



## 座間市での子育て応援します！

市内の公園情報

子育て支援センター

幼稚園・保育園

母乳相談・育児相談・健診スケジュール

ママの健康のこと

その他、育児支援サービス etc...

【特集】子育てのプロへ聞いてみた



はじめに

Zamastgrm



Love.baby\_pp



いいね！ Himawari.happu、他

Love.baby\_pp 今日は何と何して過ごそうかなあ...  
#座間市に住んでいる方お知恵拝借したいです  
#皆さん普段どこで何をしていますか？  
#親、子、共に友達募集中  
#子育て相談も興味あり

Himawari.happy 私は**ざまっぷ**で公園見つけたよ！

意外と近くに知らない公園があったからうれしい！

Zamazamama 私は**ざまっぷ**に載ってる支援センターに行って

母子共にお友達が出来たよ！

Zamarintowatashi **ざまっぷ**で子育て相談の特集を見て

こないだ行ってきたよ！たくさん話せてスッキリした！

Papazama **ざまっぷ**の中にたくさん子育て応援のヒントが載ってるから

参考に見てみたらいいと思います♪



# も

# く

# じ

## 01 はじめに

- 04 地図（全域）
- 06 地図（新田宿・四ツ谷・座間方面）
- 07 地図（入谷西・入谷東・立野台・栗原中央・西栗原方面）
- 08 地図（緑ヶ丘・明王・相武台方面）
- 09 地図（南栗原・さがみ野・東原・ひばりが丘方面）
- 10 地図（栗原・広野台・小松原・相模が丘方面）
- 11 座間市マスコットキャラクター「ざまりん」プロフィール
- 12 市内刊行物等一覧

## 13 特集記事

- 14 プロに聞いてみた！保健師さん
- 16 プロに聞いてみた！栄養士さん
- 18 プロに聞いてみた！助産師さん
- 21 産後ケアひまわり／乳房ケア
- 22 プロに聞いてみた！子育て支援センターの先生

## 24 おでかけしよう～施設編～

- 25 ざまりんのおうち（子育て支援センター）
- 26 ざまりんのおうち「ゆめ」 28 「ひまわり」 30 「かがやき」
- 32 児童館
- 34 コミュニティセンター
- 35 立野台コミュニティセンター／小松原コミュニティセンター
- 36 ひばりが丘コミュニティセンター／相模が丘コミュニティセンター
- 37 相武台コミュニティセンター／新田宿・四ツ谷コミュニティセンター
- 38 東原コミュニティセンター／栗原コミュニティセンター
- 39 保育付き講座
- 40 座間市公民館
- 41 北地区文化センター／東地区文化センター
- 42 市役所／出張所
- 43 ネウボラざまりん（子育て世代包括支援センター）／  
プラっとざま（座間市市民交流プラザ）
- 44 図書館／市民健康センター
- 45 サニープレイス座間（市立総合福祉センター）／  
ハーモニーホール座間（市立市民文化会館）
- 46 スカイアリーナ座間（市民体育館）／青少年センター／生きがいセンター
- 47 プール利用案内
- 48 ひまわりまつり／大風まつり
- 49 わらべうた
- 50 おはなしかい
- 51 図書館特集
- 52 子育てサロン・子育てサークル

## 53 おでかけしよう～公園編～

- 54 谷戸山公園
- 58 芹沢公園
- 60 かにが沢公園
- 61 座間公園
- 62 入谷1-1多目的広場（鈴鹿明神社横の公園）／立野台公園
- 63 富士山公園／スカイグリーンパーク／大坂台公園

## 64 お役立ち情報

- 65 災害に備えよう
- 66 日常生活について
- 67 育児について
- 68 ママのための相談窓口／母乳相談
- 69 助成／手当
- 70 子育て支援サービス／病児保育・病後児保育／児童発達支援センター
- 71 保育園
- 73 幼稚園
- 75 一時保育

## 76 医療／救急

- 77 予防接種・検診
- 79 がん検診
- 80 夜間休日診療
- 81 救急受診の目安
- 83 病院
- 84 歯科医院

## 85 おわりに

# 座間市 全域地図



座間市の木  
モクセイ



座間市の花  
ヒマワリ



座間市の鳥  
シジュウカラ

P8

緑ヶ丘・  
明王・相武台方面

P6

新田宿・四ツ谷・座間方面



P7

入谷西・入谷東・立野台・栗原中央・西栗原方面

**P10** 栗原・広野台・  
小松原・相模が丘方面



**P9** 南栗原・さがみ野・  
東原・ひばりが丘方面

# 新田宿・四ツ谷・座間方面



- ざまっぴ掲載施設 (コミセンはコミュニティセンターの略です)
- ★ 公園 (幼) 幼稚園 (保) 保育園
- ⊕ 病院 ⊗ 警察署・交番 Y 消防署 T 郵便局 (文) 高校・中学校・養護学校・小学校
- 🚌 コミュニティバス【ザマフレンド号】バス停

# 入谷西・入谷東・立野台・栗原中央・西栗原方面



地図



- ざまっぷ掲載施設 (コミセンはコミュニティセンターの略です)
- ★ 公園 (幼) 幼稚園 (保) 保育園
- ⊕ 病院 ⊗ 警察署・交番 ㄚ 消防署 ㄚ 郵便局 (文) 高校・中学校・養護学校・小学校
- 🚌 コミュニティバス【ザマフレンド号】バス停

# 緑ヶ丘・明王・相武台方面



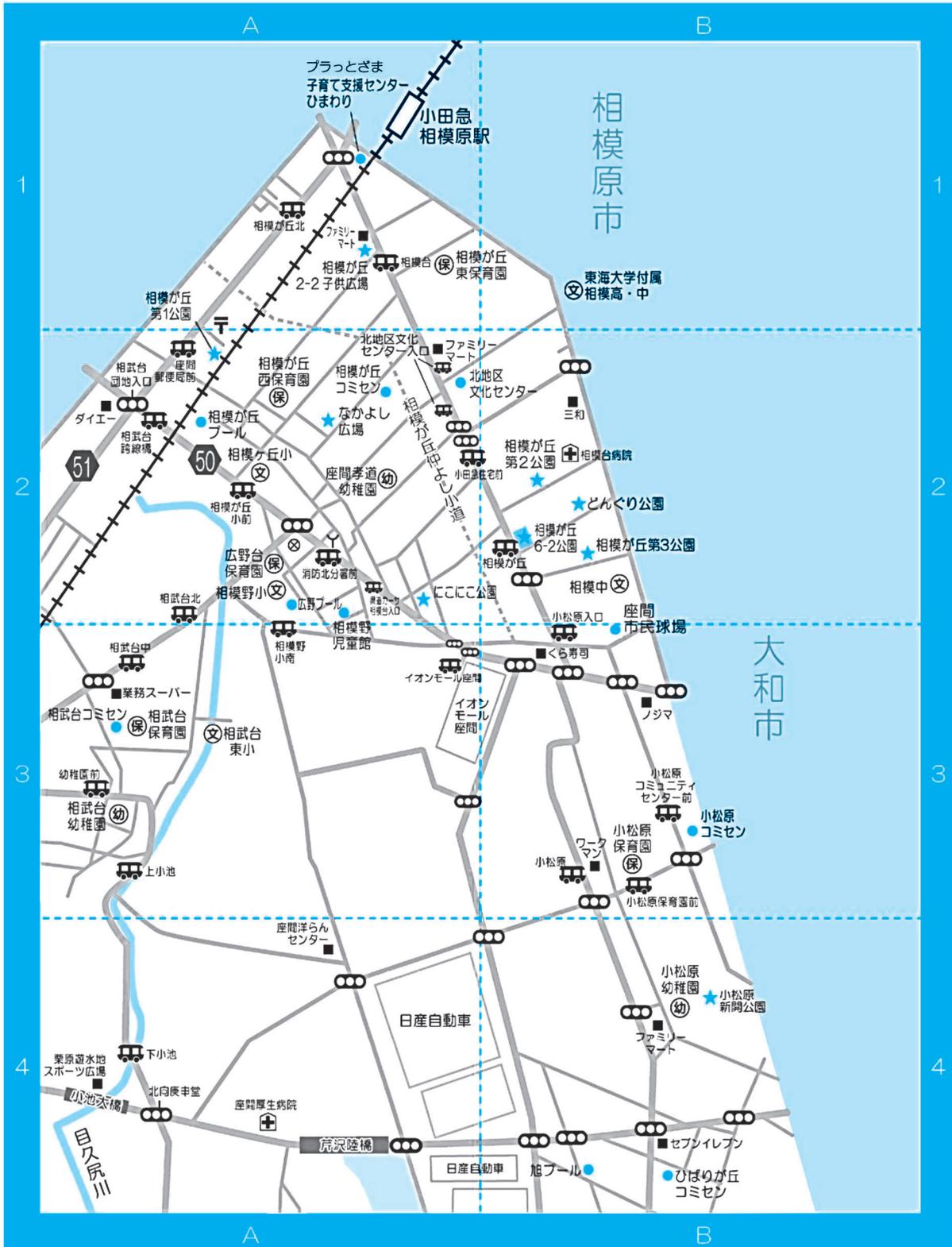
- さまざまな掲載施設 (コミセンはコミュニティセンターの略です)
- ★ 公園
- 幼 幼稚園
- 保 保育園
- ⊕ 病院
- ⊗ 警察署・交番
- 🚒 消防署
- 〒 郵便局
- ⊗ 高校・中学校・養護学校・小学校
- 🚌 コミュニティバス【ザマフレンド号】バス停

# 南栗原・さがみ野・東原・ひばりが丘方面



- さまっぴり掲載施設 (コミセンはコミュニティセンターの略です)
- ★公園 (幼) 幼稚園 (保) 保育園
- ⊕ 病院 ⊗ 警察署・交番 Y 消防署 T 郵便局 ⊗ 高校・中学校・養護学校・小学校
- 🚌 コミュニティバス【ザマフレンド号】バス停

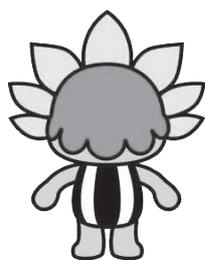
# 栗原・広野台・小松原・相模が丘方面



●	ざまっぶ掲載施設 (コミセンはコミュニティセンターの略です。)	★	公園	幼	幼稚園	保	保育園
+	病院	×	警察署・交番	丫	消防署	〒	郵便局
文	高校・中学校・養護学校・小学校	バス	コミュニティバス【ザマフレンド号】バス停				

# ざまりんプロフィール

✿ なまえ	ざまりん
✿ 生まれた日	2011年11月3日
✿ 住 所	市内のひまわり畑
✿ 好 物	お日様の光、特産・推奨品
✿ 趣 味	日光浴、お絵かき
✿ 友 達	ミツバチ
✿ 使 命	座間市のみりよくを全国にPRすること
✿ 特 技	一輪車 ダンス



後ろ向き



横向き



ざまりんは座間市のひまわり畑から生まれた妖精だよ！ひまわりの種でできている「ぼっこりお腹」には、夢と希望の種がいっぱいつまっているよ★いつもは、ひなたぼっこしたり、お友達のミツバチさんと遊んでいるよ！たまに街にも出かけるから、見かけたら声をかけてね！

X (エックス) とInstagram (インスタグラム) もやってるよ♪

X : @zamarinofficial

Instagram : @zamarin1103\_official

ざまりんグッズもいろんな種類を用意しています♪  
ストラップ / シール / マグカップ などなど  
座間市観光協会、ほほえみショップ (ふれあい会館内)、イオンモール座間などで見てみてね☆彡



# 座間市刊行物等一覧



## 座間市LINE公式 アカウント

LINEによるオンライン申請・予約などのサービスを開始しました。講座のお申し込みもここから可能です♪  
(一部除く)

→LINEの友達追加はこちらから



## コミュニティバス (ザマフレンド号)

1回の乗車につき150円です。(未就学児無料)  
おつりの用意はありませんので、あらかじめ小銭をご準備ください。

詳細はこちら



## 子育てガイド

妊娠時から出産・育児などの子育てに関する支援や各種サービス等の情報を掲載しています。

詳細はこちら



## 令和5年度ざまけんっす

令和5年度に実施するがん検診などの各種検診や予防接種、母子の健康情報、健康相談などを紹介しています。

詳細はこちら





## 特集記事

地域のプロヘインタビュー

- ・保健師さん
- ・栄養士さん
- ・助産師さん
- ・支援センターの先生

こちらの情報は令和4年度のものです。



プロに聞いてみた!

# 保健師さん

育児をしていると疑問や悩みは次から次へと出てくるものです。また、お子さんが大きくなるにつれて、その疑問や悩みもどんどん変わってきますよね。今回はそんな疑問や悩みの相談に乗ってくれる保健師さんにお話を伺いました!



お答えいただいたのは、  
座間市健康づくり課の  
保健師さん



相談したのは  
1歳と3歳のお子さんのいる  
Oさん



Q1 どのくらい洋服を着せていいか分からないんです。気温以外に判断するポイントを教えてください。

基本は大人より一枚少ない枚数です。また冬は手足の冷たさで一枚足すか判断してください。

なるほど! ちなみに冬は布団をはいで手足が冷たくなるんですけど

寝ているときはおなかだけは冷やさないよう注意しましょう。スリーパーや腹巻などがおすすめです。またお腹の上にフェイスタオルを一枚挟んでおくと布団をはいでもお腹をタオルが守ってくれますよ。手足は冷えていても問題はないです。

Q2 歯磨きをスムーズにする方法を教えてください。毎回嫌がられちゃって・・・。

お子さんに「歯磨きは楽しい」のイメージを植え付けるのが大切です!

「歯磨きは楽しい」ですね! 例えばどのようにすればいいですか?

親御さんもしっかり磨こうとするとムキになってお子さんからすると、実はすごく怖い顔になりがちなんですよ(笑)

たしかに! 私もきっと鬼の形相になってると思います(笑)

お子さんは親御さんの表情で楽しいか怖いかを判断するので、笑顔キープや歌を歌ったりするのもおすすめですよ♪

ちなみに口をゆすぐのはいつから練習すればいいですか?

目安は1歳半頃です。お風呂の中など濡れてもいい場所で親御さんと一緒に練習しましょう。

Q3 指しゃぶりはいつまで様子を見ればいいですか?

3歳を過ぎても指しゃぶりをしていたら、歯医者さんに相談しに行きましょう。また育児相談の際に歯科衛生士にも相談ができますよ。前歯の生え方にも影響がでしまうので専門の方に診てもらいましょう。



Q 4 お昼寝の時間帯の影響で、夜寝る時間がずれてしまい  
昼夜逆転。改善策はありますか？



基本的には15時を過ぎてもお昼寝をしていると夜の睡眠に影響があるといわれていますので、15時を過ぎたら起こしてみましょう。

お昼寝の途中で起こすとぐずりそうですが・・・。

最初はぐずると思いますが、そのうち順応していき、お子さんで睡眠のペースをつかんでいけるとと思いますよ！

Q 5 寝返りをするようになってから、うまくおむつ替えができません。コツを教えてください。

まずはおむつ替えをする前に、環境を整えておくといいですよ！

スムーズに行うにはいいですね！ほかにもありますか？

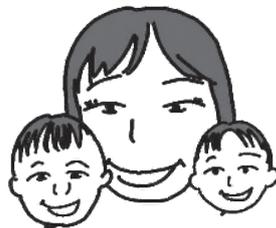
あとは、お子さんのお気に入りのおもちゃや人形などを手に持たせて集中させておくのもいいですよ！

Q 6 発語、歩き始めなど周りよりも遅い気が・・・。  
どこに相談すればいいですか？

1歳半健診などの際に伝えてみてください。  
また発語は保健師に、ハイハイ・歩くなどの発育は理学療法士に直接相談をすることも可能ですよ！

専門の方に直接お会いして相談に乗ってもらうのが一番ですよ。

はい。ご自身でネットで調べたりすると余計に落ち込んだり不安になってしまいますからね。育児相談は随時行っておりますので、お電話で健康づくり課まで問い合わせさせていただきます。



## 相談を終えたOさんの感想

保健師さんの気さくでサバサバしたお話の仕方に、普段の些細な悩みからずっと誰かに聞いてもらいたかった悩みまで幅広く打ち明ける事ができました。育児相談という名前に行くのを躊躇ってしまってたんです。ですが、一人でネットで調べて悶々としてしまうのであれば、1秒でも早く専門家の方とお話した方が良いでしょう！実際に子どもの様子も見てもらえますし、自身の安心につながると感じました。とても参考になりました。

プロに聞いてみた!

# 栄養士さん

「うちの子食べない!」「偏食が気になる!」「これって食べさせて大丈夫?」  
子どもの食にまつわる心配は尽きないもの。栄養士さんにまるっと相談してみました。



お答えいただいたのは、  
座間市健康づくり課の  
管理栄養士さん



相談したのは、  
2人のお子さんがある1さん

Q1 離乳食はいつから始めるものでしょうか。

生後5～6か月頃とされています。また発達の目安として首が座っていること、寝返りができること、ラック等で5秒くらい座れること、スプーンを舌で押し出さないこと、食べ物に興味を示すことなども挙げられます。

うちの子はまだ出来ないかも・・・。

発達面は人それぞれです。特に早産、低体重出生の場合は医師と相談して決める場合もあります。

Q2 「バランスの良い食事」がいまいち分からなくて...

離乳食を初めてすぐの場合は栄養バランスをあまり気にする必要はありません。中期以降は1回の食事で穀物、野菜、たんぱく源を合わせてとるように心がけましょう。

健康づくり課ではお子さんの月齢にあった離乳食教室も定期的に行っています。試食もできるので興味があればご参加ください。

そうなんです!実際に見せてもらえると安心できそうです。

※育児相談(電話も含む)や健診の栄養相談ではご家庭の生活習慣などを伺って、お子さんに合う方法を保護者と一緒に考えています。

Q3 ごはんを食べることに興味がない時は、どうやって食べさせたらいいですか?

興味がないと一言でいっても事情は様々です。お子さんの体調にもよりますし、ミルクや母乳、お菓子を与えすぎてしまって、様々な理由でお腹が空いていないのかもしれませんが。



Q 4 出した分だけじゃ足りていないときもあるみたいです。何をあげればいいでしょうか。

離乳食初期や中期は食後のミルクや母乳で補います。離乳食が進むにつれて他の対処法としてドロドロから固さをアップすることや食べ物のサイズを大きくすること、手づかみ食べも勧めています。それによりエネルギー量も増えますし、お子さんの食べることに時間がかかり満腹になることもあります。それから、月齢の食事量はあくまでも目安のため多少多くても問題ありません。増やす場合は穀物や野菜など、消化に負担がかからないものをとるようにしましょう。

なるほど～。大人と一緒にですね！試してみます。



Q 5 好き嫌いが気になります。

1歳くらいでは好き嫌いは固定化するのは少なく、形・あげ方・その日のお子さんの気分などで左右されることが多いです。変化をつけつつ繰り返し出してみましょう。それでも気になるようなことがあれば、お気軽に健康づくり課まで相談してください。

Q 6 アレルギーが怖くて、新しい食材をあげるのに躊躇ってしまいます。

離乳食に関しては、摂取時期を遅らせても予防効果があるという科学的根拠はありません。月齢で食べられる時期がきたら食物にトライしましょう。

そうなんですね。あげるときに気を付けることはありますか？

食物は加熱を十分にし、少量から量を増やしていきましょう。初めて食べるものは体調がよいときにトライするのが望ましいです。

もしアレルギーがあったらどうすればいいですか？

アレルギーと思われる症状が出たときは自己判断せず医師の診断を受けてください。アレルギーの場合、どのように治療を進めていくかも医師と相談しましょう。



## 相談を終えたIさんの感想



栄養士さんが優しくアドバイスをしてくださったので、不安が解消しました。子育てに食事の悩みは付き物ですが、困ったときに離乳食教室（もぐもぐ教室）や育児相談、電話での相談ができるって知ってほっとしました。

プロに聞いてみた!

## 助産師さん

初めての赤ちゃんとの生活、まず苦戦するのがおっぱいやミルクのことではないでしょうか？  
座間市提携助産院のはぐくみ・やまうら・及川母乳育児相談室の3か所（p.68参照）へ相談し、  
ご回答いただきました！



お答えいただいたのは、助産師の  
鈴木さん 山浦さん 及川さん



相談したのは  
1歳と3歳のお子さんのいる  
0さん

Q1 助産院の特色、得意としている分野、行っていることなどを教えてください。また母乳マッサージを受ける場合、どの程度費用がかかるのでしょうか？（赤ちゃん連れでも大丈夫でしょうか？）



鈴木さん

母乳育児の応援はもとより、お母さんお父さんの笑顔と育児が楽しくなることをモットーに妊娠中～産後のご相談をお受けしています。  
出張のみで1時間半6,000円（乳房マッサージ、授乳指導、発達ケア等）発達育児相談のみは1時間4,000円です。  
その他、毎月3回コースで開催のベビーマッサージ教室・不定期開催のお産の学校についてはブログをご覧ください。



山浦さん

出張のみで乳房ケアの場合6,000円です。  
妊娠中の骨盤ケア教室、赤ちゃんの発達の教室、ベビーマッサージ教室  
いのちの話（乳幼児の保護者向けから小学生向け）  
また母乳ケアだけでなく、赤ちゃんがしなやかに動ける子になるように、  
しっかり食べられるお口に育つように様々な教室を開催しています。



及川さん

出張のみの母乳育児相談、マッサージをしております。  
出張料含め初回5,000円、次回から4,000円（座間市の料金）  
赤ちゃん連れでも大丈夫ですが、卒乳1回目は、お子さんがかわいそう  
かもしれません。

Q2 乳腺炎になったかもしれません。まずは、どうしたらいいでしょうか？



鈴木さん

赤ちゃんにしっかり飲んでもらうことが必要です。また服の上から保冷材で軽く冷やしてもよいです。  
夜中に発熱を伴うおっぱいの痛みの場合は、バタバタ動かずに飲んだことのある鎮痛解熱剤を服用し、朝まで授乳しながら様子を見て、その後助産師さんに相談して対処の仕方を聞いてください。



山浦さん

乳腺炎もいろいろなタイプがあり、それにより対応も異なってきます。  
まずは電話で症状を伺い対応をお伝えしています。



及川さん

赤ちゃんに3時間以内でよく飲んでもらってください。  
その後おっぱいを冷やし、低カロリーの食事をこころがけましょう。  
また入浴はサッと済ませるとよいでしょう。

Q 3 おっぱいが痛いときのセルフケアを教えてください。



鈴木さん

産後1か月位で乳腺の開通が間に合っていないと張りすぎてしまう痛みは、お子さんに飲んでもらい乳首の開通マッサージを行ってください。しこりを押して授乳したり、自己流マッサージすることは悪化させることにも繋がるため、助産師さんに相談することをお勧めします。



山浦さん

おっぱいが痛いといっても原因は様々です。今の授乳状況、痛みの場所、熱の有無などお聞きして、対応をお伝えしています。



及川さん

乳房痛があるときは、いろいろな方向から飲んでもらいましょう。休んで溜まるとさらに痛みが増し、しこりが大きくなるため授乳は休まないことが大切です。乳頭が痛い時は乳頭の周りを柔らかくして、深く呑んでもらいましょう。



Q 4 おっぱいをあげても赤ちゃんが泣きやみません。母乳が足りていないのでしょうか？



鈴木さん

出生時の体重から4か月健診まで体重が順調に増えていけば母乳不足ではありません。赤ちゃんが泣く原因は他にも、暑いor寒い等の温度差、眠いののに寝られない寝ぐずり、便秘、たくさんの人からの刺激による脳の興奮状態、体の緊張など様々なことがあります。



山浦さん

おっぱいが足りていないだけでなく、十分足りていても泣く場合があります。訪問時は、飲み方、体重の増えを確認し、足りていても泣く場合は、抱き方、寝かせ方、月齢に合わせた遊び方など、その赤ちゃんに合わせたケアをお伝えしています。



及川さん

赤ちゃんの母乳不足だけではありません。遊んで欲しい時、眠い時、便が出る前でお腹がいたいとき、抱っこしてほしかったりと様々です。



Q 5 母乳だとどれくらい飲んでいるかわからず、体重が順調に増えているか心配です。



鈴木さん

乳房ケアチケットを使用し哺乳量や体重を確認してもらってください。あくまで一つの目安ですが1か月健診で生下時体重から約1kg増、生後3か月で生下時の約2倍の体重増加していれば問題ありません。



山浦さん

訪問の際に授乳に合わせて伺い、授乳量を測り、判断しています。お子さんの情報、お母さんの心配具合を把握してアドバイスしています。



及川さん

赤ちゃんの機嫌、便や尿の量、活気など全体の様子を見てください。また保健センターやスーパーでも体重は測れるので活用するとよいかもしれません。

座間市内にあるショッピングモールの授乳室でも体重が測れるですよ！気になる方は活用してみるといいかもしれません。



Q 6 吐き戻しが頻繁にあります。飲みすぎでしょうか？



鈴木さん

哺乳量との関係もありますが、赤ちゃんの胃の入り口は大人のようにまだしっかりと閉じられていません。そのため急いで飲むと空気も一緒に飲んでしまい排気と一緒に吐き戻すことがあります。ただし、毎回嘔水のように吐く場合は、早めに小児科受診して相談してください。



