

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

2026  
3月号

# ここみのおうち



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！

## ここみのおうちの一時預かり

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



## 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！ここみのおうちです。

ポカポカ暖かな日が多くなりましたね。1年を振り返ったり、入園や復職で気持ちが変わるこの季節。園や学校に通ったお子さんも大きくなったかな？ひろばの長期休暇支援期間を利用して、懐かしいひろばに遊びに来てくださいね！

さて今月は、宇田助産師による性教育の講座があります！おむつ替えの時からできること、親子で大切にしたいことを聞いてみませんか？思春期のこどもがいるスタッフからは、「あかちゃんの時に聞いておきたかった～」の声。性教育なんてまだずっと先の話だと思っている方！この機会にぜひ参加してみてくださいね。

これからお子さんを迎えるプレパパママや、孫育てをしている祖父母世代の方にもお勧めです♪

## ここみのおうちってどんなところ？

のんびりすごせる一軒家。  
育ちに合わせたいいろん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♪

## ここみのおうち

〒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

## ここみのおうちアクセス：

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 浜松市中央区増塚町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「ここみのおうち」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。

一時預かりやっています！ちょっとひと息



# ここの おうち



ここみ公式Instagram

ここみ公式LINE



◇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://kokominoouti.hamazo.tv/

2026年 第96号

※ 一時預かりの3月分の事前予約は2月2日(月)から受付中です。  
4月分の事前予約は3月2日(月)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→



ここみのおうち  
3月講座  
申込みフォーム

○常設ひろば ●出張ひろば ☆発達支援 ◇妊婦さんと家族の講座 □外国人支援 ★多世代支援 \*一時預かり  
◎長期休暇支援・・・17日～31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                                     |
|---|----------------------|---------------------------------------|----------|-----------------------|----|---------------------------------------|
| ・16日(月)、27(金)の午前中は予約されたご家族のみのご利用となります。<br>午後は通常のひろばです。<br>・24日(火)の11:00～13:00はおにぎり会参加の方で貸切です。 |                      |                                       |          |                       |    | 1 ○★□<br>AMみんなの学び<br>PM多文化(ポルトガル語)&講座 |
| 2 ○*  | 3 ○*                 | 4 ○●*<br>出張ひろば                        | 5<br>研修日 | 6 ○◇<br>プレパママ         | 7  | 8                                     |
| 9 ○<br>背守り刺繍  | 10 ○*<br>はますく<br>ノート | 11 ○●*<br>出張ひろば                       | 12 ○*    | 13 ○☆<br>子育て相談        | 14 | 15 ○◇<br>AMプレパママ<br>PM沐浴練習            |
| 16 ○<br>ふたご<br>みつご  | 17 ○☆◎*<br>子育て相談     | 18 ○□◎*<br>多文化<br>(中国語)               | 19 ○◎*   | 20 **<br>春分の日         | 21 | 22                                    |
| 23 ○☆◎<br>子育て相談   | 24 ○◎<br>おにぎり会       | 25 ●<br>出張ひろば<br>おうち休み                | 26 ○◎    | 27 ○◎<br>小さく<br>生まれた子 | 28 | 29                                    |
| 30 ○◎   | 31 ○◎                | 身長・体重計測<br>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 |          |                       |    |                                       |

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  
3月9日(月)  
13:00-14:00  
《予約制・定員あり》  
申し込みフォーム→

はますくノート記入会  
3月10日(火)  
持ち物：はますくノート(ファイル)、  
筆記用具《予約不要》

ドゥーラと沐浴練習会  
3月15日(日)13:15-14:45  
対象：プレパママとその家族  
《予約制・定員あり》  
申し込みフォーム→  
持ち物：親子健康手帳  
(母子健康手帳)、  
はますくノート

ふたごみつごひろば  
3月16日(月)10:00-11:30  
《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)

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  
6日(金)『赤ちゃん用品の話』  
15日(日)『お産の話』

※「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)  
13日(金)言語聴覚士  
ことば  
17日(火)就学相談員  
子育て・療育  
23日(月)作業療法士  
体の動き・発達  
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)  
1日(日)13:00-15:00  
ポルトガル語  
18日(水)10:00-12:00  
中国語



みんなの学び★多世代講座  
『幸せであるための  
選択ができるために  
助産師が伝えたい性の話』  
3月1日(日)10:00-12:00  
講師：助産師・宇田公美子さん  
対象：プレパママ～就学前までの親子  
♪「性」についての学習がほとんどない  
まま大人になった私達。  
「性＝自分らしさを大切に生きていくこと」  
という性教育の根幹について考えながら、  
必要な知識や幸せになる選択ができる  
ための情報をお伝えします。  
《予約制・定員あり》  
持ち物：はますくノート(ファイル)

ブラジル人パママのための  
「妊娠出産・子育て勉強会&相談会」  
入園・入学準備  
～生活リズムを整えよう～  
Preparação para a creche  
e o primário  
～Vamos regular a rotina～  
3月1日(日)13:00-14:00  
講師：助産師(浜松医科大学助産師教員)  
対象：プレパママ～おおむね3歳までの  
ブラジル人親子、日本人親子  
♪日本での出産、子育てについて助産師さんと一緒に  
楽しくお話しながら学びませんか？通訳さんも  
いるので安心。日本人の方の参加も大歓迎！  
《予約制・定員あり》(メール予約可)  
kokominoouchi@kokomi-npo.org  
持ち物：はますくノート(ファイル)

小さく生まれた子の  
交流会  
3月27日(金)  
10:30-11:30  
対象：小さく生まれた  
お子さんとその保護者  
♪お子さんを囲みながらゆったりと  
おしゃべりしませんか？  
この時間帯は2階の  
ひろば貸し切りです。  
《予約制・応募多数の場合抽選》  
持ち物：はますくノート(ファイル)