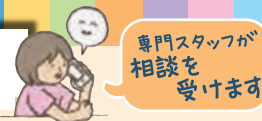


子育てに関する悩み、どんなことでも相談を...



横浜子育てパートナー

一人一人の子育てにあわせて制度や施設、地域の支援について情報提供や紹介を行います。子育ての困りごとの相談もできます。

専用ダイヤル TEL **045-721-8686** 火曜～土曜 9:30～16:00
(月曜、日曜、祝休日、年末年始はお休み)
南区地域子育て支援拠点 はぐはぐの樹

横浜市児童相談所 電話児童相談室

18歳未満のお子さまのことなら、どんなからでも専門のスタッフが相談をお受けします。

TEL **045-260-4152**
月曜～土曜 9:00～17:30 (土曜は16:30まで)
(祝休日、年末年始はお休み)

かながわ子ども家庭110番 相談 LINE

児童虐待、子育ての不安、しつけ、家庭や家族の悩みなど、子どもに関する相談をお受けします。

月曜～土曜 9:00～21:00
(年末年始はお休み)



公益社団法人神奈川県助産師会
ハローベビーかながわ

助産師による無料電話相談

妊娠・出産・子育ておよび女性のライフサイクル全般のご相談を当番の助産師がお受けいたします。

TEL **045-502-3932** 月曜～土曜 10:00～13:00
(おひとり30分まで)

NPO法人 ひだまりの森 **ひだまりの森** 子育て期の相談

幼児教育や福祉資格をもち、子育て経験のある相談員がお話をうかがいます。まずは、お電話でお話ししてみませんか？育児のことだけでなく「あなた自身」の悩みもお話できます。

TEL **045-341-3607** 月曜～木曜 (祝休日はお休み)
10:00～12:00/13:00～16:00
◆金曜日は公認心理師による専門相談を実施。詳しくはお問い合わせください。

子どもの歯と食事について



乳幼児歯科相談

むし歯のチェック、仕上げみがきの方法など子どもの歯について歯科医師と歯科衛生士に相談ができます。

TEL **045-341-1148**
南区役所 こども家庭支援課



【予約制】
二次元コードからお申し込みください。

開催日程等は毎月の広報またはホームページをご覧ください。

離乳食教室

離乳食の進め方のお話と作り方を調理デモでお伝えします。

子どもの食生活相談

栄養士が個別に相談を行います。

TEL **045-341-1185**

南区役所 福祉保健課 健康づくり係



南区役所 こども家庭支援課 こども家庭相談

妊娠期から乳幼児期～思春期・18歳までの子育て相談窓口です。保健師・社会福祉職・助産師等と一緒に考えます。

TEL **045-341-1153**
月曜～金曜 8:45～12:00 / 13:00～17:00
(祝休日、年末年始はお休み)
南区役所 こども家庭支援課 (南区役所2階 25番窓口)

よこはま 子ども虐待ホットライン

「虐待では？」と疑われるとき、自分自身が虐待しそうで不安なとき、ご相談ください。
はまっこ 24時間

TEL **0120-805-240**

24時間フリーダイヤル

児童家庭支援センター むつみの木

電話相談・来所相談・訪問相談

子育てで困ったことなど、相談員や心理士が相談に応じ、様々なサービスの利用の提案など、解決に向けたお手伝いをします。

TEL **045-325-8828** 月曜～金曜 10:00～18:00
(土曜、日曜、祝日等はお相談ください。)

横浜市幼稚園協会

電話による子育て教育相談

子育てに迷ったとき、お子様の様子が気になるときなど、お気軽にお電話ください。子育て経験のある臨床心理士があなたと一緒に考えます。

第2・第4火曜日 / 毎週金曜日
10:00～12:00/13:00～15:00
(祝休日、年末年始はお休み)
TEL **045-534-8837**
◆協会ホームページから相談日時のご予約が可能です。

横浜市中部地域療育センター

地域療育センターは0歳から小学校期までの障害児の療育に関する相談・診療・指導等を行っています。

TEL **045-253-0358** 月曜～金曜 8:30～17:00
(祝休日、年末年始はお休み)

女性の健康や妊娠の相談 生活の困りごと



女性の健康相談

不妊や不育について、避妊について、思春期や更年期の悩み、妊娠の健康に関する悩みについて、助産師、保健師などが相談を行っています。

TEL **045-341-1151**
月曜～金曜 8:45～12:00 / 13:00～17:15
(祝休日、年末年始はお休み)
南区役所 こども家庭支援課 子育て支援担当 (南区役所2階)