山浦さん

お子さんの様子により判断しています。特に月齢、授乳量、体重の増え方などお子さんの情報をお聞きした上でお答えしています。



及川さん

腹圧や飲み過ぎ、げっぷと一緒に吐くことがあります。ただし1か月健診前に体重の増えが悪ければ病気のこともあるため一度小児科を受診しましょう。

Q 7 飲むとき、飲まないときでばらつきがあります。授乳のタイミングがよくないのでしょうか？



鈴木さん

生後1か月位までは、胃の容量も少ないため赤ちゃんが泣いたら飲ませる頻回授乳になります。1か月健診が終わって体重がしっかり増加し、哺乳量が増えてきたら、授乳リズムを変えていきましょう。母乳回数の目安は1か月健診までは12～13回、1か月健診から2か月が8～10回、2か月以降は7～8回を目指してください。ただし、ミルクの間隔は最初から3時間あけましょう。



山浦さん

新生児なのか、3か月くらいなのか、離乳食が始まっているお子さんなのか、月齢でお答えが変わりますので、お子さんの情報をお聞きして対応しています。



及川さん

赤ちゃんの成長とともに色々なことがわかってくるため、授乳時に気が散ったり一気に飲まないこともあります。

Q 8 市販のミルクが様々な種類があり、どれを選んでよいかわかりません。



鈴木さん

産院で使っていたものを継承する方が多いです。ミルクの頻度や外出先での手軽さなど生活のスタイルによっても選ぶ方もいます。ただしミルクのメーカーを変えたときに、下痢をしたり湿疹が出ることもあるため、変更する時には赤ちゃんの体調に留意して小さい容量から試しましょう。



山浦さん

普通の育児用ミルク、アレルギー対応のミルク、フォローアップミルク、スティックタイプ、キューブタイプ、缶タイプといろいろありますね。質問される方の月齢や状況をお聞きしてお答えしています。



及川さん

ミルクは日本のもので有れば一定の基準を満たしているのです、あとは赤ちゃんの好みで、試供品でお試ししても良いかもしれません。

私自身、一人目のときは産院で使っていたものをそのまま使用し、二人目のときは手軽に使えるキューブタイプのものを使っていました。(実は一人目のときに缶で購入した後、あまり使わないまま賞味期限が切れてしまい、泣く泣く中身が残ったまま処分した経験があります。)ライフスタイルに合わせて選ぶのも良いかもしれませんね！



## 産後ケアひまわり（座間市産後ケア事業）

産後のママたちの育児サポートの1つとして、日帰りでケアを受けることができます。

- 対象 座間市在住の出産して4か月になる前日までのママと赤ちゃん
- 内容 乳房ケア、母親のオイルトリートメント、育児の相談、母親の休息など
- 申込み 市の赤ちゃん訪問を受け、申込書を提出してください。  
(後日利用券を発行します)
- 場所 シロタ産婦人科
- 日時 毎週火曜日9:30~14:00頃  
第3, 4月曜日/第1, 2木曜日/毎週金曜日11:30~16:00頃  
(いずれも祝・休日・年末年始を除きます)
- 費用 1,500円(詳細は担当までお問合せください)

【担当】ネウボラざまりん 046-252-7776 (直通)



## 乳房ケア

おっぱいのケアで助産師が訪問するときの費用を補助します。  
おっぱいのトラブルや授乳・育児についてご相談ください。

- 対象 座間市在住の産後4か月になる前日までのママ  
※感染症にかかっている、または治療が必要な方は除く
- 場所 ご自宅
- 日時 原則平日で助産師と調整
- 費用 ケアにかかる費用のうち2,000円を補助(それ以外は自己負担)
- 委託助産師へ直接申込み  
(妊娠届出時に発行した「座間市乳房ケア費用補助券」が必要となります)

【担当】ネウボラざまりん 046-252-7776 (直通)



## 相談を終えたOさんの感想

今回、編集員が感じていた悩みなどを募り、メール形式でお答えいただきました。記事の関係でご回答いただいた文をすべて載せきれませんでした。やはりプロの方々のアドバイス！ためになることばかりでした。私自身、授乳のことやミルクのことで悩むことは多かったので助産師さんに相談したり、乳房ケアチケットをもっと活用していればよかったです。

(座間市提携助産院の連絡先などの詳細はp.68に記載しているのでご覧ください)  
メールでのご回答で答えにくい質問もある中、インタビューを受けていただいた助産師の方々に感謝しています。ありがとうございました。

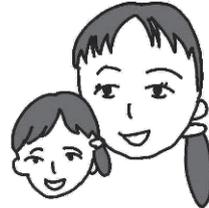
プロに聞いてみた！

# 子育て支援センターの先生

どうやって楽しませよう。どうやって叱ろう。どうやって成長させていこう。毎日一緒に過ごしながらきっと親御さんはお子さんにとっての最善を常に考えているはずです。正解がないからこそ難しい子どもとのかかわり方。今回はたくさんのお子さんと毎日接している支援センターの先生に子どもとのかかわり方を聞いてみました。



今回お話を伺ったのは  
子育て支援センター  
かがやきの先生



相談したのは1歳10か月の  
娘のいるHさん



Q 1 雨の日に子どもと家でどう過ごせばいいかわかりません。

お米とお塩で出来た粘土を使って親子で一緒に遊ぶのはどうですか？  
口に入れても安全だし、指先の動きから脳の発達や色の認識にもつながるのでおすすめです！

粘土ですか！いいですね！

あとは、子どもと一緒にクッキングもいいですね。ニンジンを折ってもらうだけとかでも子どもにとっては新鮮で楽しく感じてもらえると思います。

Q 2 お昼寝をしってくれなくて絶望……。  
気持ちの切り替え方を教えて欲しいです。

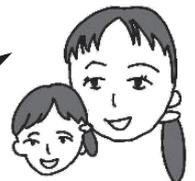
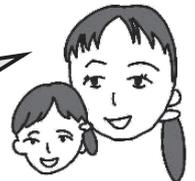
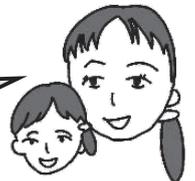
たまに昼寝しなかったらそんな日もあるか！と諦めてしまうか、毎日お昼寝をしないのであればお母さんのリフレッシュも大事なのでゆっくりしてほしいです。

午後はゆっくりしたいのが本音です……。 (涙)  
子どもが夜寝るまで動きっぱなしって結構しんどいんですよね (笑)

そりゃそうですよ！！時間を決めてテレビやYouTubeに頼ったっていいんです。お母さんはその間少しお昼寝しましょう (笑)

Q 3 昼は仕事、夜は家事に追われ子どもと向き合う時間がありません。  
何かいい方法はありますか？

子どもと向き合うのに時間が長い方がいい。ではないと思います。お風呂と一緒にいる時間だけでも子どもの目を見てお話しをする。これだけでも十分子どもにとっては嬉しいと思います。  
あとはぎゅーって抱きしめるのは一番効果的じゃないですかね♪



Q 4 ワンオペが少しでも楽になる方法を教えてください。

ずっと家にいるから完璧にしなきゃとか、自分で自分を厳しくしちゃいがちですね。

やらなきゃいけないことはたくさんあるのに、子どももいるからもちろん思い通りにはいかなくて・・・。

意識して気持ちをゆるめてほしいです。一人だし！（笑）洗濯物は畳まずに全部かけちゃうとか、家事の手抜き術をどんどん見つけてほしいです。

Q 5 パパは普段仕事で顔を合わす時間が少ないので子どもがなついてくれません。何かいい方法はありますか？

パパのお休みの日に思い切って二人きりで遊んでみるのはいかがでしょうか。

ママがいなくなっちゃうってことか！2人きりで大丈夫かなあ？（笑）

最初は30分だけでもいいんです！パパならではの遊びを考えて、お子さんの心を掴んでほしいです！例えば体を使った遊びや、パパが考えたルートでお散歩に一緒に行ったり、パパ限定の過ごし方をお子さんと過ごしてみたらいかがでしょうか。

Q 6 いやいや期を乗り越える方法はありますか？

例えばお子さんがいやいやな状態のときは、ちょちょ攻撃とか、いやを笑いに変えてみるのも一つの手ですね。でもずっと続くとお母さんもしんどいですよね。

私に元気があればできるんですが、体力がないときはどうすれば・・・。

そのようなときは誰かと話してください。うち（子育て支援センターかがやき）にも、よく話聞いてくださって来るお母さんはたくさんいますよ。口に出すだけで少しは気持ちがすっきりするんじゃないかな。いやいや期は一生続かない！期間限定のパフォーマンスです！（笑）



## 相談を終えたHさんの感想

子育て支援センターは子どもを遊ばせる場所とばかり思っていたので、私の些細な日常の相談にも親身になって聞いて下さり、とても嬉しかったです。自分が悩んだときに、寄り添ってもらえる場所なんだなと実感し、なんだかとても心強くなりました。これからも親子ともにお世話になりたいです。

おでかけしよう

## 施設編

ざまりんのおうち

座間市子育て支援センター

ゆめ／ひまわり／かがやき

児童館

コミュニティセンター

公民館・文化センター

市役所・出張所

ネウボラざまりん・プラっとざま

図書館・市民健康センター

その他の施設



## ざまりんのおうち (子育て支援センター)

開所時間 10:00～16:00

閉所日：土曜日、日曜日、祝日  
年末年始(12/29～1/3)  
第2木曜日 15:00閉所  
その他月1回平日午後閉所  
(閉所日は各センターによる)  
利用料：無料

### ざまりんのおうちって??

赤ちゃんから小学校入学前の子どもを連れて遊びに行けます。座間市内3か所にある「ざまりんのおうち」は、子どもを遊ばせたり、お友だちづくりや育児相談など、子育て中のママパパを応援する施設です。

### 人がいるところで悩みを 話すのはちょっと・・・

専用の相談室を設けています。  
その他、電話やFAXなどでも受け付けていますのでお気軽にご相談ください。

### 一人でいくのはちょっと不安です

心配せずにはまずは来てみてください！友達を作りに来ている親子がたくさんいます。子どもたちのふれあいを通して、親同士も仲良くなれますよ。

### 一時預かりなどは してくれるの？

子どもの預かり保育はしていません。  
家族と一緒に遊んでいただくお手伝いをさせていただきます。

### 何かイベントはあるのかな？

それぞれのざまりんのおうちで、離乳食相談会や子育て中の親同士のつどいなども計画しています。月行事や講座については各センターの掲示や毎月発行のこそだてカレンダーをご覧ください。  
また、詳しくは、各子育て支援センターへお問い合わせください。  
(行事・講座内容は毎年変更します。)

## ☆ざまりんのおうちのいいところ☆

- ♪雨の日でもたくさんのおもちゃの中で遊べる
- ★子育て情報が手に入る  
(幼稚園、保育園、一時預かり、病院の情報も!)
- ♪ママ友、パパ友ができる。
- ♪本の貸し出しOK
- ☆お友達と遊ぶ練習になる。
- ☆相談室があるので、周りを気にせずに子育てのことを相談できる。
- ♡各センター毎月季節の行事などがあります。

### 令和5年7月より予約不要になりました！

イベントや講座は引き続き予約制となりますので、各子育て支援センターにお問い合わせください。

利用時間

- ① 10:00～12:30
- ② 13:30～16:00

マーク  
一覧



多目的トイレ



子ども用トイレ



おむつ替え  
スペース



授乳室  
給湯室



飲食スペース



自販機



エレベーター



AED  
設置箇所



駐車場

# ざまりんのおうち「ゆめ」

地 図：P9 A-2

所在地：座間市東原2-8-1 通園センター2階

TEL：046-254-2634(FAX 同)

コミュニティバス「子育て支援センター入口」下車徒歩3分

駐車場は建物南側のみ/駐輪場は建物北側

1階で靴を脱いで、階段を上がって2階へ

受付にて名札をもらう(初回は登録)

※マーク説明はp.25参照⇒



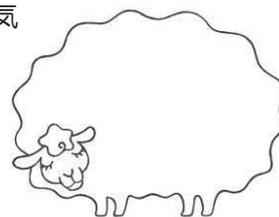
15台

施設



## ざまりんのおうち「ゆめ」ってどんなところ？

3つの子育て支援センターの中でも一番大きく、広い駐車場があるためとても利用しやすいです。周辺のパパ・ママはもちろん他市からも利用するママが多いです。スタッフの皆さんは気さくな「先輩ママさん」といった感じで、井戸端会議のように家庭の悩みを聞いてくれる雰囲気にもママもリラックスできます。



### イベント♡講座

定期的に講座やイベントを行っています。体操やおはなし会、工作など興味のあるテーマがあれば是非参加してね

### 赤ちゃんDay

毎月第3(火)午後5か月～1才頃あんよ前までの赤ちゃんのみが利用できます。同じ時期を過ごしているママ達、安心して遊びに来てね

### ★他にもうれしい

#### こんな事★

着られなくなった子どもの服のリサイクルやレンタル服の貸し出しもやっているよ。また絵本やママ・パパ向けの本の貸し出しも

※講座やイベントは予約が必要なこともあります。

★ざまりん広場市民健康センター★  
毎月第1(水)  
13:30～15:30  
一緒に遊びましょう！

### 子育ての悩み相談できます

来所の相談・TEL・FAXでの相談も受け付けています。

(9:00～16:00)

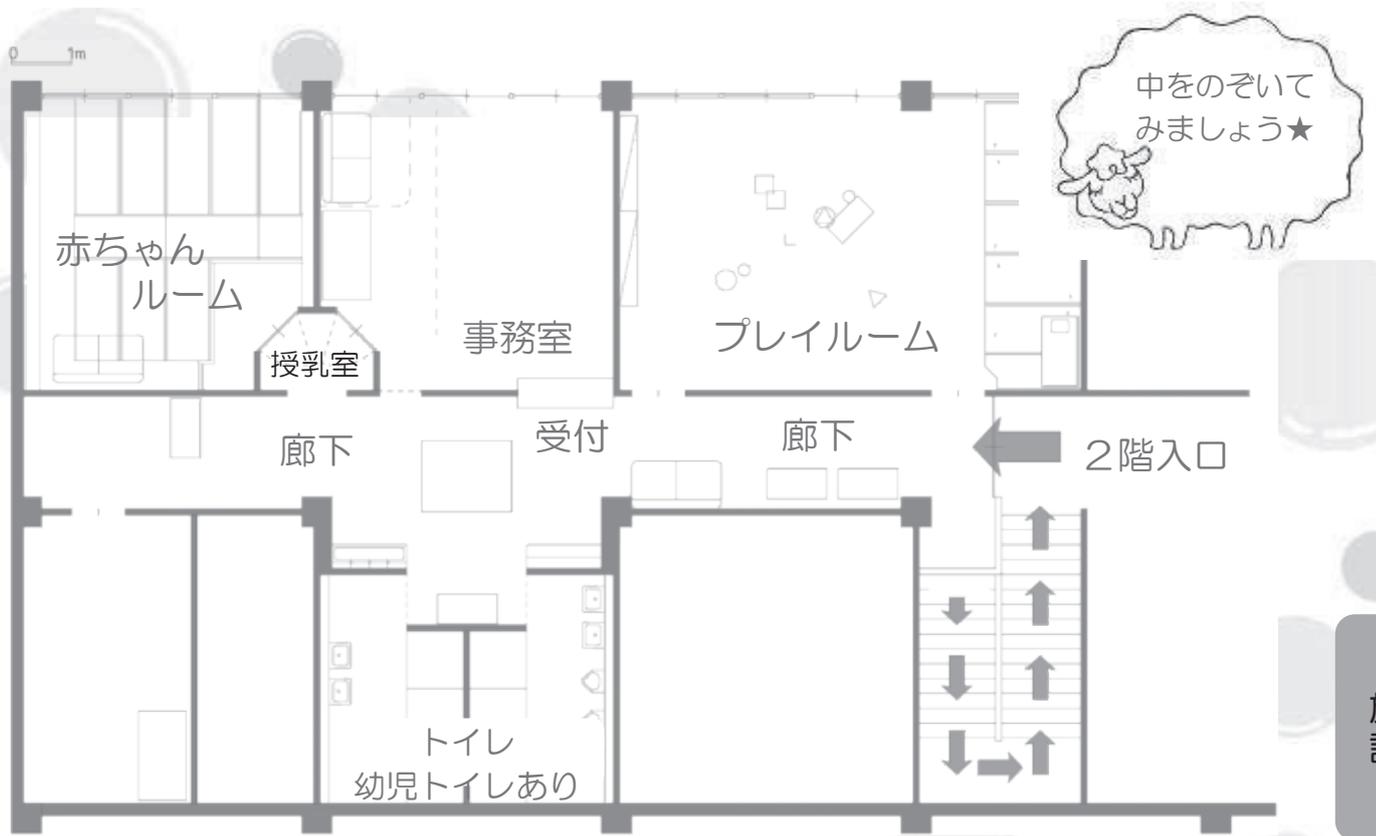
詳しくはスタッフにお問い合わせください。

※子育て相談室を設置しているので、周りの目を気にせず、落ち着いて相談できますよ。子育て情報が聞けます。(幼稚園や保育園他)

### スタッフさんからのメッセージ

初めての子育て、不安でいっぱいだと思いますが、ちょっとしたことで気軽にスタッフに話してください。先輩ママにもいろいろ聞けますよ♪ママだけでなく、パパの来所も多くなりました。おじいちゃんおばあちゃんのお来所もOK。

楽しくのんびり子育てしましょうね。



施設

★赤ちゃんルーム★

畳の部屋は寝っ転がっても気持ちがいいから新生児でも安心してすごせるよ♪  
鍵付きのゲートがついているから外から幼児は勝手に入ってこられないしヨチヨチ歩きの赤ちゃんが脱走する心配もなし☆



★プレイルーム★

カーペットが敷いてある広いプレイスペースの奥に畳とベビーベッドもあるから兄弟姉妹で来ても下の子をみながら上の子を遊ばせることができるよ。  
電車やおままごと、パズル、おもちゃもいっぱい!



★授乳室★



個室なので赤ちゃんと2人でゆっくり母乳やおむつ替えができます。ミルクのお湯も用意しているのでスタッフに声をかけてね。



あっという間にお洋服がサイズアウト……。そんなときはここをのぞいてみてね。着られなくなった服を皆でリサイクル。

1人1回3着まで自由に持ち帰れるよ。

★その他いろいろ★



長い廊下では車や滑り台、大型ハウスもあるので雨の日も遊べるね。

# ざまりんのおうち「ひまわり」

地 図：P10 A-1

所在地：座間市相模が丘1-25-1 リビオタワー

小田急相模原コモンズさま2階

T E L：042-740-2788(FAX：042-740-2789)

小田急相模原駅北口より徒歩2分

コミュニティバス「相模が丘北」停留所から徒歩2分

受付にて名札をつける（初回は登録）

※マーク説明はp.25 参照⇒    

施設



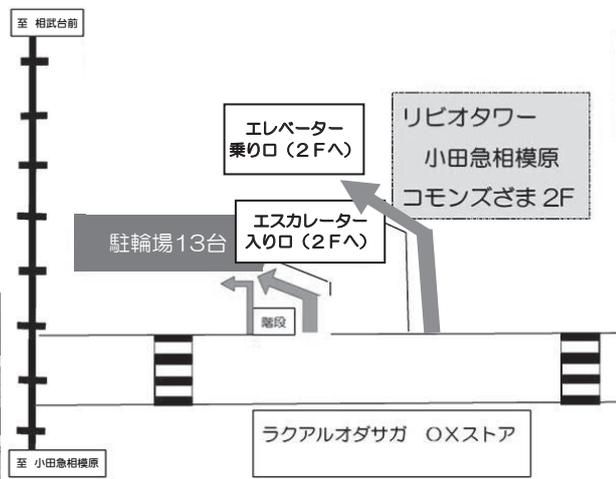
## ざまりんのおうち「ひまわり」ってどんなところ？

小田急相模原駅北口から歩いてすぐです。  
13台止められる自転車置き場もあります。  
プレイルームには森のコテージをイメージした大きな滑り台や、ままごとハウスがあり、赤ちゃんコーナー（ほふく室）では、ハイハイ・よちよち赤ちゃんたちが遊べます。ベットもありますのでねんねの赤ちゃんも安全に過ごせます。スタッフさんと話したり、希望すれば相談室で相談を聞いてもらえます。



### ★プレママ・パパあつまれ★

初めてママになる！ 沐浴のしかた・・・不安はありませんか？  
センターでは先輩ママ達のアドバイスや子育ての情報も聞けます。  
毎月、土日祝日を除く15日はプレママパパ見学会を実施しています。  
まだまだ着られるベビー服、子ども服のリユース（再利用）コーナーもあります。  
また、育児用品（ベビーカーやベビーベッドなど）を欲しい人とあげたい人をつなぐ**マッチングボード**を始めました。ぜひのぞいてみてください。



### 子育ての情報が聞けます

子育て支援センターは小学生になる前までのお子さんを対象とした施設です。近隣の幼稚園や保育園の情報が揃っています。

絵本の貸出だけでなくママ、パパ向けの貸出図書も充実しています。（記名・2週間4冊まで）図書のリクエストも聞いてくれます。

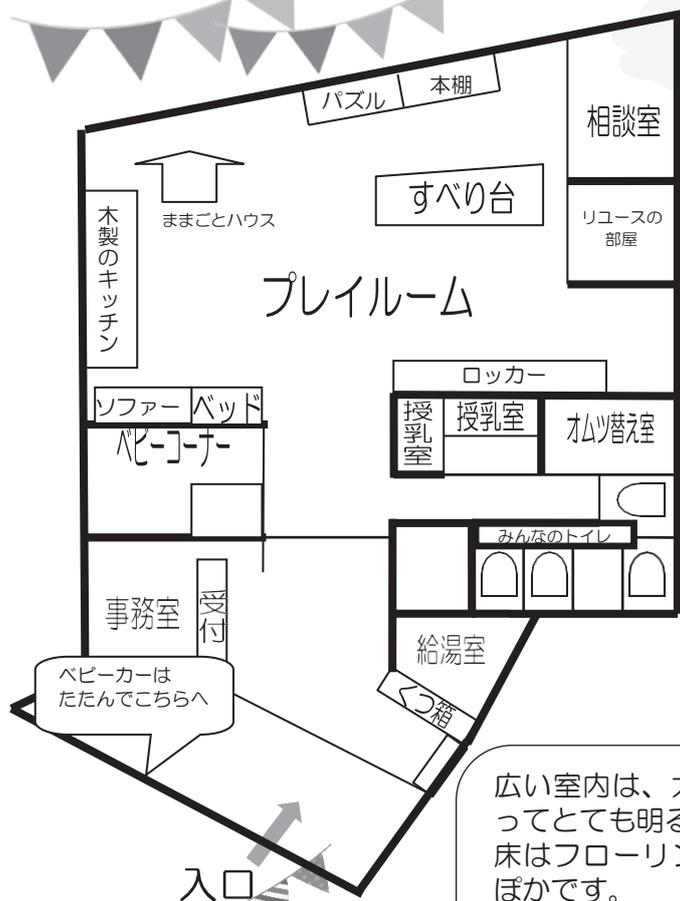
### お子さんの年齢で名札の色が違います

受付で登録を済ませてお子さんに名札を付けます。（登録は初回目のみ）名札の色を見れば、自分の子と同年齢の子がわかり、パパやママたちも仲良くなりやすく、話が弾みます。  
お誕生日の前後に遊びに行くと手形をとって完成するバースデーカードが作れます。

### ★イベント・講座★

季節に合わせてお話し会やイベントがあります。  
出前講座では臨床心理士・歯科衛生士・助産師・保健師・理学療法士さんなど様々な分野の専門家のお話しが聞けます。  
参加は子どもと一緒にちょっとぐらい騒いでも平気なものうれしいです。

## センターの中を覗いてみましょう



受付では可愛いざまりんと、スタッフが出迎えてくれます。年齢別の名札を付ければ準備完了!! 初来所の方のみ登録が必要です。



施設

広い室内は、大きな窓からお日様の光が入ってとても明るいです。床はフローリングで冬場は床暖房でぽかぽかです。おもちゃは木の素材を大切にしているため温もりが感じられます。廃材を活かした手作おもちゃも多く作り方のアドバイスももらえます。



### ベビーコーナー

ほふく室は 歩けるようになるまでの赤ちゃんのお部屋です。チョウチョの形のクッションはよじ登ったり、ずりばいですべり降りたりして赤ちゃんたちは楽しんでます。毎月、8・9・10か月の赤ちゃんの日もあります。月齢フォトが撮れたり身長・体重が測ってもらえます。(予約が必要です。)



### トイレ♡オムツ交換室

幼児向けトイレと大人のトイレがあります。ママがトイレの場合は、ベビチェアがありますが遠慮なくスタッフにお声がけください。おむつ交換のお部屋も広く、ベルト付交換台が3台あり、ゆったり替えられます。

