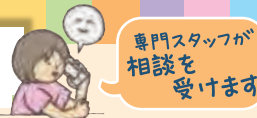


子育てに関する悩み、どんなことでも相談を...



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 8:45～17:00 (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** (受付時間) 月曜～金曜 10:00～17:00
(土曜、日曜、祝日等はこちらにご相談ください。)

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。

TEL **045-534-8837** 毎週金曜日 10:00～12:00/13:00～15:00
(祝休日、年末年始はお休み)
◆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、妊娠婦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)

電話相談の他にメールやLINE、予約制で相談室や出張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・皮膚科

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
B	蒔田さとう皮膚科	花木町 3-48-1 ビエラ蒔田 2F	315-2887
C	あずま医院	清水ヶ丘 1-21	231-7026
C	吉野町キッズクリニック	吉野町 3-7-17 横浜ベイクリウス 5F	341-4001
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
D	ぽにーこどもクリニック井土ヶ谷	永田東 1-3-20 井土ヶ谷クリニックビル 4F	714-4150
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 (オリープ病児保育室 併設 詳しくは27ページ)	716-1011
F	中村クリニック	井土ヶ谷下町 28-16 1F	720-1266
F	島田内科小児科クリニック	井土ヶ谷下町 40-2	731-4895
F	いどがやこどもクリニック	井土ヶ谷中町 158 アクロスキューブ井土ヶ谷 3F	731-1717
F	医療法人社団 いむら診療所	井土ヶ谷中町 161-6 グランデール井土ヶ谷 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
F	井土ヶ谷駅前やまが皮膚科	井土ヶ谷中町 158 アクロスキューブ井土ヶ谷 3F	731-1123

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



市民活動や街の先生の情報提供・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・プロジェクト等の貸し出し(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ス 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	へいへいほー	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・コーヒード
B	あいの木よ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・ その他レジャーエーションがある日	クッキー・焼菓子
D	めざみショップ	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	コーヒーストックぽれぽれ	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・土 テイクアウト販売 10:00 ～ 14:00 イートイン販売 11:00 ～ 13:00 小箱ショップ: 月・火・木・金・土 10:00 ～ 15:00		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	10:00 ～ 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

いっとき避難場所

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 子育て家庭のための
防災ガイド 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

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。



YOKOHAMA わたしの防災カノート

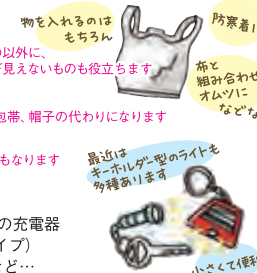
横浜市男女共同参画センターホームページ内の女性の視点で防災を考えるパンフレット。読み込み別紙「わたしの防災カノート」には緊急連絡先や避難場所が書き込めるようになっています。



公園遊びなどのちょっとした外出時、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【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ご紹介します。

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](#) <横浜市防災・危機管理統括本部>
[@y_minami_saigai](#) <横浜南区役所>

*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、横浜市防災・危機管理統括本部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、事前に試してみましょう。

病氣!?

ケガ!?

救急の 医療相談 病院

もしもの時は、
あわせて…



迷ったら、電話で相談を!

夜間・休日にお子さんの体調や急な病気・ケガで判断に困ったら

かながわ
小児救急ダイヤル

シャープ

#

8

0

0

0

IP 電話・ダイヤル回線の方はこちらから **045-345-8865**

相談時間

土曜・日曜・祝日

午前 8 時から翌朝 8 時

月曜～金曜(祝日除く)

18:00～翌朝 8:00



かながわ
救急相談センター

24時間対応 年中無休

シャープ

#

7

1

1

9

ダイヤル回線・IP 電話などはこちら **045-232-7119** または **045-523-7119**

救急医療相談をご希望の方 ▶ 1 番を選択 医療機関をお探しの方 ▶ 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



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



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

受付時間／診療終了時間の30分前

発行元：南区役所 こども家庭支援課

令和 8 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 8 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：紙ヘリサイクル可