不妊・不育専門相談

医師(婦人科、産科、泌尿器科)及び不妊症看護認定看護師等が不妊や不育に関する専門相談を行っています。男性不妊相談も行っています。面談相談で完全予約制。相談日程、相談場所は、横浜市こども青少年局のホームページでご確認ください。

TEL **045-671-2455**
こども青少年局 地域子育て支援課

かながわ女性の不安・困りごと相談室

仕事が減り生活が苦しい、社会とのつながりが持てないなどの不安や生活上の課題について相談をお受けします。

TEL **0467-46-2110**
月曜～金曜 9:00～17:00 (祝休日、年末年始はお休み)
◆留守電の時はメッセージを残してください。折り返します。

電話相談の他にメールやLINE、予約制で相談室や訪問での相談もできます。

メール kanagawa@inclusion-net.jp

LINE での相談受付時間は

【かながわ女性相談】検索をご覧ください。 @749kwotj



南区の小児科

診療・受付時間、休診日、診療科目の詳細は各医療機関にお問い合わせください。

予防接種については横浜市のホームページをご参照ください。



エリア	医療機関名	住 所	TEL
A	相原アレルギー科・小児科クリニック	高根町 3-17 ストーク大通り公園参番館 201 号	261-0737
A	内田内科クリニック	中村町 1-1-1 アークヒルズ 1F	263-1255
B	鶴養医院	宮元町 3-55	334-8753
C	あずま医院	清水ケ丘 1-21	231-7026
C	坂井医院	高砂町 3-28 ThanksLifeBLD.101 号室	251-1508
D	川田医院	永田北 3-14-3	712-6006
D	宇南山小児科医院	永田北 3-36-5	714-1036
D	医療法人社団 南永田診療所	永田みなみ台 2-12-102	714-4880
E	横浜弘明寺呼吸器内科・内科クリニック	六ツ川 1-81 FHCビル2F	306-8026
E	みやじ小児科クリニック	六ツ川 3-86-6 (オリーブ病児保育室 併設 詳しくは27ページ)	716-1011
F	中村クリニック	井土ケ谷下町 28-16 1F	720-1266
F	島田内科小児科クリニック	井土ケ谷下町 40-2	731-4895
F	いどがやこどもクリニック	井土ケ谷中町 158 アクロスキューブ井土ケ谷 3F	731-1717
F	医療法人社団 いむら診療所	井土ケ谷中町 161-6 グランデール井土ケ谷 2F	721-3432
F	ゆいこどもクリニック	弘明寺町 144-1 2F	730-4152
F	弘明クリニック	通町 4-84 メルベユ弘明寺 2F	721-3611
F	大岡医院	大岡 2-13-15	741-0552

子育ての強い味方!

A みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ

エリア



市民活動や地域のサークルの情報提供・相談や、外国人の様々なサポート等に幅広く取り組んでいます。
 研修室・キッズスペース(団体登録後の利用)、おもちゃ・パラバルーン・プロジェクター等の貸し出し(登録後の利用)、講師紹介等の支援も充実。
 ■開館曜日・時間 / 月曜～日曜 9:00～17:00
 ■休館日 / 毎月第3月曜および祝日、12月29日～1月3日
 ■住所 / 南区浦舟町3-46 浦舟複合福祉施設 10階
<https://tabunka.minamilounge.com/>

通訳付 1週間前までに予約してください。 TEL 045-232-9544 (日本語対応) TEL 045-242-0888 (外国語対応)
 外国人向け無料専門相談 FAX 045-242-0897 中国語:毎日、英語:月曜～金曜、タイ語:木曜、ベトナム語:金曜

面談の実施日

名称	相談できる主な内容	日時
法律相談	国際結婚にかかわる離婚・親権・養育、遺産相続、交通事故各種トラブルなど	第2木曜 13:30～15:30
在留相談	在留資格の取得・変更・延長、親族の呼び寄せ、会社設立の手続きなど	第3木曜 13:30～15:30
教育相談	子どもの学校生活、進学相談	第4木曜 13:30～15:30

C フォーラム南太田 (男女共同参画センター横浜南)