### 授乳室

鍵のかかる授乳室が2つあり、ベッドや授乳クッションもあります。ミルクのお湯の用意もあります。

# ざまりんのおうち「かがやき」

地 図：P7 A-1

所在地：座間市入谷東3-59-4  
ホシノタ二団地4号棟1階

T E L：046-255-7070(FAX: 046-255-7080)

座間駅東口出てすぐ「ホシノタ二団地」1階  
車で行く場合は座間駅のロータリーを抜けて  
団地奥の駐車場を利用  
受付にて記入・名札をもらう（初回は登録）

※マーク説明はp.25参照⇒



5台

施設



## ざまりんのおうち「かがやき」って

### どんなところ？

平成27年6月にオープンしました。開放感あられる芝生のお庭と室内は木のぬくもりいっぱいのフローリングになっています。

### ★イベント★

毎月イベントを行っています。ヨガ・バレエストレッチ・離乳食や体・心の発達講座など色々な企画をしています。センターでチェックしてお気軽にいらしてください。お待ちしております。

### ★利用したママさんたちにインタビューしました★

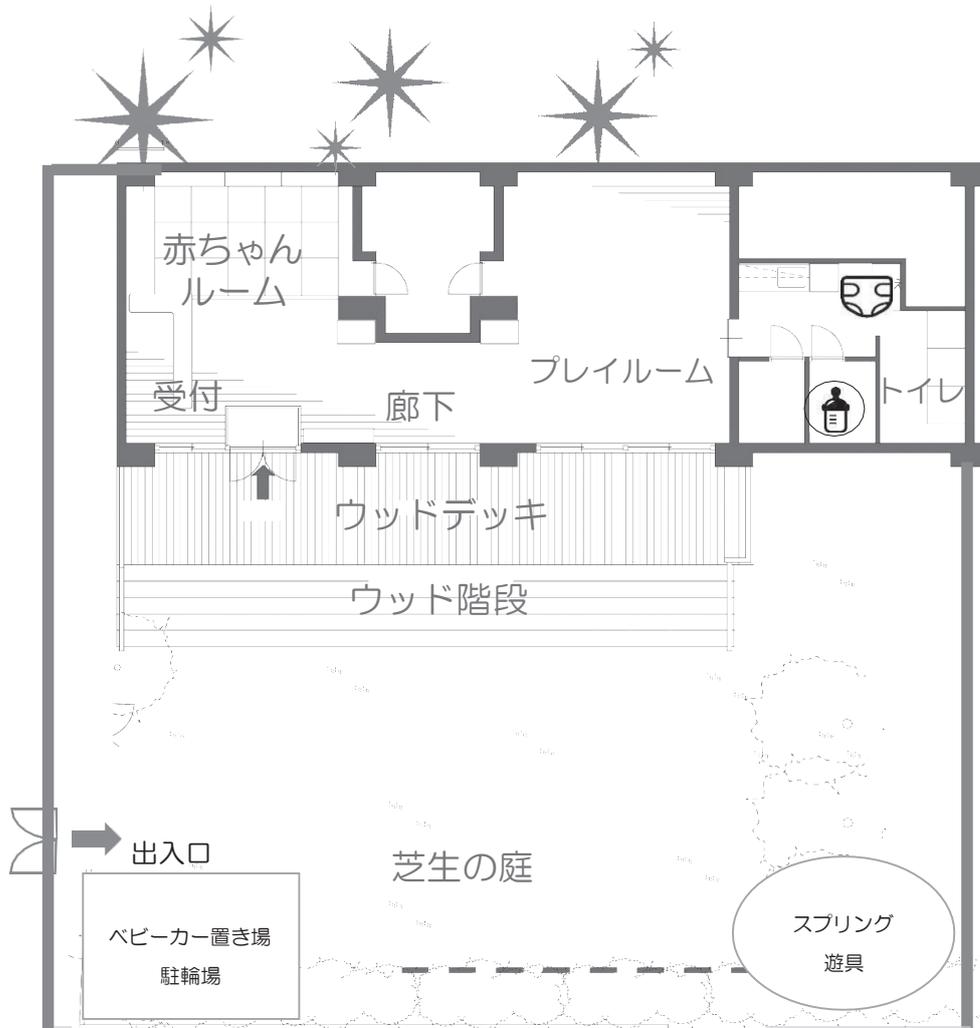
『駅前なので買い物ついでにも寄れて便利』  
『お庭で自由に遊ばせられて、  
バツもつかまえた』

### 子育ての悩み相談できます

来所の相談やTEL・FAXでの相談も受け付けています。

(9:00~16:00)

育児の悩み事やちょっとした心配事などお気軽にご相談ください。相談専用のお部屋もありますので、人目を気にせず相談できます。



中をのぞいて  
みましょう★



★赤ちゃんルーム★



赤ちゃんルームはこじんまりとして  
いるけれど、受付の横なので、新米  
ママさんは安心して遊ばせられるよ。  
ベビーベッドもあるからそこで寝か  
せられるよ。

★芝生の庭★



ボールやフラフープ、しゃぼん玉などの  
お外で遊べるおもちゃもあるよ！

ウッドデッキ、ウッド階段は段差がゆる  
いので危険ではないけど、目は離さない  
でね。

★プレイルーム★



木のぬくもりのプレイルーム  
は素敵なおもちゃがきちんと  
選別されて揃っているよ。お  
えかき、パズルもあります。  
机のまわりではママたちがよ  
く井戸端会議しているよ。



★その他いろいろ★

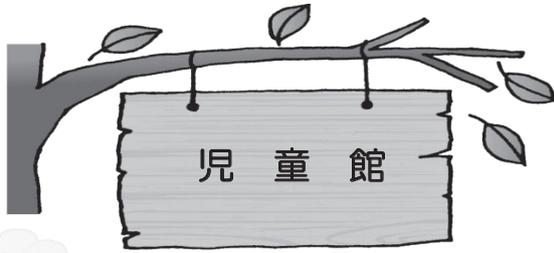


施設の入っているホシノタ  
ニ団地では年に1回、「ホシ  
ノタニマーケット」という  
イベントを行っているよ。  
ホシノタ二団地内に親子で  
食事ができるCAFÉがあ  
ります。

座間駅周辺には商店街や座間の特産  
品を売っているお店もあるよ。



スプリング遊具  
も人気だよ♪



**開館時間**  
**9:00～17:00**  
 (団体利用は21:00迄)  
 (12:00-13:00は昼休みのため入室不可)  
 休館日：水曜日、祝日

## 児童館ってどんなところ??

座間市内には4か所の児童館があります。主に、幼児から児童を対象にしています。児童館には、図書室や卓球台などがあり、子ども達が遊べる場になっています。一般利用のほかに、団体向けに部屋の貸出も行っています。

### 一般利用の場合

直接来館OK

館庭は開館時間内なら遊べます。ただし、学校の放課後や夏休みなどは小学生も利用するので、ベビーや小さいキッズは、それ以外の時間に保護者同伴でご利用ください。集会室もあり、団体利用などが無い時は館内で遊べますが、館庭同様、小学生のいない時間に、保護者同伴での利用をお願いします。※事前申込みは不要。

お部屋や館庭は使えるの??

### 団体利用の場合

事前申込みが必要

- **利用時間** 月曜～金曜日 午前9時～正午、午後6時～9時  
 ※学校休業期間中は午後6時～9時のみです。  
 ※水曜日と祝日は休館日のため利用できません。
- **対象** 各児童館で利用登録をした団体
- **申込方法** 所定の期日までに利用申込書を児童館へ提出

児童ホームと何が違うの??

### 児童館



0歳から18歳未満までの児童のための福祉施設です。子どもたちに遊び場と遊びを提供し、遊びを通して児童が心身ともに健やかに成長するお手伝いをするところです。

事前申し込みは不要（団体を除く）で、利用料金は無料です。団体利用は、事前申込が必要です。

### 児童ホーム



仕事などの理由で日中に保護者がいない家庭の児童に対し、適切な遊び及び生活の場を与えて、その健全な育成を図ることを目的とする施設です。

事前申し込みが必要で、毎月料金がかかります。

## 座間児童館



地 図：P7 A-2  
所在地：入谷東4-44-3  
TEL：046-252-0621

座間駅より座間郵便局を過ぎ交差点右  
コミュニティバス「天台」下車 徒歩7分



手作りおもちゃや絵本があるスペースでのんびりできるよ。板張りのフロアで布ボール遊びができるよ。滑りやすいので気を付けてね。

## 鳩川児童館



地 図：P6 B-1  
所在地：座間1-1922  
TEL：046-255-5738

座間中宿の信号を相模川方面に曲がる  
相模線相模台下駅より徒歩6分



日当たりのいい館庭でのんびりできるよ。ぬいぐるみやつみき、ブロック、コマ、パズルなど、沢山のおもちゃがあるよ。集会場が空いている時は自由に遊べるよ。

## ひばりが丘南児童館



地 図：P9 B-2  
所在地：ひばりが丘3-56-1  
TEL：046-256-0236

相模向陽館高校近く  
ひばりが丘第3公園隣  
コミュニティバス「児童館前」下車すぐ



職員さんが季節ごとに壁のレイアウトを変えているよ。貸出図書があるので、隣の公園で遊んだ帰りに寄ってみてね。

## 相模野児童館



地 図：P10 A-2  
所在地：広野台1-46-29  
TEL：046-256-2419

相模野小学校近く住宅街の中  
コミュニティバス「カーサ相模台入口」下車 徒歩4分



おもちゃはないけれど、6畳ほどのクッションマットのスペースがあるので、休憩にいいね。館庭の遊具で遊べるよ。ジャングルジムはおもしろい形。11月に開催される保育フェスティバルでは、近くの保育園のイベントの会場にもなっているよ。

マーク  
一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベーター AED設置場所 駐車場

施設

## コミュニティセンター

開館時間9:00~21:00

休館日：月曜、年末年始(12/28~1/4)

## コミュニティセンターって??

「コミセン」の通称で呼ばれているコミュニティセンター。県外から引っ越してきた方には馴染みがないかもしれません。座間市内には8か所☆保育室や絵本もたくさんあるので、家の近くにあったらぜひ行ってみたいよ★幅広い年齢層の地域の方が活動をする場で、地域の方によって組織された管理運営委員会によって自主運営されています。

## 何かイベントはあるのかな？

コミセン祭りや独自の企画講座を開催しています。  
詳しくは各コミセンへお問い合わせください。

## 子どもを連れて行っても平気かな？

全館に保育室・学習室があります。すべり台やトイハウスなどの遊具が置いてあり、小さなお子さんが保護者と一緒に利用できます。

コミセン  
マスコットキャラクターの



がお答えするよ♪

## 利用時間は決まっているのかな？

開館時間内であれば何時間までという制限はないけれど、年齢によって帰宅時間が決まっています。

## お部屋は借りられるのかな？

個人や団体での利用が可能です。借りる場合は各コミセンに確認してください。  
利用料は無料です。

## その他コミセン利用について

- 保護者同伴でない小学生・中学生は午後5時まで  
(中学生のみ4月~8月は午後6時まで)
- 給湯室あり
- オムツやゴミは持ち帰りが基本です。
- 駐車場は基本的になし
- 使ったおもちゃは元の場所に戻しましょう。
- エレベーターあり
- 原則として、週2回程度、大集会室を開放していますので、詳しくは各コミセンへお問い合わせください。
- お部屋も条例等に反しない限りどなたでも利用ができます。

# 立野台コミュニティセンター

地 図：P7 B-2

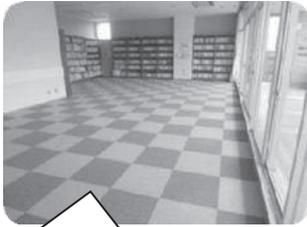
所在地：立野台3-14-12

TEL：046-255-0815

神奈中バス「立野台下」下車 徒歩3分

コミュニティバス「立野台コミュニティセンター入口」下車すぐ

児童ホーム併設



明るくて、広々とした保育室は、カーペットだからのびのび遊んでね。

一日を通して来館する人たちでにぎわっているよ！保育室にある、たくさんの絵本は借りることもできます♪

絵本や児童向けの本は貸し出しもしているよ。



毎日、清掃しているよ。



0才ぐらい



1～3才ぐらい

館庭には滑り台とブランコがあり、おむつ替えシートは1F多目的トイレにあり♪



パパママに

保育室にはサークルなどが利用していることが多いので、事前に利用可能か電話番号を確認してみるのがおすすめ！

## イベントや催し/サークルなど



たつん

子ども向けのイベントは『7月キッズえいがかい』、『3月たのしもうむかしあそび』をやっているよ。他にもサマーコンサートや、そば打ち体験もやっているよ。秋のコミセン祭りでは、大人も子どももたくさん遊びに来たよ！これからの楽しいイベントは、ポスターや広報ざまをチェックしてね。

# 小松原コミュニティセンター

地 図：P10 B-3

所在地：小松原1-45-14

TEL：046-257-9640

神奈中バス「小松原」下車 徒歩5分

コミュニティバス「小松原コミュニティセンター」下車 徒歩2分



保育室は、こんなに広々しているよ！元気いっぱい遊ぼう！

絵本もたくさんあり、とても充実しています！



保育室には滑り台や絵本、マットやブロックなどもあるよ♪



0才ぐらい



1～3才ぐらい

絵本がたくさんあるよ！1F多目的トイレにはおむつ替えシートや子ども用便座もあって安心！加湿・空気清浄機も置いてあります。



パパママに

ミルク湯や専用の授乳スペースとして空き部屋を使わせてもらえる場合もあるので、困ったときは受付に行ってみよう！

## イベントや催し/サークルなど



こまつちゃん

1階ロビーでDVDも見られるよ♪

子ども向けの催し物もとっても充実！7月には七夕祭り、8月には子ども夏まつり、不定期で子ども向けの映画上映も行っているよ♪

当コミセンはなんとコミセンの中で**唯一独自のホームページ・ブログ**を作って公開しています！施設情報、イベント情報、小松原コミセンだよりなどいろんなことを公開してるからぜひチェックしてみてね♪

マーク  
一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベータ AED設置場所 駐車場

# ひばりが丘コミュニティセンター

地 図：P9 B-1  
 所在地：ひばりが丘1-49-1  
 TEL：046-257-7698

ひばりが丘公園そば  
 コミュニティバス「工機入口」下車 徒歩4分  
 児童ホーム・東出張所併設



カーペットを張り替え、  
 ピンクとブルーの  
 明るい色になりました。  
 遊びにきてね♪



☆滑り台・キッズハウス  
 で遊べます♪



0才ぐらい



1～3才ぐらい



パパママに



日当たりの良い保育室は冬でもポカポカ！夏は冷房で赤ちゃんも快適です♪1階多目的トイレにはおむつ替えシートがあるよ。

保育室を利用できるのは3才位まで。滑り台やキッズハウスで雨の日も元気に遊ぼう！

年に数回育児相談を行う会場となっているので、ぜひ悩みなどあれば相談に行ってみよう！

## イベントや催し/サークルなど



ひばりん

令和5年9月1日～令和6年8月下旬（予定）、大規模改修に伴い休館となります。

# 相模が丘コミュニティセンター

地 図：P10 A-2  
 所在地：相模が丘3-38-1  
 TEL：046-258-3000

小田急線小田急相模原駅より徒歩10分  
 コミュニティバス「北地区文化センター入口」下車 徒歩5分  
 児童ホーム・北出張所併設



保育室入口は全面  
 ガラス張りでもとても開放的♪  
 館庭には滑り台や  
 鉄棒・ブランコも  
 あるよ！



0才ぐらい



1～3才ぐらい



パパママに



保育室には、滑り台・おもちゃ・絵本があります。

保育室を利用できるのは未就学児まで。広い園庭も併設されているので外でも思い切り遊べそう！

授乳やミルク湯が必要になったら、受付の人に声をかけると助けてくれるよ♪  
 1Fロビーで飲食ができます。

## イベントや催し/サークルなど



さがみん

子ども向け映画会やコミセンまつりなど予定しています。  
 イベント情報は掲示やホームページをご覧ください。

マーク  
 一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベーター AED設置場所 駐車場

# 相武台コミュニティセンター

地 図：P8 B-2  
 所在地：相武台3-20-18  
 TEL：046-258-3001

小田急線相武台前駅南口より徒歩8分  
 コミュニティバス「相武台中」下車 徒歩3分  
 児童ホーム・相武台保育園の隣



ドリームシーソーもあるよ♪



0才ぐらい

積み木や絵本・ぬいぐるみもたくさんあるよ。



1~3才ぐらい

『ざまりん広場相武台』  
 毎週金曜日10:00~  
 予約不要で保育士さんたちとお話したり遊んだりできます。



パパママに

おむつ替えシートもあるので安心です♪

## イベントや催し/サークルなど



そうちゃん

11月にはコミセン祭りも開催されています。  
 その他にも、各種イベントがあるのでチェックしてみてね。

# 新田宿・四ツ谷コミュニティセンター

地 図：P6 B-4  
 所在地：四ツ谷1026  
 TEL：046-257-4871

座間警察前の道を海老名方面に向かい浄土寺の反対側奥  
 コミュニティバス「コミュニティセンター入口」下車 徒歩3分



こっちゃん



0才ぐらい

児童室には絵本があり、貸し出しおもちゃも増やしました。  
 お散歩しながらぜひ立ち寄ってみてください。



1~3才ぐらい

おはなしかいもあるので、ぜひ参加してみてくださいね！  
 絵本と入れあうきっかけになるよ！



パパママに

駐車場も10数台あって便利！  
 ママ向けのサークルもあるので、詳しくは受付に問い合わせね！

田んぼの中の、のどかな場所にあるので、お散歩がてら遊びに行けるよ！

## イベントや催し/サークルなど



こっちゃん

10月にはコミセン祭りも開催されています。  
 その他にも、各種イベントがあるのでチェックしてみてくださいね♪  
 第2金曜日には【くまさんのおはなし会】によるおはなし会も開催☆詳しくはp.50を見てね♪

マーク  
 一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベータ AED設置場所 駐車場

# 東原コミュニティセンター

地 図：P9 A-3

所在地：東原4-13-13

TEL：046-255-9770

相鉄線さがみ野駅北口から桜並木沿い徒歩5分

コミュニティバス「東原コミュニティセンター」下車 徒歩2分

児童ホーム・南出張所併設・さがみ野公園目の前

キッズハウスがあるよ！

新しいおもちゃが仲間入り。  
楽しく遊んでね♡



0才ぐらい



1～5才ぐらい



パパママに



ベビーベッドもあって、おむつ替えや突然のねんねにも対応できるよ！

保育室は未就学児まで。近くには公園があるので、行ってみてね！

ソファがあり、ゆっくり子どもを見守れます。

## イベントや催し/サークルなど



ひがっち

子ども夏まつりなど親子で楽しめるイベントを企画しています。  
保育室は新しいおもちゃや絵本がたくさん増えました。  
お友達をさそって遊びに来てね。

# 栗原コミュニティセンター

地 図：P9 A-2

所在地：栗原中央3-29-17

TEL：046-257-7210

栗原小学校前

コミュニティバス「栗原小学校前」下車 徒歩2分



おままごとセット・ピンクのかわいいお家もあるよ！  
皆で仲良く遊んでね！



0才ぐらい



1～未就学児ぐらい



パパママに



一番新しいコミセンで、とてもきれいだよ！絵本やぬいぐるみも多くあります。

保育室を利用できるのは、未就学児まで。保育室には、滑り台やキッズハウスもあります。

保育室の隣にある談話スペースには漫画や小説など様々なジャンルの本が置いてあるので、覗いてみては？

## イベントや催し/サークルなど



くりろう

上映会やコミセンまつりなどの子育て世代向けイベントは盛りだくさん。  
さらに子ども服もゲットできちゃう「古着市」というイベントも開催されています！

マーク  
一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベータ AED設置場所 駐車場



## 子育て中の保護者のための講座

子育てしていても、学びたいこと、挑戦してみたいことってありますよね。まだ子どもが小さいから…なんて諦めてはいませんか？  
公民館・文化センター・市役所では子育て中の保護者のために、保育付きの講座を毎年開催しています。興味のある方はぜひ担当にお気軽にお問い合わせください♪

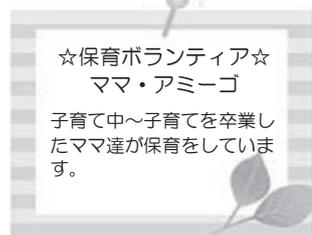
### こころの育児サロン

子育ての悩みや不安を一人で抱え込まず、広い視野で子育てができるような講座内容としています。子育て仲間をつくるのも醍醐味の一つです！

### 夫婦で学ぼう子育て講座

子どもの誕生によって大きく変化した環境の中で、夫婦が互いを理解し、上手に協力しながら子育てをしていくコツを学びます。保護者1人から参加できます。

担当：生涯学習課 046-252-8472  
乳幼児の保護者、妊娠中の方とパートナー対象

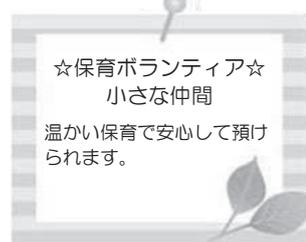


### 親と子が共に育つ教室

毎年抽選になってしまうほど大人気の公民館保育付き講座。毎週この講座の日が楽しみになってしまうこと間違いなし！地域に支えられていることを実感し、講座を受けた後は必ずハッピーな気持ちになって帰ることができるような愛がこもった内容になっています。自分と子どもが共に成長した姿を3か月後には見ることができるでしょう。



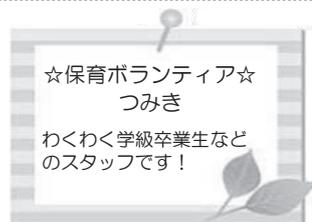
担当：座間市公民館 046-255-3131  
幼児を持つ親対象18人[9月～12月全10回]



### 子育てわくわく学級

連続の保育付き学級で、ママ友も増えるし、子どもの成長も見られます。毎年テーマを変え多彩な講師陣を迎えての学級です。毎日頑張っているのに誰にも認められないような閉塞感や孤立感。そんな自分に学級に参加することでご褒美ゲット。子育て仲間と楽しい時間を過ごしましょう。

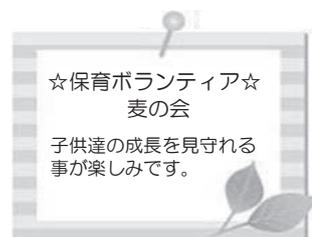
担当：北地区文化センター 042-747-3361  
幼児を持つ親対象16人[6月～7月全6回]



### 幼児をもつファミリー学級

開館以来ずっと開催し続けている保育付き講座で、令和元年度は「すこやかな子育てに～ちょっと周りに目を向けて～」をテーマに、身近な自然（植物）や、毎日使っている電子レンジとその科学について学びました。保育ボランティア麦の会さんとのつながりも素敵なお縁となります。保育はまだ無理かな？講座なんて久しぶりだから…と構えずに、ぜひご参加ください。

担当：東地区文化センター 046-253-0781  
幼児を持つ親対象16人[9月全3回]



## 公民館 文化センター

### 開館時間

9:00~22:00

(団体利用は21:45まで)

休館日：月曜日、祝日、年末年始

- ★図書室の利用は17:00まで
- ★給湯室あり。ミルクを作れます。  
授乳室はないので職員に相談を！
- ★団体利用の場合、急須や湯呑が使用できます。
- ★おむつやゴミはお持ち帰りください。

## 公民館・文化センターって どんなところ？

いろいろな催し物やサークル活動の場でもある公民館・文化センター。図書室もあって、何かと行く機会が多いですね。個人利用は、基本的には図書室とロビーのみです。おはなし会や育児サロンなどもやっています！

### 「子連れでも平気？」

育児サークルや子育てサロンなどが活動しています。おはなし会も行われているのでぜひお越しください！

### 「何かイベントはあるの？」

年間を通して様々なイベントがあります。お祭り・子ども祭り・映画会・クラフト・音楽会・季節の行事など。詳しくは広報さまをご覧ください。

### 「お部屋は借りられるの？」

団体での利用が可能です。サークル(最低5人)を作って申込みをしてください。原則は有料ですが、減免もあります。申込方法は、各施設にお問い合わせください。

## 座間市公民館

地 図：P6 B-2

所在地：入谷西2-53-34

TEL：046-255-3131 FAX：046-252-2776

鈴鹿明神社と公園の間の道を入りすぐ左折、JA近く  
神奈中バス「鈴鹿」下車 徒歩2分  
コミュニティバス「公民館前」下車すぐ



19台



0才ぐらい

育児サークルなどが活動しています。また、おはなし会も実施。エレベーターがあるのでベビーカーでも安心です。



1~3才ぐらい

図書室には子ども向けの本が充実しています。



パパママに

アットホームな雰囲気なので、わからない事があたら質問してみましょう。親切に説明してくれます。

## イベントや催し/サークルなど

### 保育付き講座

#### 「親と子が共に育つ教室」

幼児を持つ親対象 18人

開催：9月~12月 全10回

※詳しくはp.39保育付き講座ページへ

- ★子育てサロン「ばぶちゃんRoom」「ばぶちゃん&ちよろちゃんRoom」「ツインズROOM」など充実♪(詳細は市HPへ)
- ★おはなしぐるーぷ・さくらんぼによるおはなし会やわらべうたサークル・こんぺいとうのわらべうたもあります♪(詳細はp.49・50)
- ★子育てサークルママが主役のサークルも充実しているよ！
- ★8月「こども夏まつり」などイベントもたくさん！

