



桑名市子育て情報誌

NO.244

すくすくだよ!

2026. 10月号

〈問い合わせ〉
桑名市子ども・子育て
支援センター
「ほかほか」
TEL0594-32-5676



秋の気配が感じられるようになりました。さわやかな風が心地よく、外で遊ぶことが楽しい季節です。

ただ、日中はまだ汗ばむ日もあるなど、寒暖差から体調を崩しやすい時期でもあります。気温に合わせて衣服を調節しながら、体調に気を付けて過ごしていきたいですね。

各講座の詳細は、
くわなハッピーナビby母子にて
ご確認くださいませ。
ぜひご登録ください
各QRコード内は、申し込みが開始
してから見られます。



子育て講座

赤ちゃんマッサージ

11月6日(金) 13:30~14:30

講師：西脇 実和子さん



- ☆対象 桑名市に住民票がある
生後3~8カ月の未就園児親子 10組
※ご兄弟は同室できません
- ☆場所 子ども・子育て支援センター「ほかほか」
わんぱく広場
- ☆持ち物 バスタオル・1人用レジャーシート・着替え
オムツ・お子さんの水分補給できるもの
手に持てる大きさのお気に入り玩具
- ☆申込み 10月23日(金)
9:00~
右記QRコードより
- ☆問合せ 桑名市子ども・子育て
支援センター「ほかほか」
TEL0594-32-5676



赤ちゃんがきた!

親子の絆づくりプログラム~(愛称:BPプログラム)



初めて赤ちゃんを育てているママのためのプログラムです。
DVDやテキストをみて学び、ママ同士交流したり相談したりします。
赤ちゃんと一緒に参加します。(4回連続講座です)

- ☆対象 桑名市に住民票がある生後2か月~5か月
(R8年5月13日生~R8年9月12日生)の第一子とママ
※ご家族は同室出来ません
- ☆日時 11月12日(木) 19日(木) 26日(木)
12月 3日(木)
13:30~15:30
- ☆場所 子ども・子育て支援センター「ほかほか」 わんぱく広場
- ☆テキスト代 1,000円+消費税
- ☆申込み 10月15日(木) 9:00~
右記QRコードより
- ☆問合せ 桑名市子ども・子育て支援センター
「ほかほか」TEL0594-32-5676



これからパパになる方
(フレパパ)の
お申し込みはこちら →



パパ講座「パパと赤ちゃんのふれあい遊び」と 「パパのための座談会」

11月28日(土) 13:30~15:00



☆お申し込み後、受付完了メール
が届きます。
No-reply@logoform.jpからのメー
ルの受信設定をお願いします。
☆講座の前後は、子ども・子育て
支援センター「ほかほか」の広
場・図書室の利用はできません。

- ☆対象 桑名市在住 0才1か月から1歳未満の赤ちゃんとお父さん 8組
※ママの参加はできません
- ☆場所 子ども・子育て支援センター「ほかほか」 かるがも広場
- ☆申込み 10月1日(木) 9:00~右記QRコードより
- ☆問合せ 桑名市子ども・子育て支援センター「ほかほか」TEL0594-32-5676
子ども総合センター母子保健係 TEL0594-24-1380



中学生のわくわく子育て体験



8月に子ども・子育て支援センター「ほかほか」にて「中学生のわくわく子育て体験」が開催されました。
この事業は、次代を担う中学生が赤ちゃんといふあい、生命の大切さや親子の絆、子育ての楽しさを感じ
ることをねらいとしています。

中学生が生命の誕生について学習し、妊婦ジャケット
を着用して妊婦体験をしたり、乳児といふあい、子
育て中のパパ・ママから育児についての話を聞いたり
しました。



【参加者の感想】



【中学生】

- ・赤ちゃんが暖かくて、“命に触れている”と感じた
- ・今まで私を育ててくれたお母さんに感謝しようと思った
- ・赤ちゃん人形のおむつ替えが難しくて、本当の赤ちゃんは
もっと大変だろうなと思った



