

利用無料
予約不要
講座のみ要予約

自然いっぱい！公園の中にあるひろば

2025
12月号

ここみの森

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！



こんにちは。中瀬南部緑地会館にある「ここみの森」です。
今回は、出張ひろば「ひだまりひろば@内野台」を紹介
します。ほぼ毎週月曜日、内野台コミュニティ会館にて
開催しています。たみのお部屋でひなたぼっこをしながら、
木のおもちゃや絵本もありのびのび遊べますよ。内野台、
染地台周辺にお住まいの親子さん、会館前には駐車場も
ありますのでお気軽にお越しくださいね♪
午後は「0歳あつまれ〜！」と呼びかけていますので、近い月
齢の親子同士でのんびり遊ばしましょう。奇数月は助産師さんを
囲んでのおしゃべり会も開催しています。
ここでみんなで一緒に子育てしましょう！

ここみの森ってどんなところ？

みどり豊かな中瀬南部緑地会館で開催しています。
のんびりすごせるワンフロアーに、育ちに合わせた
いろいろなおもちゃがたくさんあります。
平日はもちろん、土曜日も毎週開催！ご家族でぜひどうぞ♪
※月曜日は休館です。
公園の中にあるので、公園でひと遊びしてから来たり
室内が飽きてきたらすぐおさんぽに行けますよ♪

利用できる方

妊婦さんご家族、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♪



ここみの森

〒434-0012 浜松市浜名区中瀬4486-1
中瀬南部緑地会館 ※月曜休館 ※臨時休館あり
ひろば専用☎080-3285-5533
火曜～土曜（ときどき日祝日開催あり）
9:30～15:00（12:15～12:45昼休館）
メール：kokominomori@kokomi-npo.org

※月曜日はここみの森が閉館のため、
電話は「ここみのうち(中央区)」に転送され、
ここみのうちのスタッフが対応いたします。

ここみの森アクセス：
新東名高速道路・浜松浜北ICから南へ3.4KM
会館利用者共有駐車場あり（40台）

BLOG



ひだまりひろば (出張ひろば)

年間40回
開催

BLOG



〒434-0045 浜松市浜名区内野台2丁目30-8
内野台コミュニティ会館 1階和室
ほぼ毎週月曜日 9:00～14:30（12:15～12:45は昼休館）
お問い合わせは「ここみの森」まで



ひだまりひろばアクセス：
遠州鉄道「遠州小松駅」から
遠州バス浜北医大三方原聖隷線「内野台一丁目」徒歩5分
会館利用者共有駐車場あり(建物前19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。



2025年 第87号 ここみ公式Instagram

〒434-0012 浜松市浜名区中瀬4486-1
中瀬南部緑地会館
☎080-3285-5533(ひろば開催時間のみ)
運営：一般社団法人 ここみ
メール: kokominomori@kokomi-npo.org
ブログ: https://kokominomori.hamazo.tv/

○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
◎長期休暇支援…23日～26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 ● 出張ひろば	2 ○ あかちゃん's かふえ①	3 ○□ 多文化 (中国語) PMはますく	4 ○ はじめてさん	5 ○☆ 子育て相談	6 ○ そらいろの会	7
8 ● 出張ひろば	9 ○☆ 子育て相談 あかちゃん's かふえ②	10 ○	11 ○ 背守り刺繍	12 ○	13 ○★ みんなの学び	14 ○◇ プレパママ
15 ● 出張ひろば	16 ○ あかちゃん's かふえ③	17 ○	18 ○	19 ○	20 ○□☆ AM子育て相談 &多文化(フィリ ピノ語・英語) PM沐浴練習	21
22 ● 出張ひろば	23 ○◎	24 ○◎	25 ○◎ プレパママ ふたごみつご	26 ○◎	27	28
29	30	31	身長・体重計測 ひろばで簡易計測 できますよ。スタッフまで声をかけてね			

ここみの森
12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

毎月開催♪
背守り刺繍の会

12月11日(木)
13:00-14:00
《予約制・定員あり》
申込みフォーム→

ドゥーラと沐浴練習会
12月20日(土)13:30-14:30
《予約制・定員3組》
申込みフォーム→
持ち物:親子健康手帳
(母子健康手帳)、
はますくノート



産前産後に聞きたい！
パートナーとぜひ一緒に！
◇プレパママ教室
(妊婦さんと家族のための講座)
10:00-12:00

14日(日)『お産の話』
25日(木)『赤ちゃん用品の話』
※「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

《要予約・定員あり》
プレパママ教室
申込みフォーム→



こどもの成長の心配ごと
一人で悩まず一緒に考えましょう。
☆子育て相談(発達支援)
10:00-12:00(受付11時まで)
5日(金)言語聴覚士 ことば
9日(火)臨床心理士
心身の発達・子育て全般
20日(土)元保育園園長 子育て全般
※20日はフィリピン語・英語の
通訳さんがきてくれます。
持ち物:はますくノート(ファイル)

通訳さんが来てくれます♪
母国語で子育て相談できます
□多文化ひろば(外国人支援)
10:00-12:00
3日(水)中国語
20日(土)フィリピン語、英語
※20日は子育て相談もできます。

みんなの学び★多世代講座
「子育ては親育ち！」

12月13日(土)10:00-12:00
講師:小笠原誠先生(作業療法士)
対象:妊婦さんから就学前までの親子
♪あかちゃんはどうに発達していくの？
あそびから何を学んでいるの？
など発達の基礎から感覚についてや
愛着についてなど、作業療法士の先生から
様々な視点のお話をわかりやすく学べます。
《予約制・応募多数の場合抽選》
予約締切:12/6(土)
持ち物:はますくノート(ファイル)

12月期

あかちゃん's かふえ3Days
①12月2日 ②9日 ③16日
火曜日 13:00-14:00

対象:2か月～5か月くらいまでのあかちゃん
とご家族(3回とも参加できるかた優先)
♪子育てのあるあるをおしゃべりしたり、
これってどうしてる？を聞きあったり、
お茶を飲みながら、ゆっくりおしゃべり
しませんか？はじめてさんも大歓迎♪
《予約制・定員あり》
持ち物:はますくノート、バスタオル

はますくノート記入会

12月3日(水)13:00-14:00

♪はますくノート(ファイル)にお子さんの
成長と一緒に記録しましょう♪希望の方は、
計測・お子さんの手形押しができますよ。
持ち物:はますくノート(ファイル)、
筆記用具 《予約不要》

はじめてさんの日
12月4日(木)

対象:ひろばの利用が初めての方
♪ひろばが初めての方、気になってるけど
いつ行こうかなと思ってる親子さん！
ぜひ、遊びに来てくださいね。
ひろばのご案内します♪
いつ来てもいつ帰っても大丈夫。
みんなでお待ちしています。

そらいろの会

12月6日(土)10:00-11:00

対象:おこさんの発達がゆるやかだと
感じていたり、ちょっと相談したいな
という保護者の方

♪みなさんで、おしゃべりしたり、
情報交換をしませんか？経験談を
聞きたい、話を聞いてもらいたいなど
先輩保護者のアクティブさんと
一緒にお話ししましょう！
持ち物:はますくノート(ファイル)
《予約制・定員あり》

申込締切:開催日の3日前の水曜日まで

ふたごみつごひろば

12月25日(木)13:00-14:30

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)