マーク  
一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース



授乳室  
給湯室



飲食スペース



自販機



エレベーター



AED  
設置箇所



駐車場

# 北地区文化センター

地 図：P10 A-2

所在地：相模が丘5-30-4

TEL：042-747-3361 FAX：042-747-8542

小田急線小田急相模原駅南口より徒歩15分

コミュニティバス「北地区文化センター前」下車すぐ



16台



0～3才ぐらい



パパママに

図書室はじゅうたん張りだから安心

入口にスロープがあり、ベビーカーでも出入りが楽。ベビーカー置き場については受付窓口に聞いてね♪

図書室は子ども・大人コーナーに分かれていて、中でつながってるよ。1週間分の新聞も置いてあります！

## イベントや催し/サークルなど

### 保育付き講座

#### 「子育てわくわく学級」

幼児を持つ親対象 16人

開催：6～7月 全6回

※詳しくはp.39保育付き講座ページへ

### ★子育てサロン

「ぼっかぼか」…第4火曜日10時～12時（詳細は市HPへ）

### ★おはなしかい

「うたって♪あそぼ」「ききみみずきん」「つきのぼうや」など  
第1～4水曜日&第3土曜日（詳細はp.50）

### ★7月「いちにち子どもランド」

### ★8月「夏休みおはなし会」などイベントもたくさん♪

令和6年10月中旬から改修工事により休館（予定）

施設

# 東地区文化センター

地 図：P9 A-3

所在地：東原3-1-1

TEL：046-253-0781 FAX：046-253-0789

相鉄線さがみ野駅北口から1.3km徒歩15分

コミュニティバス「東原西」下車 徒歩5分



0～3才ぐらい



パパママに



17台

図書室は公民館、文化センターの中で一番広く、冊数が多いです。ロビーは明るく、くつろげます。保育付き講座や子育てサロンで使用する保育室には子ども用トイレがあります。サンタさんが来るクリスマス会も人気です。

1階には飲み物の自動販売機があります。入口にはスロープがあるので、ベビーカーでも安心です。原則毎月第3水曜日の10時30分～12時には「わいがやエクスチェンジ（物々交換会）」を行っています。

## イベントや催し/サークルなど

### 保育付き講座

#### 「幼児をもつファミリー学級」

幼児を持つ親対象 16人

開催：9月 全3回

※詳しくはp.39保育付き講座ページへ

### ★子育てサロン

「ひがしのだんだんリビング」…月1回（詳細は市HPへ）

### ★おはなしかい

「たんぼぼ」…第2・4水曜日（詳細はp.50）

### ★7月「七夕おはなし会」

### ★10月「東地区文化センター文化祭」などイベントもたくさん♪

令和6年10月まで、大規模改修工事のため休館

マーク  
一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベータ AED設置場所 駐車場

# 市役所

地 図：P8 B-3  
 所在地：緑ヶ丘1-1-1  
 TEL：046-255-1111（代表）

小田急線座間駅東口より徒歩20分または相武台前駅北口より徒歩15分  
 神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車すぐ  
 または「座間市役所入口」下車 徒歩4分  
 コミュニティバス「座間市役所」下車



地下1階～6階の女子トイレにはベビーベッドがあります。受付ではベビーカーも借りられます。多目的トイレは子ども用便座がついています。  
 2階には授乳室もあります。  
 市役所敷地内にある花壇やふれあい広場では花も楽しめます。

## 施設

### 【ロビーコンサート】

原則毎月第2水曜日 12：30～12：50  
 生演奏が気軽に楽しめます。  
 ※現在は市公式チャンネル(Youtube)にて動画配信

### 【食堂】

市役所隣接のふれあい会館に市民の方が利用できる食堂があります。  
 「座間ふれあい食堂 みんなのやまちゃん」  
 11：00～20：00  
 営業時間の変更となる場合があるため  
 営業時間については食堂へお問い合わせください。  
 TEL：046-259-9270

### 【売店】

ふれあい会館1階にあります。  
 8：00～15：00（平日のみ）

開庁時間	8:30-17:15
休業日	土曜（一部の部署では第2・4土曜日午前中は開庁しています）、日曜、祝・休日、年末年始
展望F	谷戸山公園・大山を一望！横浜ランドマークタワーも見えます！晴れた日はとっても気持ちいい！でも、飲食は禁止です。
5F	生涯学習課 TEL 046-252-8472 講座や「さまざまな学習宅配」など、みんなの“学びたい”を応援する課です。
4F	公園緑政課 TEL 046-252-7221 遊具や広場など、公園の維持管理をしています。 市民協働課 TEL 046-252-7966 コミュニティセンターについてのお問い合わせはこちら
3F	秘書広報課 TEL 046-252-8684 広報紙の戸別配布の申し込みはこちら
2F	こども家庭課（こども総務係） TEL 046-252-8025 ひとり親に関する事や青少年相談、出産・子育て応援金などのお問い合わせはこちら こども家庭課（こども保健係） TEL 046-252-7225 育児相談や離乳食教室、予防接種、乳幼児健診、乳幼児発達支援などのお問い合わせはこちら こども家庭課（こども相談係） TEL 046-252-8026 児童虐待やその他児童に関する相談はこちら
	子育て支援課 TEL 046-252-7201 小児医療費助成や児童手当などのお問い合わせはこちら
	こども育成課 TEL 046-252-7969 児童館、児童ホームについてのお問い合わせはこちら
	保育・幼稚園課 TEL 046-252-7202 保育園・幼稚園についてのお問い合わせはこちら
	ネウボラざまりん TEL 046-252-7776 母子健康手帳の交付のお問い合わせ、妊娠・出産・子育て支援はこちら
	健康医療課 TEL 046-252-7995 がん検診、健康相談はこちら
1F	戸籍住民課 TEL 046-252-8083 出生届や住民票の発行など
	障がい福祉課 TEL 046-252-7978 身障・療育・精神手帳の交付などのお問い合わせはこちら
	市民広聴課 TEL 046-252-8218 市への意見・要望はこちら
B1F	駐車場（無料）7:45～未定（ハートホールの催しによる） 地下駐車場他、屋外駐車場あり（約90台）

## 出張所

座間市役所 東出張所  
 ひばりが丘一丁目49-1  
 (ひばりが丘コミュニティセンター内)  
 046-259-1610

座間市役所 西出張所  
 入谷西二丁目53-34  
 (市公民館内)  
 046-259-1620

座間市役所 南出張所  
 東原四丁目13-13  
 (東原コミュニティセンター内)  
 046-259-1630

座間市役所 北出張所  
 相模が丘三丁目38-1  
 (相模が丘コミュニティセンター内)  
 046-259-1640

マーク  
 一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベータ AED 設置場所 駐車場

## ネウボラざまりん（子育て世代包括支援センター）

地 図：P8 B-3

所在地：緑ヶ丘1-1-1（座間市役所2階）

TEL：046-252-7776

座間駅東口より徒歩20分または相武台前駅北口より徒歩15分

神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車すぐ

または「座間市役所入口」下車 徒歩4分

コミュニティバス「座間市役所」下車

ネウボラざまりんでは「妊娠・出産」から「子育て期」まで、切れ目なく子育て世代への支援を行います。



200台



ネウボラざまりんは、母子保健コーディネーター（保健師・助産師）が配置され、母子健康手帳・妊婦健診等補助券の交付や妊娠から出産後までのプランの作成、育児などに関する相談ができる子ども・子育ての総合相談窓口です。

子育ての悩みや子育て支援の情報を知りたいときなどには、適切な支援へつなぐお手伝いや必要な情報をお伝えすることでパパ・ママたちを応援しています。



相談室や授乳室を完備していますので、相談の内容によっては、プライバシーの守られる個室にご案内をしたり、赤ちゃんのおなかが減った時には授乳をしたりすることも可能です。

手続きや相談が長くなる場合もあるので、お子様が退屈しないようにキッズスペースを設置して楽しく過ごせるようにしています。

## プラっとさま（座間市立市民交流プラザ）

地 図：P10 A-1（支援センターひまわりと同じ建物）

所在地：相模が丘1-25-1

TEL：042-705-3610

小田急相模原駅下車すぐ

北口より徒歩1分

小田急相模原駅そばなので、とても便利。エレベーターと上りはエスカレーターもあります。入るとお洒落なカフェがあり、その両側に貸会議室が。入り口には自動ドアもあり、ベビーカーでも出入りラクラク!!カフェの営業は19時迄ですが、貸会議室は夜遅く22時まで利用可能です。



### 《打合せ室》

小人数での打合せや懇談の場、勉強部屋などに。

Room1(定員6人)、Room2(定員4人)、Room3(定員6人)があります。

《多目的ラウンジ》  
40名前後の会議、講演会、セミナーや、ダンス、体操、楽器演奏など、様々な用途にお使いいただけます。



### 《キッズスペース》

カフェの一部にあります。パパ ママのコーヒーブレイク中、小さいお子様を遊ばせることができます。



### 《市民交流スペース》

交流スペースとして、cafe halogenがあります。歓談の場、休憩の場などにご利用ください。こだわりのコーヒーと、手作りのサンドイッチ、ケーキ、スコーン等をお楽しみください。

## イベントや催しなど

ウクレレ教室、フラダンス、ヴォーカルレッスン、こども広場、おしゃべり庵、おさがりマーケット、季節のイベント（夏まつり、ハロウィン、クリスマスなど）など、大人から子どもまでを対象とした幅広いイベントを開催しています。

マーク  
一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替え  
スペース

授乳室  
給乳室

飲食スペース

自販機

エレベーター

AED  
設置箇所

駐車場

施設

# 図書館

地 図：P8 B-3  
 所在地：入谷東1-3-1  
 TEL：046-255-1211

座間市役所向かい  
 神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車すぐ  
 コミュニティバス「座間市役所」下車すぐ



0才くらい

子どもおはなし室ではわらべうたやおはなし会などのイベントが盛りだくさん♪



1～3才くらい

「本はいいなあ」という図書館が推薦する絵本と童話のコーナーがあるよ。お気に入りの一冊を見つけてね。



パパ・ママに

たくさんの利用者さんがいるので館内では子供が走り回ったり大声を出したりしないよう注意しよう！

子どもおはなし室はこんな感じ♪  
 普段は親子で絵本を読むために利用できるよ。



子どもおはなし室

インターネット端末からアクセスできる電子図書館でも、絵本などが利用できます。詳しくは図書館のホームページをご覧ください。

施設

## イベントや催し/サークルなど



おはなし会はp.50、わらべうたはp.49、または図書館のHPを見てね♪  
 3月、9月の上旬に古本市（ワンスモアブックスフェア）をしているよ。



# 市民健康センター

地 図：P8 B-3  
 所在地：緑ヶ丘1-1-3  
 TEL：046-251-6822

ハーモニーホール座間隣  
 神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車すぐ  
 「座間市役所入口」下車 徒歩4分  
 コミュニティバス「座間市役所」または「市役所東」下車すぐ



パパ・ママに

出入り口前はスロープがあるのでベビーカーで楽に通れます。

ハローベビークラス（母親父親教室）、離乳食などの各講座、乳幼児健診、予防接種、歯科健診、育児相談などの開催場所だよ。育児相談をやっている部屋はじゅうたん張りなのでベビーでも安心♪  
 体重身長を測ってもらったり、心配なことがあれば保健師さん、栄養士さん、歯科衛生士さん、理学療法士さんに相談できるよ。  
 ※市役所の駐車場を利用してね。

## イベントや催し/サークルなど

育児相談は月1でやっているよ。日程は市HPで確認してね。

マーク一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース



授乳室 給湯室



飲食スペース



エレベーター



AED 設置個所



駐車場

## サニープレイス座間（市立総合福祉センター）

地 図：P8 B-3

所在地：緑ヶ丘1-2-1

TEL：046-266-1294（令和5、6年度は休館）

座間市役所南隣

神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車すぐ

コミュニティバス「座間市役所」下車すぐ



市役所の、道を挟んで隣にあります。3階建てのレンガ調の建物です。

### イベントや催し/サークルなど

令和5、6年度は大規模改修工事のため休館

## ハーモニーホール座間（市立市民文化会館）

地 図：P8 B-3

所在地：緑ヶ丘1-1-2

TEL：046-255-1100

座間市役所北隣

神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車すぐ

「座間市役所入口」下車 徒歩4分

コミュニティバス「座間市役所」下車すぐ



大ホールは1310席！催しの内容は、ホームページやパンフレット、情報誌（エール）も発行されているのでチェックしてね！

大ホール内に備えられた「親子室」には、椅子が6脚あります。



市役所駐車場から直結なので雨の日でも濡れずに入れるよ♪エレベーターがあるのでベビーカーでも安心。2階の喫茶コーナーは、火曜日～金曜日の11時～15時までやっているよ♪（祝日・会館休館日・年末年始はお休み。その他、臨時休業有り。）

### イベントや催し/サークルなど

令和6年8月1日から令和8年1月3日（予定）まで、大規模改修工事のため休館



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベーター AED設置場所 駐車場

## スカイアリーナ座間（市民体育館）

地 図：P8 A-2  
所在地：相武台1-47-1  
TEL：046-255-0077

開館時間  
休館日

小田急線相武台前駅北口より徒歩7分  
9:00~21:00(トレーニング室は22:00まで)  
毎月第3・第4月曜日(祝日に当たるときはその翌日)、年末年始、臨時休館あり



体育館のプログラムは公式HPとスカイアリーナ座間情報誌(エール)に掲載されているよ!



0才ぐらい

少し大きくなったら受講できる教室がたくさんあります♪

135台  
(有料)



2~3才ぐらい

未就学児向けに幼児体操教室や保育付きスポーツ教室があります。

### イベントや催し/サークルなど

#### 親子で遊ぼう (500円)

対象：2歳6か月以上の未就学児と保護者 30組  
とき：12月  
内容：親子のふれあい運動をたくさん行います。おもいっきり体を動かして気持ちの良い汗を流しましょう!

#### 親子体操教室 (5,000円)

対象：2歳6か月以上の未就学児と保護者 32組  
とき：4月~、9月~、1月~各10回  
内容：楽しく活動する教室です。親子で基礎体力をつけ、リズム感を養いましょう。

施設

## 青少年センター

地 図：P8 B-4  
所在地：立野台1-1-4  
TEL：046-253-8411

開館時間  
休館日

神奈中バス「緑ヶ丘住宅入口」下車 徒歩3分  
コミュニティバス「青少年センター前」下車すぐ  
9:00~21:00(日・祝17:00)  
月曜、祝日(こどもの日、スポーツの日、文化の日、成人の日)は開館し、その翌日が休館)、年末年始



基本的に小学生以上向けイベントが充実しています。保護者同伴であればフリースペースで遊ぶことができます♪



0才ぐらい

おむつ替えベッドや授乳室がありませんが、部屋が空いていれば利用させて頂けるそうなので、受付スタッフさんに聞いてみてね。

### イベントや催し/サークルなど

模擬店が出るおまつりが開催されます。  
小学生以上が参加できるスポーツや科学サークルがあるので、参加については各団体にお問合せください。

## 生きがいセンター

地 図：P9 B-3  
所在地：東原2-16-10  
TEL：046-252-7963

再生品販売日時 9:00~16:00  
月曜および祝日の翌日(月曜が祝日の場合は販売し、翌日休止)、年末年始は除く



パパママに

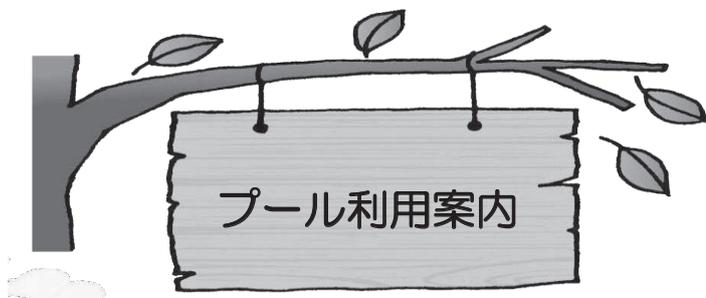
美しく生まれ変わった再生家具等の販売を行っています。

学習机やベビーベッド・2段ベッドが出ているときもあるよ!

マーク  
一覧



多目的トイレ 子ども用トイレ おむつ替えスペース 授乳室 給湯室 飲食スペース 自販機 エレベータ AED設置場所 駐車場



施設案内 全て25mの屋外プールです。  
 スポーツ課（市役所5階）  
 TEL046-252-8162

名称	所在地	電話番号	開場日
座間公園プール（幼児用有り）	座間1-3671（座間公園内）	046-251-6678	火曜日 木曜日 土曜日
広野プール	広野台1-37-1（相模野小そば）	046-252-0077	
ひばりが丘プール	ひばりが丘4-4-3（ひばりが丘小そば）	046-255-5087	
中原プール	西栗原2-14-1（国道246号線沿い）	046-251-6027	
東原プール	東原3-3-14（国道246号線沿いマドカド隣）	046-251-5044	月曜日 水曜日 金曜日 日曜日
立野台プール	立野台1-1-2（立野台小そば）	046-251-5672	
相武台プール	相武台4-2-13（相武台幼稚園そば）	046-255-5086	
入谷プール	入谷西5-43-1（入谷小そば）	046-256-2325	
相模が丘プール	相模が丘2-1-9（相模が丘小そば）	046-256-2285	
旭プール（幼児用有り）	ひばりが丘5-28-5（旭小から徒歩1分）	046-256-5508	

施設

### 時間

午前の部	9:00~12:00
午後の部	13:00~16:00
夕方の部	16:30~18:00 ※

※夕方の部は、立野台・入谷・座間公園・東原相模が丘・広野プールのみ実施します。

### 入場料金

大人(15歳以上)	1回210円 (回数券2,100円)
子ども(小中学生)	1回100円 (回数券1,050円)
幼児	無料

- ・市内在住小中学生はそれを証明できるもの（生徒手帳、身分証明書、座間市立プール利用証など）の掲示で無料（利用証の交付についてはスポーツ課にお問い合わせください。）
- ・付き添いでプールに入らない方は無料

### 注意事項

- ★オムツの取れていない幼児（水泳用紙おむつを含む）は利用できません。
- ★プールに入るときは水泳帽子を着用してください。
- ★駐車場はありません。
- ★天候状態や市民総合体育大会で利用ができない場合があります。
- ★利用日時等に変更する可能性があります。HPでご確認ください。
- ★小学生以下のお子様を利用する際は、付き添い人が必要になることがあります。

詳しくは、HPでご確認ください。



しっかり熱中症対策  
して行ってね!



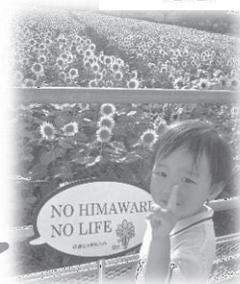
## 夏の風物詩♪ ひまわりまつり

地図 P6 A-2,A-3



平成5年から空いている農地を利用してひまわりの植栽がはじまりました。今では、55万本もの「ひまわり」が咲いているよ。そんなひまわりまつりは、特産品や農産物などの販売や出店をしていたり、仮設展望台の上からひまわりを眺めたりと、大賑わい☆小さな子でも楽しめるイベントも用意しているよ♪

おまつり期間中は臨時バスも運行されているよ。詳しくは市のイベント情報をチェックしてね♪



仮設展望台にはいろんな  
撮影グッズが置いてあったよ

施設



## 大迫力! 大凧まつり

100畳にもなる  
大凧は圧巻!!

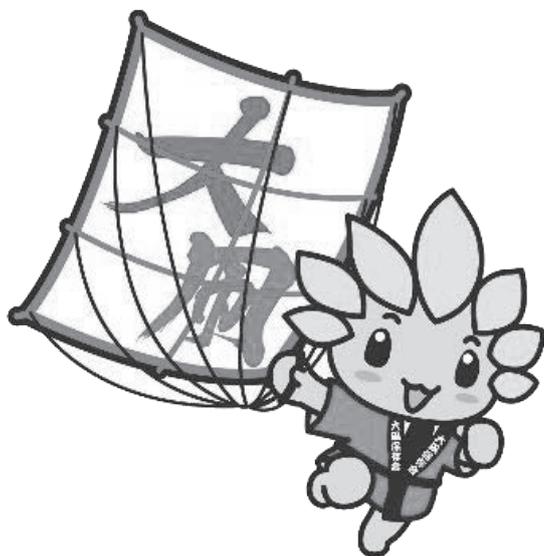
地図 P6 A-2

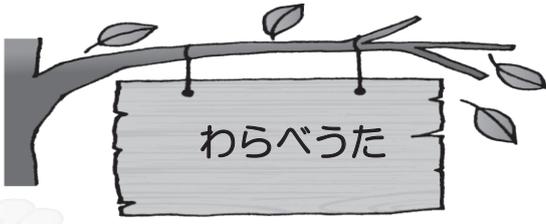
【5月4日・5日に開催】  
@相模川グラウンド(座架依橋上流)

端午の節句を祝う座間の一大イベント!!  
重さ約1トンの雄大な大凧を、約100名の引き手で引き揚げる姿はまさに迫力満点!!

大凧のほかにも特産品などの販売、わんぱく相撲などの楽しい各種イベントもあるよ♪

小田急線相武台前駅から会場まで、シャトルバスも運行されるよ♪  
詳しくは市のイベント情報をチェックしてね♪





## 次世代へ引き継ぐ

こどもが遊びながら唄う昔から伝えられ歌い継がれてきたもので、伝承童謡・自然童謡ともいわれます。スタッフの皆さんが、わらべうたを演奏し親子で歌って楽しめます。ずっと昔から伝わっている【わらべうた】を次の世代へ・・・♪

場所	曜日・時間	対象者	名称
図書館	第2(水)10:00~10:30	0~3歳のファミリー	わらべうた
公民館	第3(水)10:30~11:00	乳幼児のファミリーどなたでも♪	わらべうたサークル こんぺいとう



図書館わらべうたの様子。  
代表の垣畑さん(左)と、トヨシマさん。  
子どもと触れ合うわらべうたを多く歌っています♪



### 参加時の Point



- ①リラックスして親子のふれあいを楽しみましょう。
- ②赤ちゃんの反応を見ながらゆっくりと繰り返し遊びましょう。
- ③赤ちゃんは顔に触られたり、くすぐられるのを嫌がる時もあります。そんなときは無理せずに別のわらべうたであそびましょう。

おはなし会・わらべうた等の詳しい毎月の予定は市HPをみてね！

【おはなし宅配便】  
図書館とおはなしサークルとで行う出前おはなし会（依頼に応じて）



## 日本に伝わる「わらべうた」の紹介

### 絵描き歌

たこにゆうどう・さかな・へのへのもへじ

わらべうたにもこんなに種類があるんだね

### 遊び歌

ひとりで遊ぶ手遊び歌→ちゃつぽ  
2人組で遊ぶ→アルプス一万尺  
集団で遊ぶ→ずいずいずっこころばし



### 手まり歌

あんたがたどこさ・道成寺の手まり唄

### 数え歌

京都の通り名数え歌

### 子守歌

ねんねんころりよ・ゆりかごのうた





**どんなことをするの？**  
 みんなで集まって絵本を読んでもらったり、手遊びをしたり  
 わらべうたを歌って子どもとスキンシップ！  
 親子でリラックスして楽しめます。  
 予約不要なので、気軽に出かけてみませんか？

施設

場所	曜日・時間	対象	名称
座間市立図書館	第1,3(水) 10:30~11:00	乳幼児	こどもおはなしかい
	第2,4(水) 15:30~16:00	乳児~小学生	
	第1,3(土) 10:30~11:00	未就園児	ひろばおはなし会
	○春休みおたのしみ会:3月 ○クリスマスおはなし会:12月 ○ZAMA ひまわりおはなし会:9月 ○ZAMA おひさまおはなし会:3月		○子ども読書の日企画ワークショップ:4月 ○なつやすみ森のおはなし会:8月 ○親子でふるえるこわいおはなし会:8月 ○ぬいぐるみときくおはなし会:9月 ※一部、事前申込み制となります。
座間市公民館	毎週(水) 11:00~11:30	乳幼児 未就園児	おはなしぐるーぷ さくらんぼ
	第3(水) 15:30~16:00	園児~小学生	
北地区文化センター	第1(水) 11:00~11:30	乳幼児~未就園児	うたって♪あそぼ
	第2,4(水) 10:30~11:00	乳幼児	ききみみずきん
	第3(土) 10:30~11:00	乳幼児~小学生	
	第3(水) 10:30~11:00	未就園児	つきのぼうや
	○なつやすみおはなし会:8月      ○クリスマスおはなし会:12月 北地区文化センターでは、一緒におはなし会を盛り上げてくれる方を大募集しています♪興味のある方は、おはなし会スタッフまで☆		
東地区文化センター 令和6年10月まで、大規模改修工事のため休館	第2,4(水) 11:00~11:30	0歳~いくつでも	たんぼぼ
	○七夕おはなし会:7月		
新田宿・四ツ谷 コミュニティセンター	第2(金) 10:30~11:00	0~4歳	くまさんのおはなし会