【赤ちゃんの保護者】

- ・普段中学生と接することがないので、うちの子ども
にとってもいい体験になったと思うし、普段と違う
姿が見られて新鮮でした 楽しかったです



【中学生の保護者】

- ・「妊婦の時ママはどうやって靴下はいてたの？」と聞かれ
ました 新しい発見が得られる機会になったようです
- ・「赤ちゃん上手に抱っこできた!」「はじめは赤ちゃん泣
いてたけど、慣れたら大丈夫だったよ」など沢山話してく
れました。貴重な良い経験になったようです



保健医療課・子ども未来課 共催

相手に寄り添う聴き方講座
~「いつもと違う?」に気づいたら~
11月19日(木) 10:00~11:00



講師：桑名市役所保健医療課 芦 日向子 保健師

- ☆対象 桑名市在住又は実家が桑名市にある、子育て中の保護者 14名
(お子さん同室可 託児はありません)
- ☆場所 子ども・子育て支援センター「ほかほか」 わんぱく広場
- ☆申込み 10月20日(火) 9:00~
右記QRコードより
- ☆問合せ 桑名市役所保健福祉部 保健医療課
TEL0594-24-1182
桑名市子ども・子育て支援センター「ほかほか」
TEL0594-32-5676





桑名市の子育て情報 リンク集

詳細は、MyKuWannaや各HP等にてご確認ください。



くわな子育てガイドブック



子育て情報がひとまとめ
ダウンロードすると冊子になる

くわなハッピーナビ by母子モ



子育て情報が掲載！
HPや予約サイトに飛ぶ
便利なアプリ

MyKuWanna マイクワナ



市民×行政で創る
プロモーションサイト
桑名市の情報
地元のイベント情報等

イベント情報



桑名市のイベントが
カレンダーで見られる
※マイクワナ内にあり

メールマガジン



又は t-kuwana@sg-p.jp
へ空メールを送信
子育て情報、防災メール等
を配信

赤ちゃん広場（ぽかぽか）【要予約】

子ども・子育て応援センター
「ぽかぽか」
13:30～15:00
【問合せ】0594-32-5676



育児相談【要予約】

くわなメディアライヴ
10:00～
【問合せ】0594-24-1380



すくすく離乳食教室【要予約】

くわなメディアライヴ
10:00～
【問合せ】0594-24-1380



あおぞら出前保育

開催時間9:30～11:30

貝塚公園 0594-22-8514（城東保育所）
長盛公園 0594-29-1135（深谷保育所）
立花公園 0594-22-8428（桑陽保育所）
星川公園 0594-32-5676（ぽかぽか）
貝殻谷公園 0594-48-6561（耕逸山たどこども園）
礪波公園 0594-84-6039（たいりんキラキラ）
老松公園 ※要予約 10:00～11:00
0594-23-2044（長寿認定こども園）



キッズサロン

・七和まちづくり拠点施設
【問い合わせ】にここ
0594-25-3515



・大山田まちづくり拠点施設
【問い合わせ】ぽかぽか

・城南まちづくり拠点施設
【問い合わせ】たいりんキラキラ
0594-84-6039



・いこいキッズサロン
ライムの丘 ヴィレッジセンター
【問い合わせ】子育て憩いの広場
0594-25-2003



・戸津集会所
・御衣野集会所
【問い合わせ】ののちゃんルーム
0594-48-6561



子育てサロンひだまり【要予約】

深谷保育所
第3水 9:30～11:00
0594-48-6561
（平日 8:30～17:15）

パパサロン ののちゃんくらぶ

耕逸山たどこども園
子育て支援センター
「ののちゃんルーム」
0594-48-6561



公立保育所園庭開放

開催時間 9:30～11:00

厚生館別館保育所 0594-22-1077
深谷保育所 0594-29-1135
桑陽保育所 0594-22-8428
城東保育所 0594-22-8514
多度保育所 0594-48-4786
長島中部保育所 0594-41-1037



公立幼稚園 園庭・園開放

園によって開催時間が異なります

園庭・園開放一覧表をご覧ください
陽和幼稚園 0594-21-4528
成徳南幼稚園 0594-22-6089
明正幼稚園 0594-21-3347
光陵幼稚園 0594-31-3245
陵成幼稚園 0594-23-7931
長島幼稚園 0594-42-1352



おはなし会

中央図書館 0594-22-0562
ふるさと多度文学館 0594-48-7000
長島輪中図書館 0594-41-1040
※詳細は図書館カレンダーをご覧ください

