

利用無料
予約不要

講座・一時預かりは
要予約

一時預かりやってます！ちょっとひと息

2025
4月号

ここみのうち



浜松市子育て支援ひろば
ここでみんなで いっしょに子育て！

ここみのうちの一時預かり

開催曜日：火・水・木（臨時休みあり）

預かり時間帯：9:30～14:30

詳しくはブログから

BLOG



一時預かり専用電話番号

問い合わせ・予約専用電話となります

080-9580-8493



こんにちは！ここみのうちです。

新年度がはじまり、親子でお花見をしたりお散歩をしたりと外出にいい季節になりましたね。

おでかけしやすいこの時期にぜひここみのうちにも遊びに来てみませんか？はじめての方はスタッフがサポートしますので、インターホンを鳴らしてお知らせくださいね！
今月はみんなで防災訓練をする日があったり、しずおか多胎ネットの高山先生をお招きして、多胎のおしゃべり会を開催します。

双子ちゃん、三つ子ちゃんご家族のみなさん！

多胎子育てについてざくばらんにおしゃべりしませんか？

ここみのうちってどんなところ？

のんびりすごせる一軒家。

育ちに合わせたいようなおもちゃがたくさんあります。

毎月2回、日曜日開催！

おにぎり会やお昼ごはん持参でランチルームが利用できる日もあります♪
（冷蔵庫とレンジ完備）

利用できる方

妊婦さんとご家族、0歳～おおむね3歳未満の乳幼児と保護者
パパも、おじいちゃんおばあちゃんも、お気軽にどうぞ！

♪開催日程は裏面のカレンダーをご覧ください♪

ここみのうち

〒430-0854 浜松市中央区瓜内町148-D

☎070-1641-0553

月曜～金曜 9:30～14:30

日曜(月2回) 9:30～15:00 (12:15～12:45昼休館)

メール：kokominoouchi@kokomi-npo.org

ここみのうちアクセス：

JR浜松駅徒歩20分

遠鉄バス「浜松神社西」徒歩3分

駐車場：7台（すこやか助産院駐車場）

建物前3台（多胎・身体的理由等の方優先）

※駐車場は数に限りがあります。



BLOG



ここみのおへや

（出張ひろば）

年間40回
開催

〒432-8062 浜松市中央区増楽町1645-1

☎080-9506-4523（出張ひろば開催日のみ通話可）

ふれあい交流センター可美 2階教養娯楽室

毎週水曜 9:00～14:00

お問い合わせは「ここみのうち」まで



BLOG

ここみのおへやアクセス：

JR「高塚駅」徒歩20分

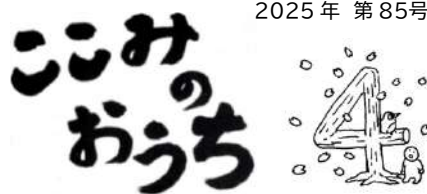
遠鉄バス浜名線「可美公園」徒歩10分

会館利用者共有駐車場あり（43台）



※感染症予防対策を行い、ひろばを開催しています。

ひろば開催や講座等を中止する場合があります。体調不良の方や風邪症状の見られる方はご利用をお控えください。



◇浜松市子育て支援ひろば◇

〒430-0854 浜松市中央区瓜内町 148-D

☎070-1641-0553(ひろば開催時間のみ)

運営:一般社団法人 ここみ

メール: kokominoouchi@kokomi-npo.org

ブログ: https://kokominoouchi.hamazo.tv/

ここみ
公式 LINE



ここみ公式
Instagram

※ 一時預かりの4月分の事前予約は3月3日(月)から受付中です。
5月分の事前予約は4月1日(火)からです。
詳しくは、ここみ公式 LINE や浜松市子育て情報サイトぴっぴでご確認ください。

子育て情報
サイトぴっぴは
こちらから→



○常設ひろば ●出張ひろば ☆発達支援 ◇妊婦さんと家族のための講座 □外国人支援 ★多世代支援 *一時預かり
◎長期休暇支援...1日、3日、4日は就園児・小学生も保護者と一緒にひろばを利用できます。

