

利用無料  
予約不要

講座・一時預かりは  
要予約

一時預かりやっています！ちょっとひと息

2026  
5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



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。

今年のゴールデンウィークは大型連休ですね。

浜松はこの時期、お子さんの誕生を大凧にのせてお祝いする「浜松祭り」で盛り上がります！

ここみのうちでは、年間を通して「祖父母世代の方向けの講座」を開催しています。今月は、孫育てが始まる方はもちろん、すでにスタートしている方も、同じく孫育てをしながら地域密着の助産師として活躍中の講師から、今どきの子育てを学べる日があります！

おじいちゃん・おばあちゃん。「孫育てマイスター」を目指して、ぜひ3世代で孫育てについて学んでみませんか？

## 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



ここみのうち

## 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）



ここみのおへや

※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 うち

2026年 第98号

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/

※ 一時預かりの5月分の事前予約は4月2日(木)から受付中です。  
6月分の事前予約は5月1日(金)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→



ここみのうち  
5月・6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

月	火	水	木	金	土	日
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				1 ○◇ プレパママ	2	3 ** 憲法記念日
4 ** みどりの日	5 ** こどもの日	6 ** 振替休日	7 ○* はますく ノート	8 ○☆* 子育て相談	9	10 ○★□ AMみんなの学び PM多文化(ポ ルトガル語)
11 ○ 背守り刺繍	12 ○☆* 子育て相談	13 ● 出張ひろば おうち休み	14 研修日	15 ○*	16	17 ○◇ AMプレパママ PM沐浴練習
18 ○ ふたご みつご	19 ○	20 ○●□* 出張ひろば 多文化(中国語)	21 ○*	22 ○ おにぎり会	23	24
25 ○*	26 ○☆* 子育て相談	27 ○●* 出張ひろば 園選び	28 ○*	29 ○ 小さく生ま れた子	30	31

・18日(月)の10:00~12:00/22日(金)の11:00~13:00は、駐車場・ひろばは参加者が優先となります。

講座お問い合わせ  
キャンセルフォーム



## 毎月開催♪

### はますくノート記入会

5月7日(木)

持ち物：はますくノート(ファイル)、  
筆記用具《予約不要》

### 背守り刺繍の会

5月11日(月)13:00-14:00

持ち物：なし  
手ぶら参加OK!  
(道具は貸出します)

《予約制・定員あり》  
申し込みフォーム→



### ドゥーラと沐浴練習会

5月17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



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

1日(金)『赤ちゃん用品の話』

17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  
申し込みフォーム→



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)

8日(金)言語聴覚士  
ことば

12日(火)就学相談員  
子育て・療育

26日(火)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)

10日(日)13:00-15:00

ポルトガル語

20日(水)10:00-12:00

中国語

## みんなの学び★多世代講座

### すぐに役立つ赤ちゃんのお世話

5月10日(日)10:00-12:00

講師：助産師・齋藤由美さん

対象：孫育て中の方とそのご家族、  
孫育て予定の方もぜひどうぞ

♪産後の母親は、涙もろくなったり、イライラしたり、  
落ち込んだり情緒不安定になりがちです。  
そんな心の変化のことや、沐浴・だっこ・おむつ替え  
など、いまの子育てを赤ちゃん人形を使って  
助産師から学べます。孫のお世話の頼もしい助っ人、  
子育て世代のよき理解者をめざしませんか？

《予約制・定員あり》

持ち物：はますくノート(ママパパが持っている  
ので可能であればお持ちください)、  
孫育てマイスター証  
(初めてご参加の方は当日お渡しします)

## ふたごみつごひろば

5月18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  
育児の楽しさ、大変さ、あるあるを  
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)

## 入園を考えている親子

### 集まれ！入園のきほんのき！

5月27日(水)10:30-11:30

対象：入園を考えている親子どなたでも  
♪保育園・幼稚園・こども園の違いや  
入園方法、見学前に知っておきたい視点  
など入園にむけて今できることを  
みんなで考えよう！

園グッズの紹介もあるよ♪

《予約制・定員あり》

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 5月29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？

《予約制・定員あり》 持ち物：はますくノート(ファイル)