エリア



働きづらさに悩むガールズの就労支援や、心とからだの健康づくりなどを応援する講座、本・絵本・雑誌の貸出、調理に適した生活工房・音楽室・会議室等の施設貸出を行っています。
 (主催事業や施設を使用する際の一時保育が利用できます。)
 ■開館曜日・時間 / 月曜～日曜(祝日含む) 9:00～21:00
 ■休館日 / 毎月第3月曜および12月29日～1月3日(施設保守のため臨時休館あり)
 ■住所 / 南区南太田1-7-20 TEL 045-714-5911 FAX 045-714-5912

地域作業所等のショップ

障がい者の働く場、生きがいの場として、パン・お菓子や小物の製作・販売、喫茶など様々な活動を行っています。地域の交流の場にもなっています。

エリア	名称	住所	TEL	開店時間	休店日	取扱商品
A	パーソナルダイバーズ よこはま夢工房	浦舟町3-46 浦舟複合福祉施設9階	232-7631	10:00～17:00	土・日・祝日	クッキー
A	へいへいぽー	中村町4-283-9	315-4735	11:00～15:00	土・日・祝日	パン・クッキー
A	どんとこい・みなみ パンetカフェ	中村町4-270-3 どんとこい・みなみ内	264-2866	11:00～15:30	土・日・祝日	パン・ドリンク 小物・コーヒー豆
B	あいの木ようしんハートショップ	共進町1-1 三協ビル1階	315-4545	10:00～15:30	土・日・祝日	お菓子・小物 毎週金曜日パン販売
B	サザン・ワーク	宿町3-63-1 第三日経ビル1階	341-0696	10:00～16:00	土・日・祝日・ その他レジャーがある日	クッキー・焼菓子
D	めざましショップ	永田北1-1-18	715-6887	10:00～16:00	土・日・祝日・ 他不定休	お菓子・木製小物
D	コーヒーショップぼれぼれ	永田南1-5-3 レジデンス高橋1階	711-0067	11:00～16:00	土・日・祝日・ 他不定休	シフォンケーキ・ お菓子
E	あいの木にじショップ	六ツ川2-107-65	070-3331-6505	10:00～12:00 13:30～16:30	土・日・祝日・ 他不定休	クッキー・パウンドケーキ・ 手作り小物
F	こそあどぐるん	中島町2-47-3 ラフォーレ1階	731-3370	ハンバーガーショップ:月・火・木・金 10:00～14:00 (テイクアウト販売のみ) 小箱ショップ:月・火・木・金 10:00～15:00	土・日・祝日	ハンバーガー・ ドリンク・小物
G	すみれショップ	別所1-11-25	744-2204	11:00～15:00	土・日・祝日	クッキー・小物

災害に備えて

いざという時のために、今からできること。



避難場所を知っていますか?

地震・津波発生

自宅

※自宅建物が火災や倒壊の危険がないときは、あえて避難の必要はありません。

津波

津波避難施設

大規模火災

広域避難場所

いつとき避難場所

地域の皆さんで決めておく集合場所

一定期間避難生活を送るための

地域防災拠点(指定避難所)

家屋の倒壊などにより自宅に戻れない場合に避難生活を送る場所です。
 (あらかじめ指定された市立の小・中学校等)

地震・津波および風水害の避難場所などについて、区で作成しているマップや冊子で確認しましょう。

区役所6階
66番窓口で配布



南区防災マップ



みなみ防災ガイド



子育て家庭のための防災ハンドブック



揺れたらダンゴムシ!



お子さんと一緒にいる時に地震が起きたら、お子さんの頭をママのお腹にくっつけるようにして覆いかぶさり、しっかり抱えましょう。この体勢を普段から遊びに取り入れておくとお子さんとも怖がらずにできます。

災害はいつ起こるか分かりません!

災害発生直後は食料や日用品の購入が難しくなります。家族構成を考え、備蓄品、非常持ち出し品の準備をしておきましょう。

おすすめの減災グッズ
チェックリスト

YOKOHAMA
わたしの防災カノート

東京備蓄ナビ
自分に合った備蓄を調べてみよう
備蓄のイロハや備えておく良い品目などを紹介しています。

横浜市男女共同参画センターホームページ内
女性の視点で防災を考えるパンフレット
「積み込み別紙『わたしの防災カノート』」には緊急連絡先や避難場所が書き込めるようになっています。



公園遊びなどのちょっとした外出時も、いざという時に役立つグッズを持って出かけましょう。それぞれのご家庭が必要と感じるものは違いますが、大切なのは【災害】を意識して準備することです。

例えば...