色々なおはなしを聞いたり歌ったり、みんなで楽しめる内容がいっぱい♪



# 図書館特集



座間市内には本館以外にも本を借りられる場所がいくつかあって、受け取り・返却はどこでもOK！小さい子を連れていくのはちょっと…と思っている方も予約システムを使えば家でゆっくり借りたい本を選べますよ。ぜひお子様と一緒に足を運んでみて下さいね。

## 座間市立図書館

所在地 入谷東1-3-1  
座間市役所向かい  
神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車すぐ  
コミュニティバス「座間市役所」下車すぐ

TEL 046-255-1211

開館時間 火～金 9:00～19:00  
土・日・祝 9:00～17:00

休館日 ・月曜（休日の時は翌日）  
・第1金曜（6・7・8月は除く）  
・特別整理期間（6月）  
・年末年始



対象

座間市に在住・在勤・在学の方。  
県央地域（厚木市、伊勢原市、秦野市、大和市、綾瀬市、相模原市、海老名市、愛川町、清川村）に在住の方。座間市立図書館との協定校（日本大学生物資源科学部・女子美術大学）の在学生及び教職員。その他館長が認めた場合。貸出券は市公民館図書室・東地区文化センター図書室・北地区文化センター図書室、移動図書館「ひまわり号」でも利用できます。

## 東地区文化センター図書室

所在地 東原3-1-1  
相鉄さがみ野駅北口から1.3km徒歩15分  
コミュニティバス「東原西」下車徒歩5分

TEL 046-253-0781

開館時間 9:00～17:00  
（12:00～13:00は貸出業務はお休み）

休館日 月・祝・休日・12/29～1/3  
※臨時に休館することがあります。

令和6年10月まで改修工事により休館



## 北地区文化センター図書室

所在地 相模が丘5-30-4  
小田急線小田急相模原駅南口より徒歩15分  
コミュニティバス「北地区文化センター前」

TEL 042-747-3361

開館時間 9:00～17:00  
（12:00～13:00は貸出業務はお休み）

休館日 月・祝・休日・12/29～1/3  
※臨時に休館することがあります。

令和6年10月中旬から改修工事により休館（予定）

## 座間市公民館図書室

所在地 入谷西2-53-34  
小田急線「座間駅」西口下車徒歩15分  
JR相模線「入谷駅」下車徒歩8分  
台04・下02系統「座間四ツ谷行」、  
「JR相武台下行」鈴鹿バス停下車徒歩2分

TEL 046-255-3131

開館時間 9:00～17:00  
（12:00～13:00は貸出業務はお休み）

休館日 月・祝・休日・12/29～1/3  
※臨時に休館することがあります。

## 移動図書館「ひまわり号」

<巡回ポイント>

- ・ひばりが丘南児童館
  - ・東原共同住宅(8号棟前)
  - ・小松原コミュニティセンター
  - ・カーサ相模台
  - ・中原小学校
  - ・相模野小学校
  - ・座間駅前広場
  - ・入谷小学校
  - ・栗原小学校
  - ・「ざまにわ」
  - ・座間小学校
  - ・旭小学校
  - ・相模が丘小学校
  - ・東原小学校
  - ・立野台小学校
  - ・ひばりが丘小学校
- ※詳しくは「ひまわり号カレンダー」をご覧ください。



忙しいママも本を借りたい！使ってみよう♪予約システム

電子図書館もあるよ！  
詳しくは、座間市立図書館  
ホームページを見てね。

利用者用開放端末（OPAC）で本を探したことはあると思いますが、子連れだと、なかなか自分が読みたい本を探せないよね。インターネットからも、蔵書を検索して、予約をすることができるよ！期限を延長したりすることもできるから、見てみてね。



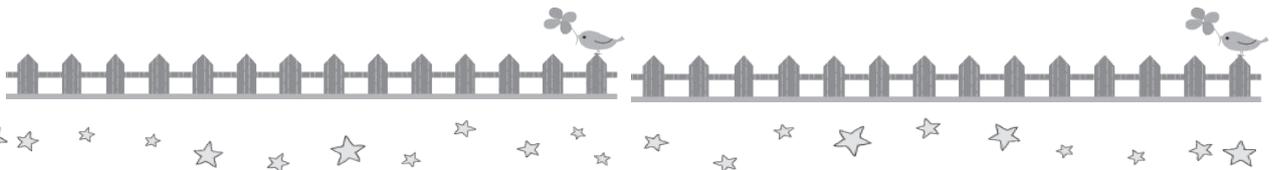


### 子育てサロンって？

親子であそびに行ける遊びの広場です。いろんな公共施設や民間の建物で定期的で開催されていて、0歳児から連れて遊ぶことができます。サロンで近所のママ友に出会えるかも…気軽に参加してみてくださいね。詳細は市HPにて「子育てサロン」で検索☆

### 子育てサークルって？

井戸端会議以上、習いごと未満、市内にはそんな親子と一緒に楽しめる子育てサークルがたくさんあるよ。もっと気軽に話せる友達がほしい、子どもに色々な体験をさせてみたい…けど、どこに行けばいいのかわからない。そんなときは興味のあるサークルに問合せてみて、まずは見学だけでも！きっと外に出るきっかけになって心も体もリフレッシュできるはず。サークルの活動については座間市公民館、北地区・東地区文化センターにお問い合わせください。



おでかけしよう

## 公園編

県立座間谷戸山公園

芹沢公園

かにが沢公園

座間公園

入谷1-1 多目的広場

(鈴鹿明神社横の公園)

立野台公園

富士山公園

スカイグリーンパーク

大坂台公園



# 県立座間谷戸山公園

座間市入谷東1-6-1



- 座間駅前口より徒歩10分 相武台前駅南口より徒歩15分
- 座間駅より「立野台經由相武台前駅」行き神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車  
相武台前駅より「立野台經由座間四ツ谷」「立野台經由海老名駅東口」行き神奈中バス「市役所・谷戸山公園前」下車  
ほか、小田急線・相鉄線海老名駅よりバスあり  
コミュニティバス「座間市役所」で下車
- 国道246の「西原交差点」を座間市役所方向へ北上し約5分  
駐車場3か所・計146台（4月～10月 7:00～18:00、11月～3月 7:00～17:00）

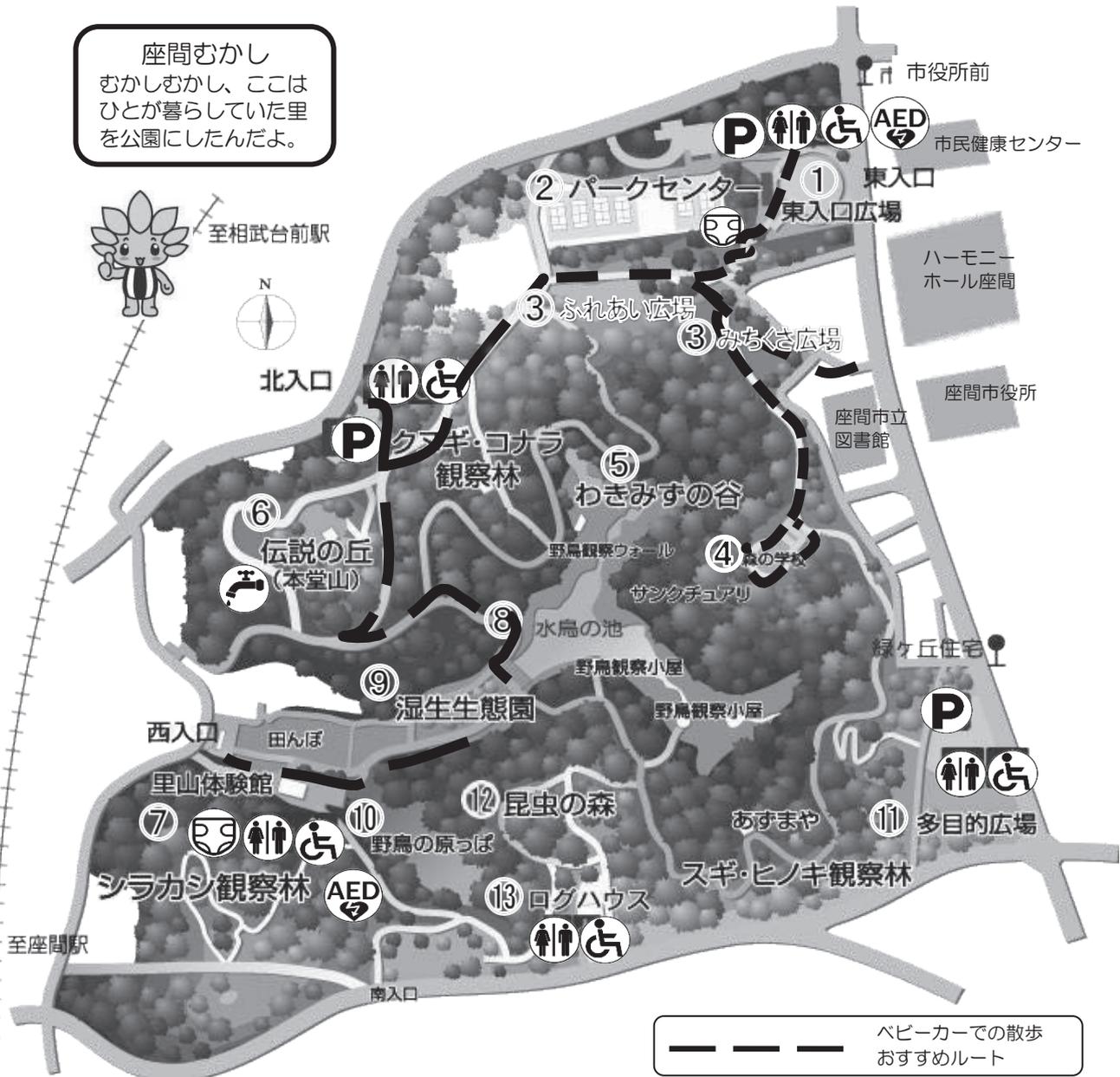
座間むかし  
むかしむかし、ここは  
ひとが暮らしていた里  
を公園にしたんだよ。



至相武台前駅



北入口



——— ベビーカーでの散歩  
おすすめルート

## 谷戸山公園って？

谷戸山公園の敷地は、最近まで里山の風情を残す土地として、その歴史は縄文時代までさかのぼるよ。長い間地元の人に愛されてきたその土地を「自然生態観察公園」として整備されたものがこの公園。

園内には周辺でみられなくなった貴重な自然が残されている里山・山・水辺（谷戸）の自然エリアや、広場などは街中散歩のついで気軽に立ち寄れるエリアなど、いろんな利用ができる公園。（生き物の種類1200種類！）

## 年齢別おすすめ & 子連れ散歩プチ情報



太い破線のルートはベビーカーでも行けるよ。東入口広場やふれあい広場・多目的広場の芝生、森の学校など施設や駐車場近くがおすすめ。



とにかく広いので自然観察をしながらお散歩にぴったり。水鳥の池でカモをみたり、里山体験館で竹馬やほっくりなどで遊べます。



季節ごとのイベントがたくさんで大人も楽しめるよ。大人でも迷うほどの広さ。日没でかなり暗くなるので要注意。少しづつ範囲を広げていこう！

公園

# エリア別・公園の楽しみ方

## ①東入口広場



市役所前道路からよく見える円形広場。駐車場や施設に近く、利用しやすいよ。舗装され広々しているので、かけっこやボール遊びをしている姿をよく見かけるよ。

## ②パークセンター



管理事務所とイベントスペースがあって園内のイベントや自然に関する資料がそろっているよ。園内マップもここでもらおう。郷土かるたもあるよ。トイレはとてもきれい！



## ③ふれあい広場・みちくさ広場



図書館わきのじゃり道を進むと野趣あふれる「みちくさ広場」。夏になると蝶とバッタの宝庫。その先の「ふれあい広場」は柔らかな芝生で、はいはいの練習もできるよ。ベンチもあってランチにぴったり！

## ④森の学校



図書館裏手の、ベンチが並び野外教室のような広場は、木陰で夏でも涼しいよ。奥にあるテーブル席は、お弁当に読書にと、いろいろ活用されているよ。小路の探索もできるよ。どこにつながっているかな？

園内には、すべり台やブランコのような既成の遊具はないけれど、子どもたちの好奇心を刺激する自然がいっぱい。通えば通うほど楽しいよ。

## ⑤わきみずの谷



水の音とともにゆったりと日なたぼっこはいかが？屋根もあるので日差しもよけられるよ。



デッキを回ったり、せせらぎに集まる蝶々や鳥をみつけてみてね。階段があるのでベビーカーの方はご注意ください。

## ⑥伝説の丘（本堂山）



丹沢の山並みや、電車の走る姿、秋にはイロハモミジの紅葉が人気です。そばには谷戸山を開発から守る経緯となった一画が。



## ⑦里山体験館



囲炉裏やかまどのある民家をモデルに作られた施設。縁側や前庭で休憩ができ、眼下に広がる田んぼでは米作り体験も。隣の広場では懐かしの竹馬や竹トンボ、輪投げで遊べるよ。おじいちゃんおばあちゃんと来て楽しもうね。



### 【谷戸山の達人】

カメラ一式（12kg！）を背負い、日々谷戸山を回っていらっしゃるゆめこさん。被写体を追って走ったり、息を潜めて待ち続けたり。谷戸山で寝転んでいる女性がいたら、シャッターチャンスをつかおうゆめこさんかも知れません。慈しみ溢れる画像は、ブログ（「ゆめこが虫を撮る」）で見ることができます。



p.57の季節別・公園の楽しみ方に写真を多数使わせていただきました。（☆マークが大河内さん・小島さん提供）

⑧水鳥の池



緑に囲まれた静かなを眺めながらデッキでひと休み。冬は水鳥でにぎわっているよ。早朝に相模川から飛んできて、夜戻るんだって。

野鳥をじっくり観察したい人には2か所ある観察小屋もおすすめ。パークセンターで双眼鏡の貸出もしているよ。(里山体験は土・日・祝のみ)



⑨湿生生態園



湿地の上を木製デッキで渡りながら、水辺の小さな生き物をのぞいて観察できるよ。

ザリガニ釣りをしているお兄ちゃんおねえちゃんの姿も。ちびっこもチャレンジしてみよう!



⑩野鳥の原っぱ

見晴らしの良い芝生広場。階段があるのでベビーカーでは行きにくいけれど、ベンチがあってゆっくりできるよ。シートを持参するとさらにくつろげます。ネイチャーゲームも行われているのでチェックしてみてね。



⑪多目的広場



見事な桜や一面のクローバーが美しい広場は、ゆるい傾斜でボール遊びもいっそう面白いよ。駐車場とトイレがあるので安心。



⑫昆虫の森



虫の世界は小さな小さなワンダーランド

クヌギなどの林の中は昆虫の聖域(サンクチュアリ)。よくよく見てみるといろんな昆虫たちに出会えるよ。捕まえたい気持ちをぐっとこらえて、昆虫の小さな世界をのぞいてみよう。

⑬ログハウス



園内の自然情報が貼り出してあるよ。急な雨の避難にも。ログハウスの裏の小池は穴場スポット。梅にアジサイ、鳥の撮影スポットにもなっていて、春にはカエル合戦が見られるよ。





## 春の谷戸山

新芽の芽吹き、ウグイスの鳴く練習、園内の自然から様々な春の訪れを感じられます。他にも桜に水仙、タンポポなど春の花も楽しめます。ピクニックにぴったりの季節です。



カワセミ☆



キアゲハ☆

## 夏の谷戸山

梅雨から始まり、豊かな水源が谷戸に雨を貯めて、どんどん緑が育っていく夏。森や林や池の周りは癒しの清涼スポットです。



カイツブリ☆



ショウブ

## 秋の谷戸山

秋は実りの季節、体験館前の田んぼの稲も黄色く実ります。また園内は実をつける樹、紅葉する樹も多くあります。虫の鳴く声に耳を傾けるのも。



マガモ☆



ハラビロカマキリ

## 冬の谷戸山

生き物たちも冬の準備、樹木が葉を落とし、鳥の姿が見つけやすい時期。氷の張った池の上をカモが上手にすべる姿も。樹木の葉がさみしくなる中、竹の新緑は眼にも鮮やか。



ルリビタキ☆



ショウビタキ☆

## 春



### イベント3月～5月(抜粋)

フォトコンテスト・ネイチャーゲーム  
定例自然観察会(毎月)  
里山保全隊(毎月 里山林の手入れ)



### 生き物ごよみ

3月 カエル沼の大合唱・産卵/冬鳥は北へ北へ  
4月 小道の小さな春(花たち)/夏鳥の渡来  
5月 春の蝶の舞/水鳥の親子姿/魚のこどもたち

## 夏



### イベント6月～8月(抜粋)

親子で米作り隊パート①②  
谷戸と自然とホタル・森のお話し会  
水の生き物みつけ・昆虫ウォッチングなど  
(※事前予約のものもあり。早めにお問合わせください。)



### 生き物ごよみ

6月 ゲンジボタルのナイトショー  
7月 ホタルブクロ/カエルの混声合唱  
8月 セミの大合唱/ヤンマのパトロール

## 秋



### イベント9月～11月(抜粋)

親子で米作り隊パート③  
語りのまつり  
谷戸山公園まつりなど  
(※事前予約のものもあり。早めにお問合わせください。)



### 生き物ごよみ

9月 アカトンボの乱舞/鳴く虫のオーケストラ  
10月 色鮮やかな・夏鳥はまだ南へ  
11月 山の木の紅葉/どんぐりのせいくらべ/冬鳥渡来

## 冬



### イベント12月～2月(抜粋)

親子で米作り隊パート④  
お飾りづくりなど  
(※事前予約のものもあり。早めにお問合わせください。)



### 生き物ごよみ

12月 ヘビやカエルはマイホームへ/水鳥の池のカモ  
1月 よく見かける冬鳥たち/土の下で春を待つ生き物  
2月 ひと足早い里の春(梅・サザンカ)

# 芹沢公園

座間市栗原2593-1

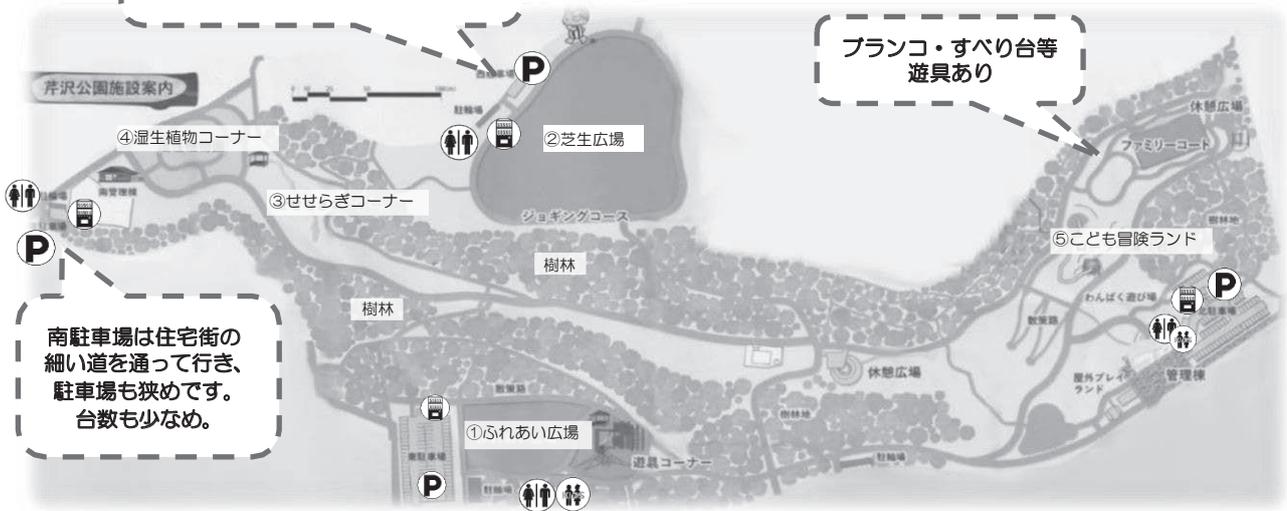


- バス：相武台前駅より「さがみ野駅北口」行き神奈中バス「栗原小学校」下車 徒歩5分  
さがみ野駅北口より「相武台前駅」行き神奈中バス「栗原小学校」下車 徒歩5分  
コミュニティバス（D）東原・ひばりが丘南コース「芹沢公園」下車
- 車：国道246の「東原4丁目交差点」を北上し、一つ目の信号を左折。丁字路を左折で右手に東駐車場  
駐車場4か所（北72/東81/西15/南5）計173台  
5月～10月 8:30～18:00、11月～4月 8:30～17:00（北駐車場は18:00まで）  
※南側駐車場、西側駐車場はアクセス路がせまく、台数も少ないので注意

西駐車場は、芹沢陸橋側から公園を南に曲がり、細い道を通ってくると左側に数台停められます。

ブランコ・すべり台等遊具あり

南駐車場は住宅街の細い道を通って行き、駐車場も狭いです。台数も少なめ。



公園

## 芹沢公園って？

座間のおいしい水の水源地として座間八景に選ばれ、「かながわの公園50選」にも選定されている公園です。公園は大きく分けると「遊具・芝生広場・水辺」の3つのゾーンに分かれ、それぞれを散策できます。



## 年齢別おすすめ & 子連れ散歩プチ情報



芝生広場は広くて木陰もあるので、はいはいやあんよの練習ができるよ。水せせらぎコーナーも深さのない人口のせせらぎなので水遊びできるよ。



ふれあい広場のアスレチック遊具や芝生広場でボール遊び、木の散策しながらどんぐり拾いなどなど、いろんな遊びができるよ。



ベビーカーでの園内各エリアの移動はちょっと大変かも。それぞれのエリア近くに駐車場があるので、目的地付近に停めるのがおすすめ。

平成29年4月に公園が大きくなってリニューアルオープンしたよ♪



# エリア別・公園の楽しみ方

## ①ふれあい広場・東駐車場



東の駐車場から林を抜けるとアスレチック遊具があるエリアにできるよ。小さい子向けの遊具から、小学生向けのものまであるよ。夏は林の中が涼しくておすすめ。東駐車場が一番駐車台数が多くて、車も止めやすいよ。また近くにはログハウス風のトイレがあるよ。



## ③せせらぎコーナー

水がとてもきれいなせせらぎが流れていて、夏は水遊びに最適。深さも比較的浅いので、水着で遊ぶよちよちちゃんも見かけるよ。放流期間は公園緑政課にお問い合わせください。



あずまやでお弁当も食べられるよ。



## ②芝生広場・西駐車場



「この木何の木〜♪」と歌いたくなるような大きな木たちと広い芝生が広がる気持ちのいい広場。

週末は親子連れやカップル、ジョギングの人などがちらほら。



## ④湿性植物コーナー・南駐車場

別名「菖蒲の広場」と呼ばれているこのコーナーは、梅雨の季節になるとショウブとアジサイの花の共演がみられるよ。5月下旬から6月上旬が見ごろ。6月上旬から6月下旬にアジサイにバトンタッチ！



南駐車場に向かう小道の横には「ホタルの郷」という水場があり、5月中旬頃にはホタルが見られるみたいだよ。

## ⑤こども冒険ランド・北駐車場

北駐車場内にはコミュニティバスの停留所があるよ。北駐車場近くの管理棟は飲食OK。そこでお昼を食べてもいいね。また、トイレには子ども用の小さなトイレやオムツ交換台もあるよ。

ファミリーコートの際にはブランコやアスレチックも。アスレチックは高さがあるけれど、家族で挑戦する姿も見られるよ。



バスでこども冒険ランドに行く場合、神奈中バス「座間総合高校前」下車でも行けるよ。バス停から徒歩10分ほど。このバスは小田急線相武台前駅か小田急江ノ島線南林間駅から乗れるよ。



子どもたちに人気のローラー滑り台。ニコニコしながら何度も滑る子たちもたくさん。

# かにが沢公園

座間市緑ヶ丘4-23



歩行者：相武台前駅 南口を出て相武台前南口商店街を抜け、座間中学校の角を曲がる。徒歩5分  
 自動車：駐車場1か所・32台 5月～10月 8:30～18:00、11月～4月 8:30～17:00

座間八景のひとつに  
なっているよ！

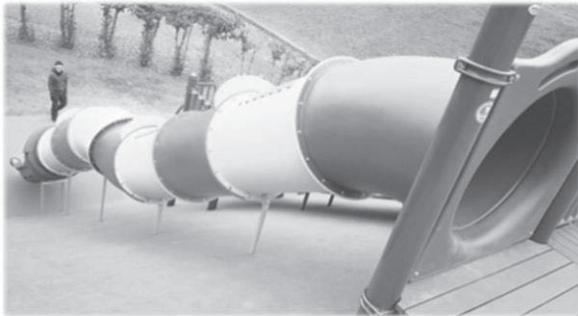
## 子ども広場



ヨチヨチちゃん用とキッズ用の2種類の複合遊具があるほか、砂場やパーゴラ付きのベンチも



新しくなった巨大すべり台。対象年齢が6歳～12歳のため、大人はすべれません。すべり台付近では目を離さないよう気をつけて！



マーク  
一覧



## 芝生広場・木陰エリア

芝生広場はなだらかな傾斜になっているので、はいはいやあんよしても楽しいよ。ピクニックシートでランチも楽しいね。木陰エリアは広いベンチがあるので、ゆったりお弁当を広げられるよ。



## 年齢別おすすめ &子連れ散歩プチ情報



オムツ替えシートはないけど木陰エリアの大きな木のベンチを使うと便利。中央広場のトイレはチャイルドキープ有。園内はベビーカーでの移動も楽々ok!