月	火	水	木	金	土	日
	1 ○◎	2 ● 出張ひろば おうち休み	3 ○◎ おにぎり会	4 ○◇◎ プレパママ	5	6
7 ○	8 ○*	9 ○●□* 出張ひろば 多文化(中国語)	10 研修日	11 ○*	12	13 ○★□ みんなの学び 多文化 (ポルトガル語)
14 ○ 背守り刺繍	15 ○☆* 子育て相談	16 ○●* 出張ひろば	17 ○*	18 ○	19	20 ○◇ am プレパママ pm 沐浴練習会
21 ○ ふたごみつこ	22 ○☆* 子育て相談	23 ○*	24 ○*	25 ○ 避難訓練	26	27
28 ○☆ 子育て相談	29 ● 春分の日	30 ● 出張ひろば おうち休み	21日(月)午前中は、多胎ご家族のみのご利用となります。午後は通常のひろばです。			

※ 感染症予防対策を行い、ひろばを開催しています。ひろば開催や講座等を中止する場合があります。体調不良の方や風邪症状の見られる方はご利用をお控えください。



毎月開催!『背守り刺繍』 4月14日(月) 13:00-14:00

対象:親子参加の場合は
お子さんが6か月ごろまで

♪成長のお守りをちくちく手縫いしませんか?
モチーフ選びも楽しいですよ♪

《予約制・定員あり》

持ち物:なし 手ぶら参加 OK!
(道具は貸出します)

[※針を使いますので、お子さんと
一緒の場合はおんぶで参加するなど
十分気をつけてくださいね]

『ドゥーラと沐浴練習会』 4月20日(日) 13:15-14:45

対象:プレパママとその家族

♪ひろばで沐浴練習をしませんか?
赤ちゃん人形を使って沐浴や抱っこ、
着替えの練習ができますよ♪
産前産後のご家庭へ訪問している
「ここみドゥーラ」スタッフが担当します。

《予約制・定員あり》

持ち物:親子健康手帳(母子健康手帳)、
はますくノート



みんなの学び★多世代講座

『多胎おしゃべり会』

4月13日(日) 10:00-12:00

講師:しずおか多胎ネット・高山ゆき子さん
対象:多胎児を子育て中のご家族など

♪双子育児の先輩ママ高山さんとの
おしゃべり会です。双子ちゃん三つ子ちゃん
ならではの育児の楽しさ、大変さを
ざっくばらんにみんなでお話ししましょう♪
今後の子育てのヒントがもらえるかも!

※多胎児でなくても参加可能ですが、多胎児の
ご家族優先とさせていただきます。

《予約制・定員あり》

持ち物:ふたご育児手帖ノート付き
はますくノート(ファイル)

毎月開催!

『ふたごみつこひろば』

4月21日(月) 10:00-11:30

対象:多胎妊娠中のプレパママ、
多胎育児中の親子さん

♪双子ちゃん・三つ子ちゃんならではの
発見や育児の楽しさ、大変さを
みんなでおしゃべりしませんか?

《予約制・定員あり》

持ち物:ふたご手帖記録ノート付き
はますくノート(ファイル)

『子連れで防災訓練!～地震編～』

4月25日(金) 10:30-11:30

対象:就園前までの子どもとその保護者

♪もし、今地震が来たら!?

いざという時子どもと一緒にどう行動したらいい?
避難経路、備えるもの、その他心配なことなど
みんなで一緒に考えよう! 避難訓練も行います。

《予約不要・定員なし》

持ち物:はますくノート(ファイル)



プレパママ教室
申込みフォーム

身長・体重計測

ひろばで簡易計測ができます。
スタッフまで声をかけてね。



ここみのうち
4月講座
申込みフォーム

講座お問い合わせ
キャンセルフォーム



ひろばのプラスサポート 下記のプラスサポートは予約も可能です。

◇プレパママ教室(妊婦さんと家族のための講座) 10:00-12:00

4日(金)『授乳の話』産前産後に聞きたいあれこれ!

経産婦さんどうぞ!

20日(日)『お産の話』ぜひパートナーと一緒に。

※「ここみドゥーラ」スタッフが常駐、
はますくヘルパーの個別相談もできます。

持ち物:親子健康手帳(母子健康手帳)・はますくノート

《予約制・定員あり》※上記の申し込みフォームよりご予約ください。



★子育て相談(発達支援) 10:00-12:00 (受付11時まで)

こどもの成長で気になること心配事はありますか?

一人で悩まず一緒に考えましょう。

15日(火)…(子育て全般)元保育園園長・石野八須子先生

22日(火)…(子育て・療育)就学相談員・青山明子先生

28日(月)…(体の動き・発達)作業療法士・伊藤信寿先生

□多文化ひろば (外国人支援) 9日(水) 10:00-12:00(中国語) 13日(日) 13:00-15:00(ポルトガル語)