- ☐ ポリ袋 半透明のもの以外に、黒など中身が見えないものも役立ちます
- ☐ ポケットティッシュ
- ☐ バンダナ ハンカチ、包帯、帽子の代わりになります
- ☐ 飲料水
- ☐ オムツ 簡易トイレにもなります
- ☐ 着替え 1組
- ☐ ミニ懐中電灯
- ☐ 携帯やスマートフォンの充電器 (持ち運びできるタイプ)
- ☐ マスク、歯ブラシ など...

災害時、正しい情報を得るために...

大きな災害が起こると、正しい情報が伝わりにくくなります。家族や親戚の連絡先を共有しておいたり、事前に情報収集方法を確認しておきましょう。知っておくと便利なサービスを紹介します。

行政からの公式情報

● 横浜市防災情報Eメール

横浜市では、地震震度情報、気象警報・注意報等を始めとする防災情報をEメールで配信するサービスを行っています。

横浜市防災情報Eメール 検索

● X(旧ツイッター)による情報発信

大規模災害発生時等に、災害情報や緊急情報をX(旧ツイッター)で受け取ることができます。

@yokohama_saigai <横浜市総務局危機管理室>
@y_minami_saigai <横浜市南区役所>

*それぞれのアカウントをフォローすることで情報を得ることができます。詳しくは、横浜市総務局危機管理室および南区役所のホームページで確認してください。

安否を確認するNTTのサービス

災害用伝言ダイヤル(171)
災害用伝言板(web 171)

どちらも体験期間があります。いざという時に慌てないよう、事前に試してみよう。



病気!?

ケガ!?

救急の 医療相談 病院

もしもの時は、
あわてずに…



横浜市で

急な**病気**や**ケガ**で迷ったら…

電話から



シャープ

#

7

1

1

9

年中無休

24時間対応

または TEL **045-232-7119** ・ TEL **045-523-7119**

※ダイヤル回線・IP 電話からはこちら

今すぐ受診すべきか
救急車を呼ぶべきか

1

番を選択

救急受診できる
病院・診療所を知りたい

2

番を選択

(聴覚障害者専用)
医療機関案内のみ

FAX **045-242-3808**

パソコン・スマートフォンから

横浜市救急受診ガイド

緊急性や受診の必要性を
確認できます。



近くのお医者さん

(病院・診療所)を知りたいときは…

**横浜市医師会
地域医療連携センター**

TEL **045-201-8712**

FAX 045-201-8768

月曜～金曜 9:00～12:00、13:00～17:00
(土曜・日曜・祝日・年末年始は休み)

WEBでも
検索できます



たばこ・洗剤などを**誤飲**したときは…

(公財)日本中毒情報センター 中毒110番

(大 阪) TEL **072-727-2499**

年中無休・24時間

(つくば) TEL **029-852-9999**

年中無休・24時間

たばこ誤飲事故専用 TEL **072-726-9922**

(自動音声応答による情報提供) 年中無休・24時間



医療機関 夜間の急病のときは

横浜市夜間急病センター

TEL **045-212-3535**

所在地／中区桜木町 1-1

診療日／毎夜間

診療科目／内科・小児科・眼科・
耳鼻咽喉科

診療時間／20:00～24:00



医療機関 日曜・祝日・年末年始の
急病のときは…

南区休日急患診療所

(内科・小児科・耳鼻咽喉科(当番制))

TEL **045-711-7000**

所在地／南区宿町4-76-1

診療日／日曜・祝日・12/30～1/3

診療時間／10:00～16:00

受付時間／9:30～15:30

本誌地図／エリア



夜間や日曜・祝日・
年末年始の
救急の歯科診療は…

横浜市歯科保健医療センター

TEL **045-201-7737**

所在地／中区相生町6-107

診療日／毎夜間・日曜・祝日・
12/29～1/4

診療時間／毎夜間

19:00～23:00

日曜・祝日・12/29～1/4

10:00～16:00

発行元：南区役所 こども家庭支援課

令和7年9月発行／横浜市南区浦舟町2丁目33番地／TEL 045-341-1151 FAX 045-341-1145

企画・編集：南区地域子育て支援拠点はぐはぐの樹

取材・企画協力：はぐはぐの樹 マップリポーター

イラスト／西田 恭子、吉田 すみ佳

※掲載情報は令和7年6月現在のものです。

※掲載の内容は予告なく変更になる場合があります。

リサイクル適正の表示：紙へリサイクル可