子ども広場の複合遊具や砂場は午前中にぎわっているから、友だちになれるかも。斜面で段ボールを使って滑ることもできるよ♪



散歩が気持ちいいけど夏は木陰エリアとさくら並木以外は木陰が少なく暑いよ。日傘や日焼け止め、水分補給をしっかりね。近くにスーパーコンビニなし！

## かにが沢公園って？

住宅街の中にあるすり鉢状の公園。まわりの道路よりも低いので、公園に降りていく感じ。景色にすっぽりつまれている雰囲気はGood!



桜に水仙、もみじにどんぐりと四季折々の花を楽しむ事ができ、春は「さくら祭り」が行われてるよ。



# 入谷1-1 多目的広場

(鈴鹿明神社横の公園) 座間市入谷西 2-53-11



- 歩行者：座間駅 西口を出て徒歩12分
- バス：神奈中バス「鈴鹿」下車すぐ  
コミュニティバス（E）入谷循環コース「公民館前」で下車
- 車：駐車場なし

## 公園の広場



公民館すぐの公園なので、子育てサロンやおはなし会のついでに遊べるよ。ベンチでお弁当食べることも。

## 鈴鹿の小路周辺



神社横から入るこの小路は、きれいな湧水がながれ、ホタルがみられる癒しの道。途中に2か所休憩スペースもあるから一度は歩いてみるのもおススメ。番神堂まではおよそ500m。

## 入谷1-1 多目的広場 (鈴鹿明神社横の公園) & 鈴鹿の小路って？

少し広めの広場と基本セットの遊具のあるシンプルな公園だけど、周辺に公民館、鈴鹿明神社、幼稚園、鈴鹿の小路など人が集まるスポットがたくさんあるのでついでに利用しやすい公園。鈴鹿の小路はホタルもでるほどきれいな湧水のヒーリングスポット。街の人が大切にしているよ。

## 年齢別おすすめ & 子連れ散歩プチ情報



公園の広場であんよの練習ができるよ。鈴鹿の小路はベビーカーでもお散歩できるよ。



公園の広場は広いからボール遊びも楽しいよ。遊具はブランコ・砂場・滑り台・鉄棒の基本セット。鈴鹿の小路では水辺の生き物を見るのも楽しいよ。



公園内は日陰が少ないので対策が必要。公園周辺はすぐ車道なので飛び出しに注意！近くにスーパーあり。

# 立野台公園

座間市立野台3-21周辺



- 歩行者：座間駅 出て徒歩15分
- バス：神奈中バス「立野台」で下車 徒歩3分  
コミュニティバス（A）さがみ野コース「立野台公園前」で下車
- 車：駐車場なし

## 立野台公園って？

花菖蒲「座間の森」は江戸時代にさかのぼるほど貴重なもの。また、池にはカモ、コイ、カメなどがたくさん。



こんなに大きな池がある公園は座間では珍しいかも。公園の生き物への餌やりは禁止されているのでご注意。

## コンビネーション遊具とロング滑り台



遊具は少し大きい子向け、午後は小学生が集まるから午前中はゆっくり遊べるよ。

マーク一覧



# 富士山公園

座間市入谷西1-4-1周辺



駐車場 トイレ 水道

🚌：神奈中バス「富士山公園前」下車。米軍キャンプ座間東隣  
 🚗：県道51号（町田厚木道路）沿いに駐車場が並んで配置されています。  
 駐車場1か所 計5～6台

## 富士山公園って？

アスレチックもあり、森の中に遊具があるという感じの公園です。秋には一面落葉でおおわれて歩くとザクザクと楽しい音がします。家族みんなでどんぐり拾いもいいかも。



## 年齢別おすすめ &子連れ散歩プチ情報



滑りやすいところや急なところもあるので気をつけて。  
ベビーカーで行くにはきびしい。



アスレチックも楽しめるし、夏はせみ捕り、秋はどんぐり拾い、森でかくれんぼもできるね。



ママ一人で子どもを連れていくにはちょっと厳しい公園。

# スカイグリーンパーク／大坂台公園

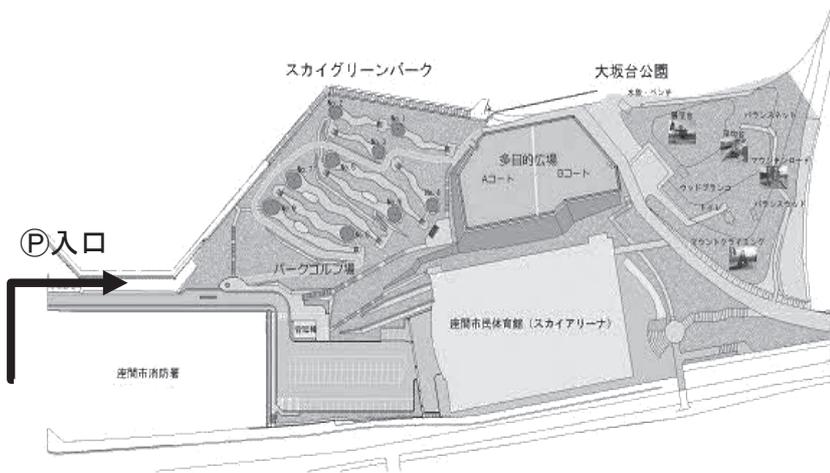
座間市相武台1-4399  
スカイアリーナ座間隣

座間市相武台1-47-1  
スカイアリーナ座間裏



駐車場 トイレ 多目的  
トイレ 水道

🚶：相武台前駅北口を出て、徒歩7分。  
 🚗：相武台前駅から県道51号（町田厚木道路）を南下して、市消防署前交差点を右折し、駐車場へ入る。  
 駐車場1か所 スカイアリーナ座間と共通で計136台



## スカイグリーンパークって？ （令和4年3月完成）

公園の名称は、座間の緑豊かで大自然なイメージを膨らませ、スカイアリーナ座間から「スカイ」、市のカラーであり森のイメージでもある「グリーン」を入れ「スカイグリーンパーク」となりました。パークゴルフ場や、お散歩ができそうなコースもあり、駐車場も完備されています♪

（駐車場は有料：駐車後30分無料、120分200円、以降60分100円、当日24時まで600円）

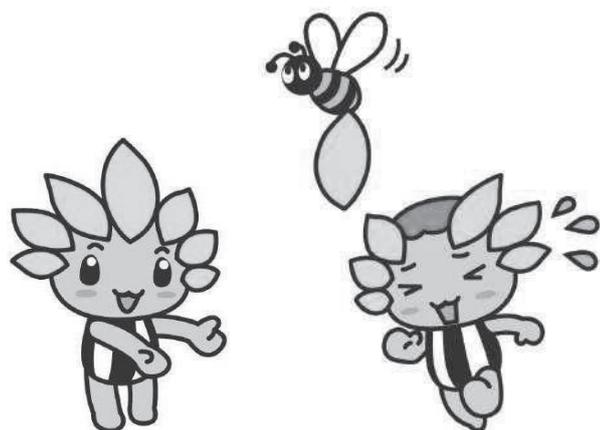
## 大坂台公園って？

展望台からの眺めがおすすめの公園です。公園の敷地全体が傾斜しているので、ぐるぐるお散歩するのも楽しいかも。朝夕はワンちゃんのお散歩コースにもなっています。そばには体育館もあり、急な雨でも安心です。  
令和4年4月1日から多目的広場の使用が開始されました。



# お役立ち情報

災害に備えよう  
日常生活について  
育児について  
ママのための相談窓口  
母乳相談  
子育ての助成・手当など  
子育て支援サービス  
(困ったとき、支えてほしいとき)  
病児・病後児保育  
保育園／入所までの流れ  
幼稚園／入所までのスケジュール



# いつ起きてもおかしくない、災害に備えよう！！

地震、台風、大雨、大雪……。皆さん、自然災害への備えは十分にできていますか？このページでは、座間市が発行している防災に関する刊行物についてまとめました。ぜひ参考にしてください。

## 音声応答自動サービス

0120-673-679  
(利用無料)

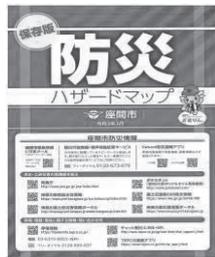
防災行政無線放送の内容が聞き取れなかったときに、電話で同じ放送内容を確認することができます。携帯電話でもOK！

## 子育てファミリーのための 防災ハンドブック



子育てをしている家庭に役立つ防災知識を1冊にまとめたオリジナル防災ハンドブックです。母子健康手帳に挟み込めるサイズなので、いつでも持ち歩くことができます。市役所や子育て支援センターでもらえます。

## 保存版 防災ハザードマップ



座間市内の洪水浸水想定区域や指定緊急避難場所などを記した地図です。市などの防災情報の入手先、風水害時の避難や災害の備えについても解説しています。お住まいの地域について一度、確認してみてください。

## 緊急情報いさまメール (登録無料)



市内で発生した災害などの緊急情報をメールで配信します。登録は左のバーコード読み取っていただくか、  
zama-address@anshin-bousai.net  
へ空メールを送信してください。

グラグラッと揺れを感じたら…『ダンゴムシのポーズ』で落下物から頭を守りましょう。まずは頭を守る、体の内側（特に首や手首の内側など、太い血管が通っているところ）を守るように丸くなることを覚えておきましょう！

2歳くらいまでなら大人が上から覆いかぶさります。（下図②参照）

いざという時に子どもが嫌がらないように普段からこのポーズを取り入れた遊びをして練習しておくといいですよ。



★保育園での避難訓練の様子★

### ①3歳以上



1. 手で水をすくうようなポーズをとる。
2. そのまま高頭部あたりに手を当てる。
3. 地面にひざをついて体を丸める。



### ②2歳くらいまでの乳幼児



1. 子供と向かい合わせになりうつ伏せに寝かせる。
2. 大人のお腹のあたりに子供の頭を置く。
3. 子供のお尻を抱えるように体を丸める。



## 日常生活について

相談内容に応じた様々な窓口があります。事前に簡潔に客観的にメモにまとめておくと、相談する際に伝えやすいですよ。

事業名	担当連絡先	備考
市民一般相談	市役所 市民広聴課 市民広聴係 046-252-8218	【電話・面接相談】 月～金 8時30分～12時、13時～17時15分 ◆お話を伺った後に、市役所内の専門部署での対応ができるときは取り次ぎし、法律や他の専門分野での相談がよいと判断するときは、専門家による相談を受けるよう案内しています。
母子・父子家庭相談	市役所 こども家庭課 こども総務係 046-252-8025	【電話・面接相談】予約制 月～金 10時15分～11時30分、13時～16時45分 ◆母子・父子家庭の生活上の様々な問題についての相談を受け付けています。（離婚、子どもの養育、進学、就学、就学資金貸付など）
青少年相談	市役所 こども家庭課 こども総務係 046-252-8025	【電話・面接相談】予約制 月～金 9時30分～16時30分（12～13時を除く） ◆おおむね15～30才未満の本人とその家族が抱えるさまざまな悩みに関して、青少年心理相談員が相談に応じます。
民生委員児童委員 主任児童委員	市役所 地域福祉課 地域連携係 046-252-7127	【電話照会】 月～金（祝日・年末年始を除く）8時30分～17時15分 ◆地域の身近な相談役です。福祉に関することでお困りの方と関係機関のパイプ役をになっています。
座間市消費生活センター	市役所 市民広聴課内 046-252-8490	【電話・面接相談】 月～金（祝日を除く）9時30分～12時、13時～16時 ※偶数月の第2水曜は午後のみ 受付時間外は188（いやや）へ ◆商品やサービス、契約などをはじめとする消費生活全般の相談を受け付けています。
医療安全相談	神奈川県医療安全相談センター 045-210-4895	【電話相談】 10時～12時、13時～15時（土・日・祝・年末年始を除く） ◆専任の相談員が医療と病院に関する相談に応じ、解決へ向けての助言、医療機関への連絡、適切な相談機関の紹介等を行います。
座間警察署	警務課住民相談係 046-256-0110（代表）	◆「犯罪に発展する恐れのある不安」や「身近に感じている危険」を解決するため、適切なアドバイスや助言・指導を行います。

## 育児について

子育てに不安はつきもの。ひとりで抱え込まず、相談してみませんか？  
話をすることで解決することがきっとありますよ。

事業名	担当連絡先	備考
赤ちゃん訪問	市役所 ネットボラざまりん TEL046-252-7776 FAX046-255-3550  市役所 こども家庭課 TEL046-252-7225 FAX046-255-3550	【訪問相談】 出生連絡票（妊産婦健康診査等費用補助券についているハガキ）を提出し、こども家庭課にご連絡ください。紛失、転入などで座間市の出生連絡票がない場合は、担当までお問い合わせください。 ◆育児のこと、おっぱいやミルクのことなど、不安なことを、助産師・保健師・看護師が自宅まで訪問し、相談にのったり、赤ちゃんの体重測定をしたりしています。生まれた赤ちゃん全員を訪問しています。訪問員証を携帯しているの、確認してください。
育児相談	市役所 ネットボラざまりん TEL046-252-7776 FAX046-255-3550  市役所 こども家庭課 TEL046-252-7225 FAX046-255-3550	【育児相談】 詳しい日時・会場は広報ざまや座間市HP等をご覧ください。 【電話相談】月～金 9時～16時 ◆市民健康センター、子育て支援センター各ざまりんのおうちで乳幼児期の育児の疑問・心配事などへのアドバイスを保健師と栄養士が行っています。身体測定もしています。
子育て支援センター ざまりんのおうち ゆめゆめ	TEL・FAX 046-254-2634	【面接・電話・FAX相談】 月～金 9時～16時（休業日を除く） 閉所日：土・日・祝日・年末年始
子育て支援センター ざまりんのおうち ひまわり	TEL042-740-2788 FAX042-740-2789	（ゆめ）第3月曜日12時まで （ひまわり）第3水曜日12時30分まで （かがやき）第3火曜日12時30分まで
子育て支援センター ざまりんのおうち かかやき	TEL046-255-7070 FAX046-255-7080	（3センター共通）第2木曜日15時閉所 ◆子育ての悩みなど様々なことについてアドバイザーがじっくりとお話を伺います。どんなことでもお気軽にご相談ください。
地域育児センター	市内の各保育園	【電話・面談相談】 月～金 9時～16時 ◆お子さんの気になることを一緒に考えてみませんか？
保育コンシェルジュ	市役所 保育・幼稚園課 TEL046-252-7202	【電話・面接相談】予約可能 月～金 9時～16時 土（第2、4土曜日 午前） ◆子育ての悩み、保育サービスのご相談、ご案内をします。
ハローベビーかながわ	045-502-3932	【電話相談】月～土 10時～16時（1人30分まで） ◆公益社団法人神奈川県助産師会主催の、助産師による無料電話相談です。地域で活動している助産師の紹介もしています。
発達相談	市役所 こども家庭課 046-252-7225	【面接相談】予約制です。 相談日などの詳細は、こども家庭課にお問い合わせください。 ◆お子さんの運動発達、対応への心配事について、専門職のスタッフが相談にのります。
市役所 こども家庭課 こども相談係	046-252-8026（直通）	月～金 8時30分～17時15分
厚木児童相談所	046-240-6430（代表）	月～金 8時30分～17時15分
人権・子どもホットライン （神奈川県福祉子どもみらい局）	0466-84-1616（直通）	年中無休 9時～20時
児童相談所 全国共通ダイヤル	189（直通）	24時間対応。最寄りの児童相談所につながります。
かながわ子ども家庭 110番相談LINE		月～土 9時～21時

感情を抑えきれず辛くなったとき、虐待を受けていると思われる子どもを見つけたときはご相談ください。  
※緊急の場合は、座間警察署（046-256-0110）に通報してください。

## ママのための相談窓口

いずれの窓口も相談に関する秘密は固く守られます。  
相談時間以外で緊急の場合は、警察（110番）まで。

事業名	担当連絡先	備考
女性電話相談室	女性電話相談室 0570-550-594	月～金（祝日除く） 9時～17時（受付16時40分まで）
女性の健康相談	厚木保健福祉事務所 保健福祉課 046-224-1111	月～金（祝日除く） 9時～16時30分
こころの電話相談	神奈川県精神保健福祉センター 0120-939-289	毎日（年末年始、土日祝日含む）24時間
	神奈川県精神保健福祉センター 0120-821-606	月～金（祝日・年末年始除く） 9時～21時 （受付は20時45分まで）
女性のためのDV相談窓口	県配偶者暴力相談支援センター 0466-26-5550	【電話相談】 月～金 9時～21時（祝日を除く） 土・日 9時～17時（祝日を除く） 【面接相談／予約制】 月～日 9時～17時（祝日を除く）
	多言語相談はこちらから 090-8002-2949	月～土 10時～17時 英語／中国語／韓国・朝鮮語／スペイン語／ポルトガル語／ タガログ語／タイ語／ベトナム語
女性への暴力相談 「週末ホットライン」	045-4514-0740	土・日 17時～21時 祝日 9時～21時

### パートナーや恋人からの暴力に悩んでいませんか？～DV相談のご利用を～

配偶者や内縁の夫・妻などの親密な関係にある相手や、そのような関係にあった相手からふるわれる暴力のことをDV（ドメスティック・バイオレンス）といいます。

「殴られる」「蹴られる」といった身体への暴力だけでなく、「大声で怒鳴られる」「無視をされる」「親族や友人との交際を制限される」「避妊に協力してくれない」などの行為もDVです。市では、こうした暴力に悩んでいる方のための相談窓口を設けています。相談は無料で、秘密は厳守します。一人で悩まず、ご相談ください。

DV等相談

- ◆とき 月曜～金曜（祝日、年末年始を除く）9時～12時、13時～17時15分
- ◆ところ 市役所 市民広聴課
- ◆電話番号 046-252-8483（専用電話）
- ◆費用 無料

### 母乳相談 (外来・出張)

名称・院長氏名	住所 電話番号	母乳育児相談			HP	その他の情報
		外来	出張	対応日時		
はぐくみ 母乳育児相談室鈴木 亜紀	海老名市国分南 2-16-1-1001 080-5006-5059	×	○	月～土 9時～17時 お休み；日・祝日 （緊急時は応相談）	ブログ有	海老名でお産の学校やベビーマッサージ教室を行っています。 hagukumLebina@yahoo.co.jp
やまうら 母乳育児相談室山浦 直子	海老名市国分南1-9-22 090-2451-7160	×	○	平日9時～17時 （緊急時は要相談）	ブログ有	母乳相談、妊産婦骨盤ケア、ベビーマッサージ教室、ベビー発達教室なども実施。興味のある方はお問い合わせを。 mwnao3839@yahoo.co.jp
及川母乳育児相談室 及川 ひろみ	相模原市南区在住 090-2164-8828	×	○	月～土 （日・祝日は要相談）	×	電話にて要予約

## 助成・手当

座間市には子育て中に受けられる様々な手当や助成があります。対象者への通知は特にないので、該当するものがあるときは、忘れずに申請しましょう。詳しい内容は、各担当窓口にお問い合わせください。

※各種制度の内容は、令和5年4月時点での状況です。内容は変更になる場合があります。

### 【子どもが生まれたら・・・】

事業名	内容	所得制限	問合せ・申請先
児童手当	中学校3年生までの子どもを養育している方に支給されます。 ※公務員の方は、勤務先で申請してください。	あり	子育て支援課 子育て支援係 046-252-7201
妊婦及び乳幼児 移動費用支援給付金	座間市在住の妊婦及び乳幼児（0～3歳）にタクシー代やガソリン代等の移動費用の一部を支援します。（令和5年4月1日以降に、母子手帳発行日、出生日または誕生日時点で座間市民の方が対象です。）	なし	こども家庭課 こども総務係 046-252-8025
すくすく給付金	座間市在住の1歳及び2歳に給付金を支給します。（令和5年4月1日以降に、誕生日時点で座間市民の方が対象です。）	なし	こども家庭課 こども総務係 046-252-8025

### 児童手当は申請が遅れると、さかのぼってもらえません！

児童手当の支給は申請月の翌月分から。6月・10月・2月に前月までの分が指定の口座に振り込まれます。申請が遅れると、それ以前にさかのぼって支給されないため、子どもが生まれたら速やかに申請しましょう。どんな手続きがあるか、どこで手続きしたらいいか、何が必要か、あらかじめ整理しておくことで安心です。

### 【子どもが通院・入院したら・・・】

事業名	内容	所得制限	問合せ・申請先
小児医療費助成	保険診療の医療費自己負担額を助成します。 0歳～満18歳年度末まで（令和5年10月～）	なし	子育て支援課 子育て支援係 046-252-7201
養育医療給付	入院が必要な未熟児に対し医療費（食事代も含む）を給付します。	あり	

### 【ひとり親家庭のために・・・】

事業名	内容	所得制限	問合せ・申請先
児童扶養手当	母子・父子家庭などで18歳以下（※）の児童の養育者に支給します。	あり	子育て支援課 子育て支援係 046-252-7201
ひとり親家庭等医療費助成	18歳以下（※）の児童を養育している母子・父子家庭などを対象に、保険診療の自己負担分を助成します。	あり	

※政令に定める程度の障害がある20歳未満等の児童も対象になります。

※18歳になった日以降の最初の3月31日までの支給となります。

### 【障がいのある子どものために・・・】

事業名	内容	制限	問合せ・申請先
特別児童扶養手当	20歳未満の重度もしくは中度の障害児を養育している方に支給されます。	所得制限あり	子育て支援課 子育て支援係 046-252-7201
心身障害者医療費助成	身体障害者手帳1～3級、精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている方、IQ50以下の判定を受けている方（もしくは療育手帳A1・A2・B1の交付を受けている方）を対象に、保険診療の自己負担分を助成します。（身体障害者手帳3級及びIQ36以上50以下の方は、医療費の1割負担）	年齢制限あり	障がい福祉課 障がい福祉係 046-252-7978
精神通院医療費助成	精神障害者保健福祉手帳（2級）及び自立支援医療受給者証をお持ちの方を対象に、精神通院医療費を助成しています。	年齢制限あり	

## 子育て支援サービス

子育て中の、手助けを必要とする様々な場面  
(通院するとき、残業で遅くなる時、外出するとき、疲れたとき・・・)  
に、応えてくれる場所があります。お困りの時に活用してください。

事業名	内容	対象	料金	問合せ・申請先
ファミリー・サポート事業	<p>【サービス内容】 保育園、幼稚園、小学校、児童ホームまでの送迎、保護者の休息、介護、出産前後の児童の預かり、冠婚葬祭などで外出が必要な場合の児童の預かり</p> <p>【会員登録・申込】 事前に事務局に電話連絡の上、手続きをします。事務局はスカイアリーナ座間1階です。※直前の申し込みはできません。お早めにお申し込みください。</p> <p>【援助時間】6時30分～21時 (年末年始除く)</p>	生後3か月～ 小学校6年生以下 の子どもを持つ 市内在住者	<p>【30分あたり】 1人 450円 (2人目以降 225円) ※利用料金以外に、食事・おむつ・保育用具の用意が必要です。ひとり親家庭は料金が割引となります。(ひとり親医療証または、児童扶養手当証をお持ちの場合)</p>	<p>座間市社会福祉協議会 TEL046-266-2003 FAX046-266-2009 月～金 8時30分～17時 ※スカイアリーナ座間開館日に合わせて稼働</p>
派遣型 一時預かり保育	<p>【子育て支援】 幼稚園・保育園・学童などの送迎や家庭内での見守り、産前・産後のお手伝い(赤ちゃんや上の子のお世話) ◆その他どんなことでもご相談ください</p> <p>【利用日時】 基本 月～金 9時～18時 曜日と時間外については応相談 年末年始のみお休み</p>	0歳～12歳	<p>【入会金】3,000円 【年会費(4月～3月)】 300円×12か月 ※途中入会は入会月～3月までを支払います。</p> <p>【利用料金】 1時間900円 (※時間外18時～21時、土日祝日など1時間1,100円) 利用は最低1時間から。それ以降は15分ごとの計算になります。</p>	<p>NPO法人 ワークスコレクティブ 風の子 TEL080-5078-4140 (080-6800-4140、 080-5081-4140) メール kazenoko.415.mama. mirai@ezweb.ne.jp</p>

## 病児保育・病後児保育

児童が病気の回復期にあつて集団保育や家庭での保育が困難な場合、専用の保育室で一時的に看護師や保育士が保育します。設備や登録方法等、ホームページで確認しておくとお安心です。

