースみずら 相談員)**  
母親としてだけでなく、女性としてのご相談 (配偶者や家族の悩みなど)
- パパのための相談日** 対象：子育て中のパパ、プレパパ
- 発達が気になる子の親の集い** 対象：未就学児のお子さんを持つ保護者
- たんぼぼの会**～ダウン症のお子さんのママのおしゃべり会～
- 陽だまりの会**～極低出生体重児の会～ 対象：おおむね1500g以下でお生まれのお子さんと保護者

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
発達相談(1歳半以上) 13:30～/14:10～	16 (水)	—	18 (水)	—	休	17(水) 講座
女性相談 13:30～	15 (火)	—	17 (火)	—	19 (火)	—
パパのための相談日 ひろば開所時間内	26 (土)	24 (土)	28 (土)	26 (土)	23 (土)	27 (土)
発達が気になる子の親の集い 10:00～11:30	16 (水)	21 (水)	18 (水)	16 (水)	休	17 (水)
たんぼぼの会 10:00～	17 (木)	10 (土)	19 (木)	17 (木)	休	4 (木)
陽だまりの会 10:00～	—	—	28 (土)	—	—	—

## 予約方法

詳細はホームページをご覧ください。

オンライン予約

随時電話受付

※マークがないものは、当日ひろば受付 (先着順)



いつもフリースペースにいるスタッフも  
気軽にいろいろな相談をお受けしています。  
誰に何を相談したらいい?と思ったら、  
気軽にお問い合わせください。

2025年4月  
～2025年9月

## その他

- ★**マザーズハローワーク講話・相談** (子育て中の仕事探しなど)
- ★**双子・三つ子ちゃんあつまれ!** 対象：多胎児と保護者
- ★**アラフォーママのおしゃべり会** 対象：未就学児を育てている40歳前後のママ

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
マザーズハローワーク講話・相談 10:30～	—	—	6 (金)	—	—	12 (金)
双子・三つ子ちゃんあつまれ! 10:30～11:30	—	17 (土)	—	—	—	—
アラフォーママのおしゃべり会 14:00～15:00 お子さんの年齢に合った会にご参加ください	11(金) 1歳以上	—	13(金) 0歳	31(木) 1歳以上	28(木) 0歳	—

## 横浜子育てパートナー

子育て中の「困ったなあ」「どうしよう」を気軽に相談できます。  
妊娠中の方もご利用できます。  
専任スタッフの横浜子育てパートナーがお話をうかがい、必要な  
情報を調べたり、適切な支援機関を紹介したりします。  
※話しやすい方法が選べます。  
相談の予約が横浜市子育て支援拠点サイトからできます。  
相談は無料、匿名でも可能です。  
※今すぐ相談したい時は

電話で 相談室で ひろばで どなたでも

【子育てパートナー専用電話】  
開館日の9:30～15:30

わっくんひろば 045-582-5529

わっくんひろばサテライト 045-642-5200



鶴見区地域子育て支援拠点 **わっくんひろば**

休館日：日曜日・月曜日・祝日・年末年始

特別休館日：(2025 5/7、7/22、8/12、9/16)

【ご予約・お問い合わせ】

TEL 045-582-7590

(9:00～17:00)

FAX 045-582-7591

横浜市地域子育て支援サイト ホームページ Instagram



## ひろばのご利用について

- 利用日**：火曜日～土曜日  
(休館日：日曜、月曜、祝日、特別休館日)
- 利用時間**：9：30～15：30 (予約不要・利用料無料)  
混雑状況や気象警報発令情報等は、ホームページにてお知らせします。  
お電話でもお問い合わせください。
- 利用対象者**：0歳～未就学児、妊娠中の方とご家族。  
拠点の利用には横浜地域子育て支援拠点サイトの登録が必要です。
- 来所時のお願い**  
保護者・お子さまに発熱などの風邪症状や、体調不良がある方は利用をご遠慮ください。
- 妊娠中の方とご家族のご利用について**  
施設見学、相談、子育て情報などをご希望の方は、お気軽にご連絡ください。



## ひろばをご利用になるときの注意

- 貴重品はお手元で管理してください。
- 飲み物は、お水か、お茶をお持ちください。  
お菓子・ジュースの持ち込みはできません。
- ランチタイムの利用については、ホームページをご覧ください。
- おむつ交換は指定の場所をご利用ください。  
使用済みのおむつ、ゴミ等はすべてお持ち帰りください。
- 安全のため、お子さんから目を離さないでください。  
お子さんのトイレは、大人も付き添ってください。
- 写真を撮るときは、周囲に方に「撮影してもいいですか」とご確認ください。
- 施設内は禁煙です。  
施設周辺での喫煙やポイ捨てもおやめください。
- 大人数のグループでのご利用はお控えください。
- お友だちづくりを装っての宗教勧誘・物品販売はおやめください。



いつでもスタッフに声をかけてください



# ご存じですか？ 横浜子育てサポートシステムです



地域の中で子どもを預けたり(利用会員・両方会員)預かったり(提供会員・両方会員)することで、人と人とのつながりを広げ地域ぐるみで子育て支援を目指す会員制の相互援助活動です。  
(※会員登録はネットからになります。ネットでの登録が難しい方は事務局にご相談ください。)



## 子育てサポートシステム 集団入会説明会

時間：10:00～  
会場：わっくんひろば(豊岡町)2階

要予約

4月	5月	6月	7月	8月	9月
18(金) 26(土)	15(木) 28(水)	10(火) 20(金)	※19(土) 31(木)	※ 8(金) 13(水) 21(木)	5(金) 24(水)

※は提供会員向け



子サポHP



## 鶴見区地域子育て支援拠点 わっくんひろば 内

### 横浜子育てサポートシステム鶴見区支部

鶴見区地域子育て支援拠点わっくんひろば2F  
(火)～(土) 9：00～17：00  
(日)・(月)・祝日・年末年始・特別休館日  
(月)が祝日の場合は(火)もお休みです

専用電話 **045-582-7610**

## ●預けたい方(利用会員・両方会員)

- \* 保育園の送り迎えに間に合わない
  - \* 学童クラブから習い事へ付き添ってほしい
  - \* 美容院に行きたい
  - \* 上の子の行事の時に下の子を預かってほしい
  - \* のんびり1人で過ごしたい
- お子さんを預けたいときに、ぜひご利用ください。

- ★生後57日～小学校6年生までのお子さんがいる方。
- ★令和5年4月1日以降に生まれたお子さんを対象に無料クーポンを配付します。

## 【利用料金】

利用料金1時間500円/その他交通費等実費負担有  
提供・両方会員報酬1時間1,000円 ※市からの給付金含  
※平日午前7時～午後7時の場合、それ以外は100円増し  
※利用料金は、利用・両方会員から提供・両方会員へ直接支払います。

## ●預かる方(提供会員・両方会員)

保育士などの資格は必要ありません。  
事務局で実施する研修会(オンライン研修+実施研修)を受講し、子どもを預かるための勉強をします。

預けたい方との調整は事務局が行い、皆様のご都合のつく範囲で、依頼を打診させていただきます。

鶴見区では、鶴見区地域子育て支援拠点わっくんひろばが事務局を担っています。  
事務局では、この事業を専門に担当するスタッフが皆様と対応いたしますので、いつでも遠慮なく相談できます。

※会員の共通条件…横浜市内にお住まいの方