

# 中区はじめての子育て ファミリーイベントカレンダー

これから赤ちゃんを迎える方も、  
赤ちゃんとお過ごしはじめたご家族も。  
子どももパパもママも主役！  
かけがえのない家族との時間を  
楽しみましょう。

横浜市中区  
地域子育て支援拠点  
のんびりんこ

☎045-663-9715



中区役所  
子ども家庭支援課

☎045-224-8171



初めは他のママとの  
お付き合いに躊躇しましたが、  
区や拠点の講座は程よい  
距離感で気軽に参加できて、  
リフレッシュできました。



先輩パパママの声

育児をしたい気持ちはあっても  
何をしたら良いかわからない中、  
パパ講座等でパパ同士の気持ちを分かち  
合えてよかったです。大人になって  
から、こんなにつながりが広がると  
思わなかったです。

はじめての子育てを安心して楽しめるよう、家族みんなで参加  
できる講座やイベントを月ごとにまとめました。おでかけのご参考に  
していただければ幸いです。ご参加お待ちしております。

<カレンダー掲載イベントについて>  
カレンダーに掲載している詳細の内容や、追加の情報については、区、拠点のホーム  
ページや、横浜市子育て応援アプリパマトコ（詳細は裏面）をご確認ください。

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
プレママ・プレパパ	18日(土) 沐浴体験 	16日(土) 沐浴体験  23日(土) たまごの会	20日(土) 沐浴体験 	18日(土) 沐浴体験  25日(土) たまごの会	15日(土) 沐浴体験 	19日(土) 沐浴体験  12日(土) たまごの会
プレママ・プレパクラス(両親教室) ※詳細は欄外の二次元コードでご確認ください。出産予定月別に、1コース4回で実施						
パパ	25日(土) 育休中パパの会	9日(土) パパとあそぼう! 	11日(土) パパとあそぼう! 	13日(日) パパとあそぼう!		
ファミリー	11日(土) どれみであそぼう♪ 	6日(水・祝) 親子でカラダを 動かそう  25日(月) 親子であそぼう ～子育てサロン「あのね」 特別バージョン～	6日(土) どれみであそぼう♪  14日(日) 日曜開館	1日(土) どれみであそぼう♪  8日(土) ふれあい体操 (ピースフルファミリー事業)	13日(日) 日曜開館 	
赤ちゃん学級 (開催場所と開催日は以下の通りです。(8月休み) ※詳細は欄外の二次元コードでご確認ください) ① 麦田地域ケアプラザ：第1金曜日、② 不老町地域ケアプラザ：第2水曜日、③ 新山地域ケアプラザ：第2金曜日 ④ 箕沢地域ケアプラザ：第3水曜日、⑤ 野毛地区センター：第4水曜日 ⑥ 中本牧コミュニティハウス：第4金曜日、⑦ 本牧和田地域ケアプラザ：第4金曜日						

## ピックアップ情報

プレママ・  
プレパクラス  
(両親教室)  
詳細はこちら



実施場所

オレンジ色  
のイベント  
のんびりんこ

緑色  
のイベント  
主に区役所

赤ちゃん学級  
詳細はこちら





10月 11月 12月 1月 2月 3月

プレママ・プレパパ




17日(土) 沐浴体験 	21日(土) 沐浴体験	19日(土) 沐浴体験 	16日(土) 沐浴体験	20日(土) 沐浴体験 	20日(土) 沐浴体験
	28日(土) たまごの会		23日(土) たまごの会		13日(土) たまごの会

**プレママ・プレパパクラス(両親教室)** (※詳細は欄外の二次元コードでご確認ください) 出産予定月別に、1コース4回で実施

パパ

23日(金) 育休中パパの会	14日(土) パパとあそぼう!		9日(土) パパとあそぼう!		13日(土) パパとあそぼう!
-------------------	--------------------	--	-------------------	---	--------------------

ファミリー

10日(土) どれみであそぼう♪		12日(土) どれみであそぼう♪		13日(土) どれみであそぼう♪	14日(日) 日曜開館 コンサート
24日(土) 家族で楽しむ 子育てイベント (ピースフルファミリー事業)		6日(日) 日曜開館			

**赤ちゃん学級** (開催場所と開催日は以下のとおりです。(1月休み) ※詳細は欄外の二次元コードでご確認ください)

① 麦田地域ケアプラザ：第1金曜日、② 不老町地域ケアプラザ：第2水曜日、③ 新山下地域ケアプラザ：第2金曜日  
 ④ 箕沢地域ケアプラザ：第3水曜日、⑤ 野毛地区センター：第4水曜日  
 ⑥ 中本牧コミュニティハウス：第4金曜日、⑦ 本牧和田地域ケアプラザ：第4金曜日

**横浜市子育て応援アプリ パマトコ**

パマトコは、妊娠期から学齢期まで、横浜の子育てに必要な情報が集約された横浜市の公式アプリです。カレンダーに掲載しているイベントの一部については、パマトコ内でお知らせや申込をしているため、ぜひ、チェックしてみてください。



**地域ケアプラザ**

誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な福祉・保健の拠点としてさまざまな取組を行っている横浜市独自の施設です。交流の場としても、ぜひお気軽にご活用ください。



**他にもあります！親子の居場所**



親子のつどいの広場



ぶっくりんこ

まだまだ  
中区で遊べる場所  
たくさんあります!

**中区おでかけ  
スポットマップ**

区内の子育て支援施設の情報が一目でわかるマップを作成しています。ぜひ、ご家族でのおでかけの参考にご活用ください!



下の二次元コード内の横浜市中央区ホームページよりダウンロードできます!



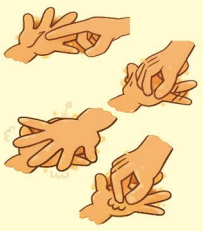
**中区子育て  
応援カレンダー**

拠点では、イベント情報を集約したカレンダーを毎月発行しています。このカレンダーには掲載しきれなかった育児講座や親子向けのイベント情報が満載です。

中区子育て応援カレンダー  
詳細はこちら



ご自宅で実践!  
ふれあい遊び①  
「いっぼんぼし  
こちょこちょ」



1本橋こちょこちょを歌いながらふれあいます。慣れたら緩急をつけるとより楽しい!

ご自宅で実践!  
ふれあい遊び②  
「おとうさん滑り台」



「ヒューン」や「シュルシュル」といった効果音をつけながらすべらせてあげましょう