施設名	住所・電話番号	HP等
病後児保育センター すずらん	座間市広野台1-32-3 (広野台保育園内) 046-255-3616	<a href="https://hironodai.hoikuen.ac/">https://hironodai.hoikuen.ac/</a>
にじのはし保育園 病児保育室	座間市緑ヶ丘4-12-23 Fragola202号室 (にじのはし保育園併設) 046-240-9478	<a href="https://nijinohashi-hoikuen.com/sick-child-care/">https://nijinohashi-hoikuen.com/sick-child-care/</a> ご利用には事前登録が必要です。
緑ヶ丘もえぎ保育園 病児保育室そよかぜ	座間市緑ヶ丘4-6-56 (緑ヶ丘もえぎ保育園内) 046-244-0689	<a href="https://cdn03.arcodchimp.com">https://cdn03.arcodchimp.com</a> ※詳細はお電話にてお問い合わせをお願いします。

## 座間市立児童発達支援センター(サニーキッズ)

TEL: 046-259-7121

対象: 心身の発達に心配のある、または障がいのある、お子さんとそのご家族で、座間市にお住まいの方が対象です。

内容: 児童発達支援、放課後等デイサービス、日中一時支援など、詳しくはお問い合わせください。

所在地: 座間市小松原1-45-21(旧生きがいセンター)

# 保育園

仕事や病気などにより家庭での保育が十分できない場合に保護者にかわって保育する施設で、公立と私立（認可と認可外）があります。

保育園入所までの流れは、下記を参照ください。

未就園児への園庭開放や、育児相談も行っていきます。



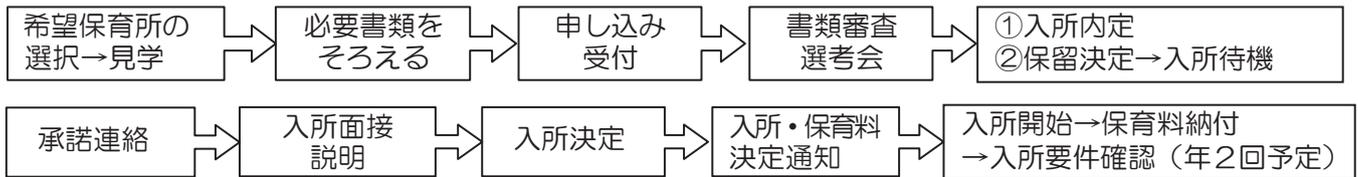
## ●●●保育所入所申込み方法●●●

申し込み場所：座間市こども未来部保育・幼稚園課 認定給付係（046-252-7202）

まずは、保育・幼稚園課へ行って「**保育所等利用申込みの御案内**」をもらおう！（HPからダウンロード可）

集団保育が可能な障がい児の受け入れについても座間市保育・幼稚園課にお問い合わせ下さい。

☆4月入所を除き、各月のめ切は入所希望月の前月10日です。



## 公立保育園 受け入れは生後満3か月から

保育園名	所在地/電話番号/最寄り駅	保育時間 上：平日 下：土曜	延長保育	一時保育	園庭開放
栗原 保育園	栗原中央 6-5-28/046-251-1044 神奈中バス 栗原小学校前 徒歩3分	平日 7:30-19:00	平日のみ 18:30-19:00	×	毎週木曜 9:30-12:00
相模が丘東 保育園	相模が丘 5-12-36/042-743-2200 小田急相模原 徒歩6分				毎週水曜 9:30-12:00
ちぐさ 保育園	四ツ谷 835/046-251-2202 相模線入谷 徒歩8分				毎週水曜 9:30-12:00
東原 保育園	東原 4-12-18/046-251-5564 相鉄さがみ野 徒歩8分				毎週水曜 9:30-12:00
相武台 保育園	相武台 3-20-19/046-253-2523 小田急相武台前 徒歩8分				毎週水曜 9:30-12:00
ひばりが丘 保育園	ひばりが丘 2-58-1/046-254-9338 相鉄バス 東原団地前 徒歩5分 神奈中バス まきの台 徒歩5分				毎週月曜・金曜 9:30-12:00
小松原 保育園	小松原 1-29-8/046-255-6671 神奈中バス 小松原 徒歩5分				毎週水曜 9:30-12:00
相模が丘西 保育園	相模が丘 2-43-41/046-255-2100 小田急相模原 徒歩20分	毎週水曜 9:30-12:00			

## 私立保育園 受け入れは生後満8週間（木下の保育園相武台、子どもの家ひまわり保育園、栗の実保育園は生後満3か月以上、いその保育園は生後満4か月以上、スマイルワールド保育園、座間ゆめっこ保育園は生後満6か月以上）から

保育園名	所在地/電話/最寄り駅	保育時間 平日・土曜	延長保育 平日・土曜	一時保育	園庭開放
わかば保育園	座間 1-3281/046-251-6776 相模線相武台下 徒歩2分	7:00-19:00 7:00-18:00	平日のみ 18:16-19:00	平日 9:00-17:00	水曜・土曜 9:30-11:00
座間保育園	入谷東 4-58-1/046-251-0355 小田急座間 徒歩3~5分	6:45-20:00 6:45-18:00	平日のみ 18:01-20:00	平日 9:00-17:00	月~金曜 10:00-11:00
やなせ保育園	入谷東 3-27-1/046-251-5544 小田急座間 徒歩6分	7:00-19:10 7:00-18:00	平日のみ 18:01-19:10	平日 9:00-17:00	毎週火曜 10:00-11:00

保育園名	所在地／電話番号／最寄り駅	開所時間 平日・土曜	延長保育 平日・土曜	一時保育	園庭開放
座間子どもの家 保育園	さがみ野 1-8-25/046-253-2784 相鉄さがみ野 徒歩 7分	7:00-20:00 7:00-18:00	平日のみ 18:16-20:00	平日 8:30-17:00	第1・3水曜 10:00-11:30
あゆみ保育園	緑ヶ丘 4-16-16/046-255-8691 小田急相武台前 徒歩 7分	6:40-19:40 7:00-18:00	平日のみ 17:35-18:00 (無料) 18:00-19:40 (有料)	平日・土曜 8:30-17:00	テラス・屋上開放 毎週火曜9:30-11:00 (事前連絡)
いその保育園	緑ヶ丘 1-26-6/046-254-5772 小田急座間 徒歩 20分	7:00-19:00 7:00-18:00	平日のみ 18:01-19:00	×	毎週火曜 10:00-11:30
広野台保育園	広野台 1-32-3/046-255-3616 小田急相武台前 徒歩 13分	7:00-20:00 7:00-18:00	平日のみ 18:01-20:00	× 病後児 保育あり	毎週水曜 9:30-11:00
栗の実保育園	東原 1-6-30/046-254-1929 相鉄さがみ野 徒歩 20分	7:00-19:00 7:00-18:00	平日のみ 18:00-19:00	平日 8:30-16:30	毎週水曜 9:00-11:00
座間すこやか 保育園	入谷東 3-35-12/046-298-2555 小田急座間 徒歩 5分	7:00-19:30 7:00-18:00	平日のみ 18:01-19:30	平日 9:00-17:00	毎週水曜 9:30-11:00
木下の保育園 相武台	相武台 1-33-2 小田急マルシェ相武台 4階/046-251-1769 小田急相武台前駅すぐ	7:00-19:00 7:00-18:00	平日のみ 18:00-19:00	×	—
ナーサリースクール T & Y相模が丘	相模が丘 5-47-16/042-705-4561 小田急相模原駅 徒歩 12分	7:00-19:00 7:00-18:00	平日のみ 18:00-19:00	平日 9:00-16:00	毎週水曜 10:00-11:30
麦っ子畑保育園	南栗原 1-4-3 /046-255-7087 神奈中バス栗原交番前 徒歩 3分	7:00-19:00	18:00-19:00	×	—
スマイルワールド 保育園	南栗原 1-11-11/046-257-0415 相鉄さがみ野駅 徒歩 20分	7:30~19:00 7:30~18:30	平日のみ 18:30~19:00	×	—
マジオたんぼぼ 保育園相武台	相武台 2-42-23/046-255-5522 小田急相武台前駅 徒歩 5分	7:00~19:00 7:00~19:00	18:00~19:00	平日 9:00-16:00	—
座間ゆめっこ 保育園	入谷西 4-2-25/046-256-0888 小田急座間駅 徒歩 1分	7:00~19:00 7:00~18:00	平日のみ 18:00~19:00	平日 8:30-17:00	—
子どもの家 ひまわり保育園	相模が丘 1-25-1 比 077-小田急相模原 エボル さま4階/042-705-5885 小田急相模原駅 徒歩 2分	7:00~20:00 7:00~18:00	平日のみ 18:00~20:00	平日 8:30-17:00 (内8時間)	—
緑ヶ丘もえぎ 保育園	緑ヶ丘 4-6-56/046-244-0682 小田急相武台前駅 徒歩 11分	7:00-19:00 7:00-19:00	7:00-7:30 18:31-19:00	平日 8:30-17:00	—

### 小規模・家庭的保育施設 2歳児クラスまで。保育・幼稚園課(046-252-7202)へお申し込みください。

保育園名	所在地	電話番号	最寄り駅
陽の丘(はるのおか)保育園	相模が丘 3-16-5	046-205-9823	小田急相模原駅徒歩 10分
ひばり乳児園	ひばりが丘 2-34-15 K'Sハウス1F	046-204-8480	相鉄さがみ野駅徒歩 25分
ナーサリールームT & Y相模が丘	相模が丘 5-47-12	042-705-9533	小田急相模原駅徒歩 12分
保育ルームフェリーチェ相武台前園	相武台 2-30-35	046-205-4367	小田急相武台前駅徒歩 7分

### 認可外保育施設 入園については各施設に直接お問い合わせ下さい。

保育園名	所在地	電話番号	最寄り駅
保育ルームフェリーチェ座間Ⅱ園	入谷東 3-60-5 1F	046-204-9856	小田急座間駅すぐ
ベストキッズ相武台保育園	相武台 1-8-21	046-244-5428	小田急相武台前駅徒歩 11分
にじのはし保育園	緑ヶ丘 4-12-23 2F	046-240-9488	小田急相武台前駅徒歩 8分
太陽の家座間 保育室おひさまⅡ	座間 2-861-1	046-298-5133	相模線入谷駅 徒歩 2分

# 幼稚園

座間市内には9つの幼稚園があります。各園にはそれぞれの特色があり、園の様子も様々です。入園前の子を対象にした未就園児クラスや、気軽に参加できる行事や見学会があります。日程などの案内は各園のHPでも確認できます。詳しくは各幼稚園に直接問い合わせてみましょう。

## 入園までのスケジュール(例)

- ~8月：情報収集
- ~9月：見学
- 10月：幼稚園説明会、願書配布
- 11月上旬：願書提出、面接
- 11月中旬：制服注文
- 2月：保護者説明会(準備品の説明)
- 2月下旬：入園体験
- 4月：入園



### 座間幼稚園

所在地:座間1-3298-3  
電話:046-251-0350

一貫した「心の教育」を続け、遊びの中から社会性と命の大切さを教える。

	昼食		預かり保育について		降園後の習い事
	給食		通常		
調理パン	週2回(火金) *希望者のみ	通常	長期 休暇中	17:45まで ¥500~	体操クラブ・サッカー ピアノ・書道 ECC英語教室
弁当	週2回			夏・冬・春あり (詳細は要問合せ)	
送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		見学
有	—2・3歳児教室— モモちゃんクラブ 火曜日クラス・金曜日クラス 月3回 わんぱくパーティー 年8回		運動会・盆踊り		随時可能 (但し、要事前連絡)

### 鈴鹿幼稚園

所在地:入谷西2-51-6  
電話:046-251-6200

縦割り保育の中で自主自立心を育てる。動物や植物と触れ合う機会もたくさん!

	昼食		預かり保育について		降園後の習い事
	給食		通常		
弁当	週3回 (月・金) ※金は希望者のみ	通常	長期 休暇中	17:30まで ¥200/h (定期利用 月¥5,000(~15:00) ¥10,000(~17:00) (預かり時間により変動)	ピアノ
給食	週2回			夏休みのみ (詳細は要問合せ)	
送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		見学
有	年12回		花火会運動会		随時可能 (但し、要事前連絡)

### やなせ幼稚園

所在地:入谷東2-11-18  
電話:046-255-2024

絵画・ダンス・体育・言語の指導に力を入れながら、子どもたちの小さな芽を大切に育てます。

	昼食		預かり保育について		降園後の習い事
	給食		通常		
弁当	週3回 (月水金)	通常	長期 休暇中	8:00~ 8:50 200円	体操・ダンス・サッカー
給食	週2回			夏・冬・春あり	
送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		見学
有	ここにこ教室 (親子いっしょ) 2歳~対象 水・金 週1回		未就園児運動会		応相談

### 栗原幼稚園

所在地:南栗原1-11-3  
電話:046-253-4652

基本的な生活習慣、ネイティブな先生と毎日英語レッスン、身体をいっぱい動かし体づくり、心豊かになる保育をしています。

	昼食		預かり保育について		降園後の習い事
	給食		通常		
弁当	週5回 隣接の保育園で調理した温かい食事を提供	通常	長期 休暇中	14:30 ~17:00 ¥700/回	サッカー・英語 スポーツクラブ
給食	無し			8:00~8:30 17:00~18:00 ¥150/30分	
送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		見学
有	いちご組(母子分離、初回のみ親子一緒) 年39回5月~3月 ¥8,000/月		約月1回イベント有り(親子) わくわくちびっこ教室 (¥500/回)		応相談

相武台幼稚園	昼食		預かり保育について		降園後の習い事	
	給食	週4回 (月火木金)	通常	18:00まで 1日¥150~ ¥500		朝は8:00~ 1回¥100
弁当	週1回 給食の注文も可	長期 休暇中	夏・冬・春あり8:00~18:00 1日¥450~800 (当日の連絡可・給食の注文可)			
送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		見学	
有	2歳の誕生日以降 月1~2回 (2時間前までに要申込み)		運動会 (未就園児のかけっこ)		9月に実施する説明会以降 随時可能(要事前連絡)	
所在地:相武台4-1-19 電話:046-251-2724  体験学習などを通 じ「子どもたちの 生きる力を育む保 育」を実践。子育 て支援にも尽力	昼食		預かり保育について		降園後の習い事	
	給食	週3回 (月水木)	通常	登園前(8:00~) ¥100/1回 降園後(~18:00) ¥300/1h		サッカー・スポーツ新体操 エンピツランド ヤマハ音楽教室 トラビス先生の英会話教室
	弁当	週2回 給食の注文も可	長期 休暇中	夏・冬・春あり 8:00~18:00まで (詳細は要問合せ)		
	送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		
有	2~4歳児対象 平均月4回		自由参加登園縁日 未就園児運動会ふれあい動物村		9月から随時可能 (要事前連絡) 入園説明会9月	
所在地:相武台4-1-19 電話:046-251-2724  元気な仲良く遊べる 子、我慢のできる強 い子、挨拶のできる 子を育てる!	昼食		預かり保育について		降園後の習い事	
	給食	週4~5回	通常	朝8:10~18:00 30分¥100		カワイ音楽教室 スポーツ学研幼児教室 サッカーチャリーディング
	弁当	月1回くらい	長期 休暇中	夏あり (詳細は要問合せ)		
	送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		
有	5月~3月約30回 8月は休み		園庭解放 (5,7,9月の土曜/月1) 9:30~12:00		入園説明会(9月) 随時可能(6月~3月) (要事前連絡) 保育相談随時受付(無料)	
所在地:東原2-16-3 電話:046-251-1107  「つよいこ・よい こ・かしこいこ」を 指針に、個性を伸ば す活動を展開。戸外 遊びにも積極的!	昼食		預かり保育について		降園後の習い事	
	給食	週5回	通常	18:30まで ¥200/1h +おやつ¥100 (月極有)		体操・ピアノ エンピツランド・書道
	弁当	なし	長期 休暇中	夏休みのみ9:00~14:00 無料 14:00~17:00 (¥300/1h)		
	送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		
有	びよびよ2歳児~ 入会金¥1,000 ¥500/回 年間24回 ①10:00~11:00 ②11:15~12:15 (詳細は要問合せ)		お楽しみ会(8月)運動会 いも掘り、豆まき他		説明会(9月) 随時可能(要事前連絡)	
所在地:相模が丘 3-66-29 電話:046-255-3200  「知育・道徳・体 育」を柱とし「お ひさまニッコリ・ 可能性をそだて る」を スローガ ンに活動を展開	昼食		預かり保育について		降園後の習い事	
	給食	週4~5回	通常	・朝8:10~8:40(30分¥100) ・保育後17:30まで (¥200/1h ¥500/2h ¥700/3.5h)		体操・サッカー・珠算
	弁当	月1回	長期 休暇中	夏・冬・春あり (詳細は要問合せ)		
	送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		
有	ひよこクラス(2歳児~) ¥500/月 平均月2回 未就ふれあいクラス(2歳児~) 無料 年間11回		運動会		随時可能 (要事前連絡)	
所在地:小松原2-35-25 電話:046-254-2325  「思いやりの心をもち たくさんの人とふれあ える子」「自分の思い を表現できる子」「の びのびと遊び明るく健 康な子」を育てる。	昼食		預かり保育について		降園後の習い事	
	給食	週4~5回	通常	・朝8:10~8:40(30分¥100) ・保育後17:30まで (¥200/1h ¥500/2h ¥700/3.5h)		体操・サッカー・珠算
	弁当	月1回	長期 休暇中	夏・冬・春あり (詳細は要問合せ)		
	送迎	未就園児クラス		未就園児参加行事		
有	ひよこクラス(2歳児~) ¥500/月 平均月2回 未就ふれあいクラス(2歳児~) 無料 年間11回		運動会		随時可能 (要事前連絡)	

# 一時保育

一時的に子どもを預けたいけれど、近くに預けられる人がいない…。そんなとき、一時保育を利用されてはいかがでしょうか。詳しくは、各施設までお問い合わせください。（市役所では申し込めません。）

## <一時保育を行っている認可保育園>

施設名	保育対応時間	年齢別保育料					電話番号	
		受入開始年齢	2歳児	3歳児	4～5歳児			
あゆみ保育園	平日/土曜 8:30～17:00	1日	2歳児～	¥2,800	¥2,100	¥1,900		046- 255-8691
		半日		¥1,400	¥1,050	¥950		
栗の実保育園	平日 8:30～16:30	8h	1歳～	3歳児未満 ¥3,000	3歳児～ ¥2,500		046- 254-1929	
		4h		¥1,500	¥1,250			
座間保育園	平日 9:00～17:00	8h	6か月～	¥3,000	¥2,200		046- 251-0355	
		4h		¥1,500	¥1,100			
		1h		¥550	¥500			
やなせ保育園	平日 9:00～17:00	8h	6か月～	¥3,000	¥2,200		046- 251-5544	
		4h		¥1,500	¥1,100			
		1h		¥550	¥500			
座間 子どもの家保育園	平日 8:30～17:00	8h	6か月～	¥3,000	満2歳～	¥2,200	046- 253-2784	
		4h		¥1,500		¥1,100		
座間 すこやか保育園	平日 9:00～17:00	8h	1歳～	¥3,000	¥2,200		046- 298-2555	
		4h		¥1,500	¥1,100			
		1h		¥550	¥500			
ナーサリースクール T&Y相模が丘	平日 9:00～16:00	7h	1歳～	¥3,000	¥2,200		042- 705-4561	
		4h		¥1,500	¥1,100			
		1h		¥550	¥500			
マジオたんぼ 保育園相武台	平日 9:00～16:00	1h	1歳～	¥900	¥800		046- 255-5522	
わかば保育園	平日 9:00～17:00	8h	6か月～	¥3,000	¥2,000		046- 251-6776	
		4h		¥1,500	¥1,100			
		1h		¥550	¥500			
座間ゆめっこ保育園	平日 8:30～17:00	8h	6か月～	¥3,000	¥3,000		046- 256-0888	
		4h		¥1,500	¥1,500			
子どもの家 ひまわり保育園	平日 8:30～17:00	8h	6か月～	0～2歳 ¥3,000	満3歳～5歳児 ¥2,200		042- 705-5885	
		4h		¥1,500	¥1,100			
保育ルームフェリーチェ 相武台前園	平日/土曜 8:30～17:00	8h	6か月～ 0歳児のみ衛生費 + ¥500	¥6,400	—		046- 205-4367	
		4h		¥3,200				
		1h		¥800				
緑ヶ丘もえぎ 保育園	平日 8:30～17:00	8h	2か月～	0歳 ¥1,000	満1歳～5歳児		046- 244-0682	
		1h			¥500			

※別途、給食利用料、おやつ代がかかる場合があります。

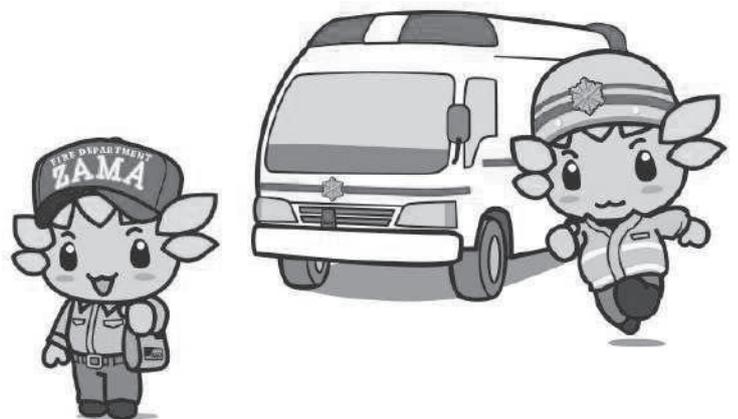
## <市内認可外保育園>

施設名	所在地	電話番号	保育料	一時保育時間
保育ルーム フェリーチェ座間Ⅱ園	入谷東 3-60-5 1F	046-204-9856	要問合せ	平日 7:30～20:30 土曜 7:30～20:30



## 医療／救急

子どもの予防接種  
乳幼児健診スケジュール  
育児相談・講座  
こんなときには119番  
夜間休日診療  
病院・歯科医院  
ママの健康／がん検診  
母乳相談（外来・出張）  
乳がん・子宮頸がん検診施設



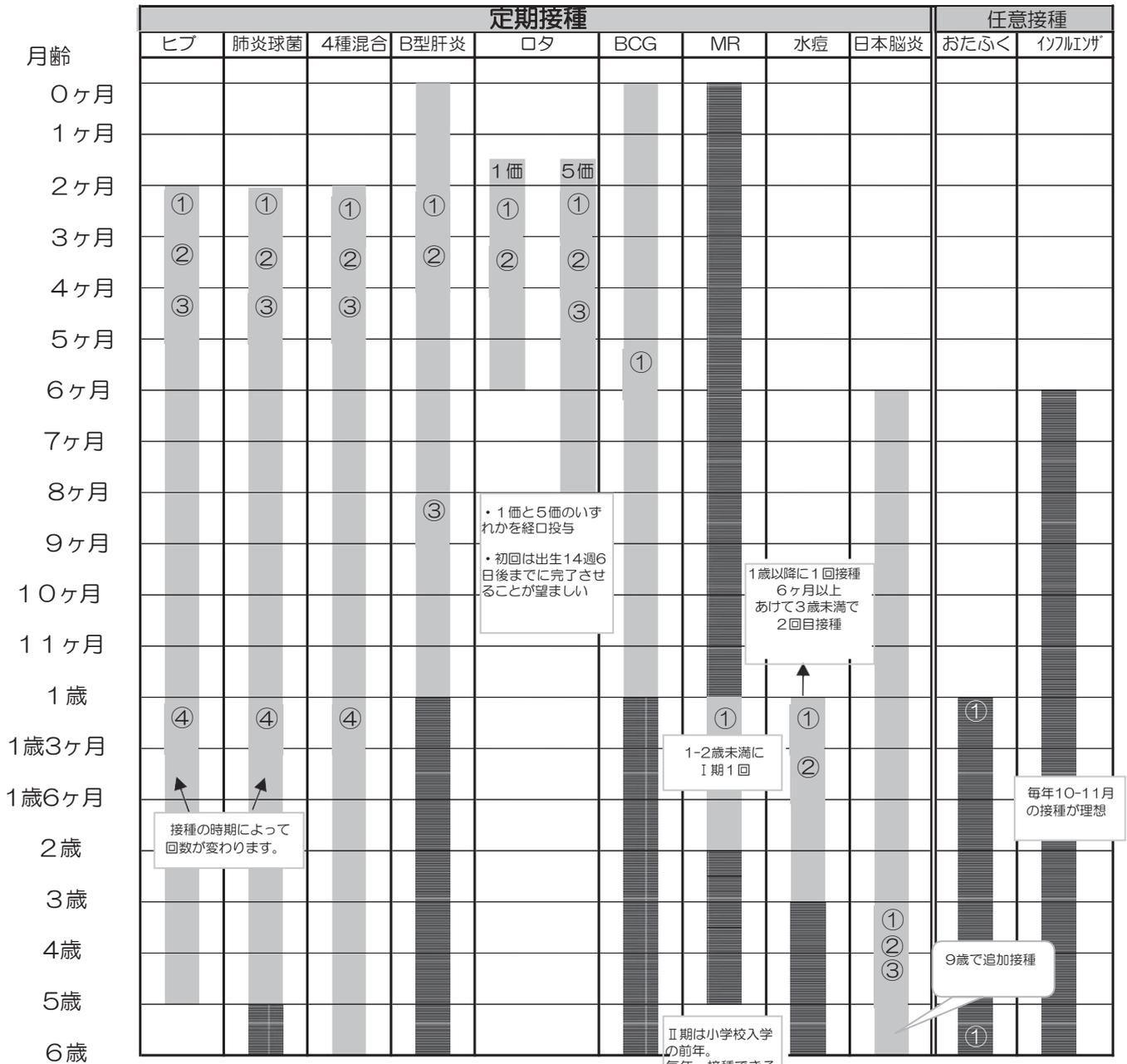
# 予防接種・健診 スケジュール

わが子の成長は日々の大きな楽しみ！  
お子様の健康に、健康診査や予防接種を  
お役立てください。  
それぞれの具体的な順序や日程は、市の  
座間市HP等でご確認ください。

母子モ  
(母子手帳・予防接種アプリ)



※令和5年4月時点での情報です。



※こちらはあくまでも目安なので**医師**又は  
こども家庭課(046-252-7225)までご相談ください。

■ 定期接種  
■ 任意接種

## 制度の種類

【定期接種】各自治体の実施して原則無料で受けられます。規定の年齢を過ぎると有料になります。

【任意接種】有料で受ける予防接種で、医療機関によって費用は異なります。希望者が対象者ですが、重症化すると危険な感染症もあるので医師に相談して検討を。

同時接種は医師に相談を

## ワクチンの種類

【生ワクチン】生きた病原体の毒性を弱めて作ったワクチンを接種し軽く病気にかかった状態にする。

注射の生ワクチンから注射の生ワクチン接種までの間隔は **27日(4週間)以上** あける

【不活化ワクチン】病原体から必要な成分を取り出して作ったワクチンを接種する。免疫を十分につけるため回数接種。

※健診の日程など、座間市HP等に詳細が載っています。

月齢	お子さんの様子(個人差あり)	健康診査・歯科健診	相談・教室		
0ヶ月	反射的に口に 触れたものを吸ったり、 手に触れたものをにぎる。	<b>・赤ちゃん訪問</b> 赤ちゃんが生まれた全 てのご家庭に助産師・ 保健師・看護師が訪問 します。	<b>育児相談</b> 乳幼児期に育児上起こる疑問、心配事等について、保健 師、栄養士等が相談及び助言を行います。 [内容] 身体測定・食事・発育・育児相談 [持ち物] 母子健康手帳・バスタオル  ・市民健康センター（月1回） ・子育て支援センター ざまりんのおうち「ゆめ」「ひ まわり」「かがやき」（それぞれ年5回）		
1ヶ月	腹ばいにするとしばらくの間 あごを持ち上げる。				
2ヶ月	腹ばいにするとうつ伏せになり、 首がすわる。				
3ヶ月	近くにあるものに手をのばす。 首がすわる。	<b>・4か月児健診</b> (個人通知あり) 場所：市民健康センター	<b>発達相談</b> [内容] 乳幼児期の運動発達面での心配について、理学 療法士が相談及び助言を行います。 [会場] 市民健康センター		
4ヶ月	支えとお座りできる。 手に触れたものをつかむ。				
5ヶ月	寝返りができるようになる。 両手で物をつかむ。				
6ヶ月	イスに座り、ものをつかむ。 うつ伏せになり、 ずり這いする子も。		<b>赤ちゃん教室</b> [対象] 5～おおむね6か月児とその保護者 [内容] 離乳食の作り方・進め方、子どもの発達や予防 接種について [持ち物] 母子健康手帳、ティースプーン、抱っこひも 等		
7ヶ月	ひとりでお座りができる。 物を投げる。 這い這いができる子も。				
8ヶ月	這い這いが上手くなる。つかまり 立ちができる。				
9ヶ月	指先をうまく使えるように。 歯も上下両方の前歯が 2本ずつ揃ってくる頃。	<b>・8～10か月児健診</b> (個人通知あり) 場所：指定医療機関	<b>もぐもぐ教室</b> [対象] 7～おおむね8か月児（離乳食が2回食の赤 ちゃん） [内容] 離乳食の進め方や育児について [持ち物] 母子健康手帳、ティースプーン、抱っこひも 等		
10ヶ月	伝い歩きをする。 ハイハイなど動作を真似る。 親指を使ってつかむ。				
11ヶ月	簡単な言葉の理解。 いたずらも盛ん！危険な事は、 そのつど教えていく。				
1歳	立っちやあんよができて 運動量が増え、 次第にスリムな 幼児体型になっていく。		<b>びびびよ・チェリー教室</b> [対象] 1歳までの2,500g未満で生まれた乳児及び 多胎児とその家族 [内容] 子育ての悩みなど保健師や助産師と語り合う [持ち物] 母子健康手帳、バスタオル、おむつ ミルク等		
1歳6ヶ月	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">           発育・発達で不安なことが            あったら、育児相談や健診            のタイミングなどで保健師            さんに相談してみてください。         </div>			<b>・1歳6か月児健診</b> 【内科】個人通知あり 場所：指定医療機関 【歯科】個人通知あり 場所：市民健康センター	<b>ぱくぱく幼児食教室</b> [対象] 1～1歳3か月児の第1子とその保護者 [内容] 離乳食完了期の進め方について（試食あり） [持ち物] 母子健康手帳、フォーク
2歳	乳歯が生えそろうので、 固いものをかんで 飲みこめるようになる。	<b>・2歳児歯科健診</b> (個人通知あり) 場所：市民健康センター	<b>支援センター</b>		
3歳6か月	着替えなど一人でやりたがり 頑張りようになる。	<b>・3歳6か月児健診</b> (個人通知あり) 場所：市民健康センター	支援センターでも講座を開催しています。 詳細はp.25を見てね。		

健診がある月

## 乳がん・子宮頸がん

### 検診指定医療機関

女性の場合、特に心配なのが子宮がんと乳がんです。20歳から子宮がん検診が、30歳から乳がんの視触診検査が受診できます。

詳しくは、健康医療課へお問合せください。積極的に検診を受けましょう！

座間市役所 健康医療課 保健予防係 電話：046-252-7995（直通）

FAX：046-255-3550（代表）

## 【座間市内】

○印の検診を実施します。※乳がん（視：視触診、マ：マンモグラフィ）

指定医療機関名	所在地	電話番号	子宮頸がん	乳がん
相武台外科胃腸科医院	相武台1-26-24	046-254-3221	—	視
馬來内科胃腸外科	相武台2-38-31	046-255-3228	—	視
たかはしクリニック	相武台3-42-61 それいゆ相武台1F	046-257-7737	—	視
相模が丘内科	相模が丘5-42-10-102	042-742-6866	—	視
相武台病院	相武台1-9-7	046-256-5111	—	マ
シロタ産婦人科	相武台1-20-21	046-253-3511	○	—
相模台病院	相模が丘6-24-28	046-256-0011	—	マ
座間総合病院	相武台1-50-1	046-251-1311	○	—

## 【海老名市・綾瀬市内】

指定医療機関名	所在地	電話番号	子宮頸がん
カラダテラス海老名	海老名市めぐみ町3-1 VINA GARDENS PERCH 7F	046-292-1311	○
さがみ野レディスクリニック	海老名市東柏ヶ谷3-3-19 メゾンエスト武番館2階	046-234-3214	○
海老名レディースクリニック	海老名市中央2-9-50 海老名プライムタワー24F	046-236-1105	○
第2海老名レディースクリニック	海老名市中央3-3-1 駅前クリニックビル4F	046-292-1107	○
レディースクリニックしげみつ	海老名市扇町3-6 MACセントラルビル2F	046-232-8711	○
綾瀬厚生病院	綾瀬市深谷中1-4-16	0467-77-5118	○

※詳細は各病院にお問い合わせください。

## 夜間休日診療

突然起こる、子どもの病気やケガ。  
病院の診療時間外の夜中や休日だと特に慌ててしまいますよね。  
そんな時に備えて、日頃から救急診療の窓口を確認しておきましょう。

### 《病院の診療時間外に受診すべきかの判断に迷ったら》

**かながわ小児救急ダイヤル** 相談時間：18:00-翌 8:00 専任の相談員が対応  
市外局番が“042”以外のプッシュ回線・携帯電話から **#8000**（通話料発信者負担）  
市外局番が“042”のプッシュ回線・ダイヤル回線、IP 電話、PHS 等から **050-3490-3742**  
（通話料発信者負担）

**座間市 24 時間健康電話相談 0120-867-860**（無料）※発信者番号は「通知設定」

[聴覚障がい者専用 F A X 03-3562-8435（通信料発信者負担）]

年中無休 24 時間受付・有資格の専門スタッフが対応。

育児の不安、不意の事故、薬の疑問など健康に関することなら何でも相談できます。

**こどもの救急** <http://kodomo-qa.jp/>

症状にあわせてクリックしていくと、受診の目安を示してくれます。症状が軽い時の看病のポイントも出てくるので参考になります。

**子どもの救急ガイドブック（保存版）**

市ホームページからダウンロードできます。

《化学物質や医薬品を誤飲・誤食したら》

**中毒 110 番**

つくば 029-852-9999（毎日 9:00~21:00）  
大阪 072-727-2499（毎日 24 時間）

《診療時間外に受診しなければならない時》 ※休日急患センター（緑ヶ丘 1-1-3 市民健康センター1 階）

☆ 夜間（夜10時頃まで）

診療科目	電話番号	受付時間	診療場所
小児科 （外科系除く）	046-255-9933	月～金 19:00-21:45 土日祝 18:00-21:45	休日急患センター
内科	046-252-9090		
外科	046-251-0119 消防テレホンサービス	18:00-22:00（診療時間）	電話でご確認ください

㊦ 深夜（夜10時以降）

診療科目	電話番号	受付時間	診療場所
小児科 （外科系除く）	046-255-9933 小児救急情報センター	22:00-翌 7:00 （重病の場合は翌 8:00）	電話でご確認ください
内科・外科	046-251-0119 消防テレホンサービス	22:00-翌 8:00	電話でご確認ください

☀ 休日昼間

診療科目	電話番号	受付時間	診療場所
小児科 （外科系除く）	046-255-9933	9:00-11:45 14:00-16:45	休日急患センター
内科・外科	046-252-9090		
歯科	046-252-8217	9:00-11:45.14:00-16:30	電話でご確認ください
耳鼻咽喉科	046-251-0119 消防テレホンサービス	（診療時間）	
婦人科・眼科		9:00-12:00.14:00-17:00	

※受付・診療時間は、当番医療機関で異なる場合があります。  
問合せ先：健康医療課・健康総務係 046-252-8236

## 救急受診の目安

突然子供が熱を出してしまった…ケガをしてしまった…しばらく様子を見た方がいいのかな？それともお医者さんに診てもらった方がいいのかな？救急車を呼ぼうかな？…等々。お子さんの体調のことで判断に迷った時のために、3つの方法があります。

1. 電話相談（座間市24時間健康電話相談・かながわ小児救急ダイヤル）  
看護師などが対応し助言を行います。詳しくは【夜間休日診療】（p.80）をご参照ください。
2. 「こどもの救急」ホームページ（厚生労働省・日本小児科学会監修）  
症状に合わせた対処方法が表示されます。  
詳しくはホームページ（<http://kodomo-qa.jp/>）にてご確認ください。
3. 『子どもの救急ガイドブック』（座間市と座間市医師会で作成）  
相談窓口や医療機関案内、症状別の受診の目安のチャートなどを掲載しています。  
市のホームページからダウンロードができます。

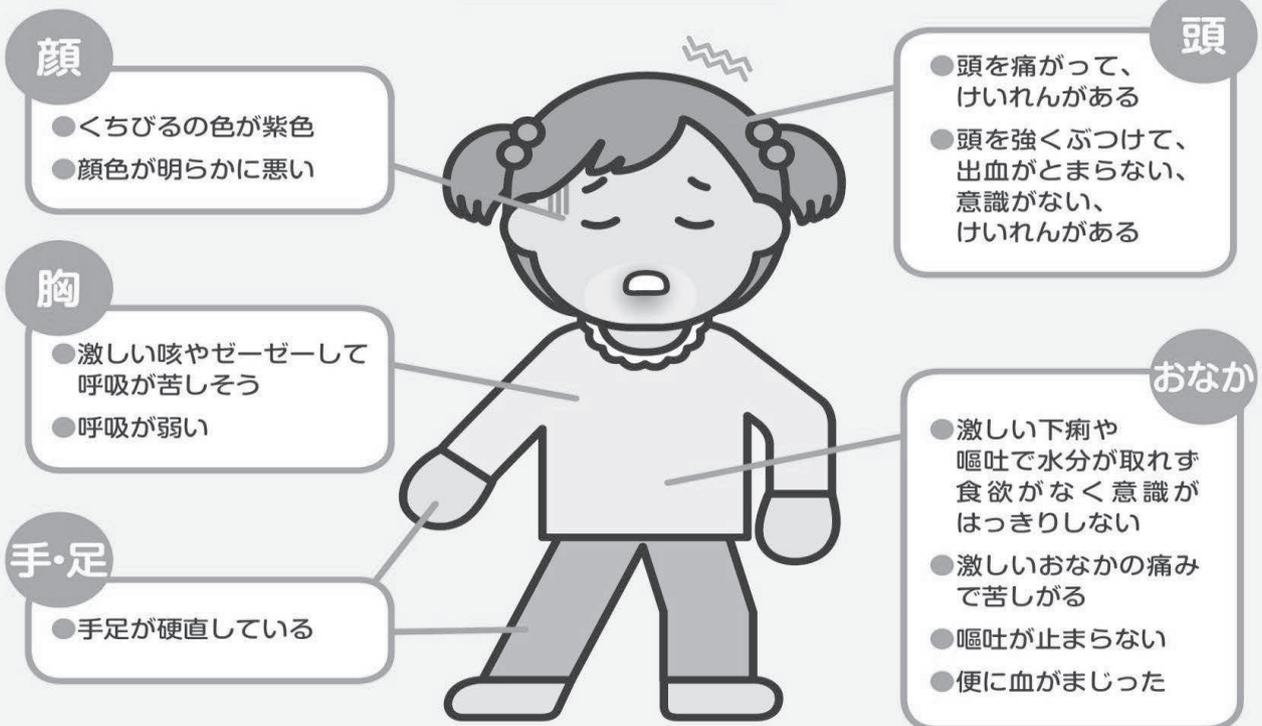


いざという時に慌てず行動ができるよう、また本当に困った方たちが適正に受診できるよう、これらをご活用ください。なお、救急医療機関受診の最終判断は保護者の方が行いましょう。

ここからは救急車を呼ぶ場合の目安としてご参照ください。

# こんなときにはすぐに119番!!

こども（15歳以下）



○ 意識の障害

- 意識がない（返事がない）  
またはおかしい  
（もうろうとしている）

○ けいれん

- けいれんが止まらない
- けいれんが止まっても、  
意識がもどらない

○ 飲み込み

- 物をのどにつまらせて、  
呼吸が苦しい、意識がない

○ じんましん

- 虫に刺されて  
全身にじんましんが出て、  
顔色が悪くなった



○ やけど

- 痛みのひどいやけど
- 広範囲のやけど



○ 事故

- 交通事故にあった  
（強い衝撃を受けた）
- 水におぼれている
- 高いところから落ちた



○ 生まれて3カ月未満の乳児

- 乳児の様子がおかしい

◎ その他、お母さんやお父さんから見て、  
いつもと違う場合、様子がおかしい場合

救急車を呼ぶときは、指令員の案内にしたがってください。



119番通報したら、こんなことを聞きます。

住 所

---

電話番号

---

目印になる建物

(近くの公共施設やお店の名前)

---

- 誰が、どうしたのか（病気、けが、交通事故など）
- (具合が悪い方の) 年齢、性別
- 一緒にいるか？（頼まれて通報しているか？）
- 呼吸は楽にしているか？（普段どおりの呼吸か？）
- 冷や汗をかいていないか？
- 顔色は悪くないか？
- 普通に話ができるか？
- 症状を詳しく

など

# 病院

- ・小児科以外でも、子ども（乳児・幼児）の診療を行っている病院があります。
- ・診療時間と最終受付時間が異なる病院があります。
- ・休診日や診療時間等が変更されることがあります。必ず各病院にお電話などでお問い合わせください。

	病院名	所在地 電話番号		病院名	所在地 電話番号	
病院	相模台病院	相模が丘6-24-28 046-256-0011	内科 (在宅)	マザーホームクリニック	緑ヶ丘2-1-15-3 046-204-5621	
	座間厚生病院	栗原912-2 046-255-3211		くりはらメディカルクリニック	栗原1199-4 046-200-9898	
	相武台病院	相武台1-9-7 046-256-5111		ちずの在宅クリニック	栗原中央4-19-14 046-240-6716	
	座間総合病院	相武台1-50-1 046-251-1311		まこと在宅クリニック 神奈川中央	さがみ野2-1-30 さがみ野グランドマンション1F 046-251-7766	
内科・小児科	浅利クリニック	座間2-236-4 046-255-8611	小児科	おぎはらこどもクリニック	入谷東4-41-20 046-255-0066	
	宮本内科小児科	入谷東2-6-23 046-255-5222		座間小児科診療所	立野台2-20-24 046-251-2366	
	さとだ内科クリニック	入谷西3-18-1 座間駅前クリニック1F 046-298-0066	外科	内山外科整形外科	入谷東2-32-6 046-253-4333	
	竹川胃腸科医院	立野台2-3-6 046-254-3166		井上整形外科	入谷西4-2-6 046-256-1177	
	立野台内科クリニック	立野台3-14-5 046-204-9222		しのざき整形外科	立野台3-14-5 046-206-4396	
	広井内科医院	緑ヶ丘4-7-7 046-254-8307		相武台外科胃腸科医院	相武台1-26-24 046-254-3221	
	相武台 ニーレンクリニック	相武台1-35-10 中央企業ビル1F 046-298-2552		馬來内科胃腸科医院	相武台2-38-31 046-255-3228	
	降矢医院	相武台3-18-51 046-251-1364		永井整形外科	相模が丘1-25-1 リビオタワー小田急相模原 commons さま1F 042-705-6527	
	相武台 メディカルクリニック	相武台3-27-60 046-255-3003		中村整形外科	さがみ野1-5-8 046-256-7355	
	たかはしクリニック	相武台3-42-61 それいゆ相武台1F 046-257-7737		産婦人科	シロタ産婦人科	相武台1-20-21 046-253-3511
	入澤クリニック	相模が丘1-18-26 042-748-7131		皮膚科	いかり皮膚科クリニック	相模が丘2-39-29 046-257-8989
	鴛田医院	相模が丘3-53-10 046-251-2205		眼科	相模原眼科	相模が丘5-6-19 042-705-3101
	佐藤内科	相模が丘4-19-18 046-252-1777	ざま眼科クリニック		入谷西3-19-23 内藤シティマンション1F 046-251-6234	
	塚原クリニック	相模が丘5-5-7 プリリア小田急相模原105 042-705-9555	新井眼科		相武台1-34-23 046-254-5685	
	相模が丘内科・消化器科	相模が丘5-42-10 テリス相模が丘1F102 042-742-6866	武長眼科		相模が丘5-42-10 テリス相模が丘1F103 042-741-1324	
	鳥羽内科	ひばりが丘1-29-1 046-255-2732	また眼科 座間院		広野台2-10-4 イオンモール座間2階046- 204-5771	
	前田医院	ひばりが丘3-8-7 046-251-3137	耳鼻咽喉科		相武台とみさわ耳鼻咽喉科	相武台1-35-7 第26菊地ビル302号 046-298-3387
	菊田医院	さがみ野3-1-12 046-253-1234		座間耳鼻咽喉科クリニック	入谷西3-19-23 内藤シティマンション1F 046-254-8749	
	若田部メディカルクリニック	相模が丘1-25-3 METROPLAZA・71-A 042-705-8083		なかむら耳鼻咽喉科	ひばりが丘1-41-3 046-259-1187	
	とき内科クリニック座間駅前	入谷東4-54-31 初代ビル3階-A 046-253-4110		※座間綾瀬医師会のHPを参照		

## 歯科医院

座間市歯科医師会の会員診療所のご案内です。診療曜日や時間に変更になる場合があります。また、受診前に予約が必要な診療所も多いため、受診の際は必ずお電話などでご確認をお願いいたします。

診療所名	所在地 電話番号	診療所名	所在地 電話番号
櫻田歯科医院	入谷西5-1-21 046-257-2088	歯医者が怖い方のためのさくら百華 デンタルクリニック	相模が丘5-5-3 橋本ビル2F 042-746-2090
土屋歯科医院	入谷西3-24-16 046-251-1566	愛恵歯科医院	相武台1-36-5 046-254-5544
矯正歯科 小松クリニック	入谷東3-54-13 046-257-1182	むとう歯科医院	相武台2-40-9 アルティザ相武台113 046-257-8201
白風歯科	入谷東3-31-15 046-298-3377	青山歯科医院	相武台3-41-7 若松ビル2F 046-256-6033
片桐歯科医院	入谷東3-29-6 加藤ビル2F 046-253-1844	渡辺歯科医院	相武台3-42-43 コスモビル201 046-256-2655
大山歯科医院	入谷東2-27-18 046-256-5212	小清水歯科医院	相武台3-26-8 046-255-8211
みどりの森デンタルクリニック	入谷西4-18-41 046-298-1118	佐藤歯科医院	相武台4-17-7 046-255-3385
おおうち歯科医院	入谷東4-42-18-503 046-252-8211	グリーンヒルデンタルクリニック	緑ヶ丘2-1-31 エヌティビル2F 046-252-2730
入谷歯科クリニック	入谷西5-50-18 046-252-5211	浅野歯科医院	緑ヶ丘5-7-23 046-251-4605
竹川歯科医院	立野台1-12-9 046-252-5003	片野歯科クリニック	緑ヶ丘6-12-12 046-256-5611
ざま駅前歯科	入谷東3-60-2 小田急マルシェ座間1-1F 046-266-6868	相武台病院 (歯科口腔外科)	相武台1-9-7 046-256-5111
立野台ふじい歯科	立野台3-14-5 046-240-6489	アベニューすすき歯科医院	さがみ野2-2-27 アベニュー23ビル 046-256-9911
たなか歯科医院	相模が丘1-21-50 エレガンス小田急相模原 042-766-6618	木下歯科医院	さがみ野2-5-15 TDU1ビル2F 046-255-3911
親と子のデンタルクリニック	相模が丘5-10-33 042-749-0805	永野歯科医院	さがみ野2-11-11 第6有山ビル202 046-251-8202
金井歯科医院	相模が丘4-23-11 046-255-2020	菊田歯科	さがみ野3-1-12 046-256-0100
レオ歯科医院	相模が丘4-26-7 046-252-0323	こばやし歯科クリニック	ひばりが丘1-30-1 046-251-8241
さがみが丘歯科医院	相模が丘4-7-6 046-254-3321	はまさき歯科医院	ひばりが丘4-8-1 相模野サンハイツ123 046-254-8622
菅谷歯科医院	相模が丘5-11-23 042-742-8848	ショー歯科医院	小松原1-26-22 遠藤ビル1F 046-255-0118
あおば歯科医院	相模が丘5-42-10 デリス相模が丘101 042-743-7774		

おわりに

# Zamastgram



Love.baby\_pp



いいね！ Himawari.happu、他

Love.baby\_pp ざまっぴに掲載されている公園や施設を利用してから、母子ともにお友達が出来ました！また、遊ぶ場所の範囲も以前より広がり、子供も毎日刺激をたくさん受けているようです。ざまっぴを読んで、行動に移してから、とても充実した日々が続いております！

#ざまっぴありがとう

#↓編集員のコメントです

Zama.sakamichi 座間市内の子育て情報に詳しくなりたいと思い応募しました。緊急事態宣言などの措置で思うように進まずもどかしい気持ちでしたが何とか形になりうれしいです！

Mogu ざまっぴを活用して公園などに行くようになったので応募しました。皆さんにもぜひざまっぴを活用して色々な場所に行ってもらえたら嬉しいです。

iku\_yasu.mama 座間市に住んでから同じ子育て中の方と仲良くなればとはじめたざまっぴでしたが、とても充実した活動ができました！ありがとうございました。

Knmamama.ah ざまっぴの作成を通して、座間での子育てでは色々なサポートがある事を知りました。地域全体も温かいのでこれからもこの町で楽しく子育てしていきたいと思います！

Georgem 子育て等の座間市のサポートも大変有難く、座間市の良さを伝えるざまっぴの編集委員に参加出来てよかったです！



令和5年度版 子育て情報誌  
「ざまっぷ」

発行：令和6年3月

編集：令和4年度ざまっぷ編集委員会

事務局：座間市教育委員会教育部生涯学習課  
座間市緑ヶ丘一丁目1番1号

TEL：046-252-8472 FAX：046-252-4311

印刷：有限会社青史堂印刷

