



桑名市子育て情報誌

NO.239

# すくすくだより

2026. 5月号



風薫る5月を迎え、木々の青葉が美しい季節になりました。お散歩や行楽など外出が気持ち良い季節です。これから紫外線も強くなってきますのでお子さんも帽子をかぶるなど対策をしながら、戸外遊びを楽しんでいきたいですね。

〈お問い合わせ〉  
桑名市子ども・子育て応援センター「ほかほか」  
☎ 0594-32-5676

くわな子育てガイドブック



子育て情報がひとまとめになっています。  
ダウンロードすると冊子になります。

メールマガジン



又は [t-kuwana@sg-p.jp](mailto:t-kuwana@sg-p.jp)  
へ空メールを送信  
子育て情報を  
メール配信しています。

くわなハッピーナビ  
by 母子モ



毎月のすくすくだよりや  
子育て情報が掲載！



子育て講座

### 親子で楽しむマリンコンサート

5月15日(金)

講師: 樹さん

演奏10:00~10:30 体験10:30~11:00

☆対象 桑名市に住み票がある未就園児親子  
15組

☆場所 子ども・子育て応援センター  
「ほかほか」わんぱく広場

☆申込み 5月1日(金) 9:00~  
QRコードより

☆問合せ 桑名市子ども・子育て応援センター  
「ほかほか」Tel.0594-32-5676



### 歯磨き教室

5月21日(木)10:30~11:30

講師: 三重県歯科衛生士会

☆対象 開催日当日に0歳8か月から  
1歳10か月までの  
桑名市在住の未就園児親子 12組

☆場所 子ども・子育て応援センター  
「ほかほか」わんぱく広場

☆申込み 4月21日(火) 9:00~  
QRコードより

☆問合せ 桑名市子ども・子育て応援センター  
「ほかほか」Tel.0594-32-5676



親支援プログラム

### すまいるプログラム

6月5日(金)~6月26日(金)

毎週金曜日 4回講座

10:00~12:00

☆対象 桑名市在住  
0歳6か月~満3歳の保護者10名

☆場所 陽だまりの丘複合施設「ほかほか」  
小会議室

☆託児 10名 ※対象: 未就園児  
場所: 子ども・子育て応援センター「ほかほか」  
わんぱく広場

☆申込み 5月5日(火) 9:00~  
QRコードより

☆問合せ 桑名市子ども・子育て応援センター  
「ほかほか」Tel.0594-32-5676



## 5月は「自転車月間」

5月5日はこどもの日ですが、「自転車の日」でもあります。  
1歳以上のお子さんとの自転車利用で知っておきたいポイントを  
まとめました。

🚲 まず知っておきたいこと

- 0歳の赤ちゃんは自転車に乗れません。首や体がまだ安定せず、チャイルドシートの対象外です。
- 1歳以上でも、幼児座席(チャイルドシート)が使えるかは発達により個人差があります。しっかり座れるか、ベルトが正しく締められるかを確認しましょう。
- 抱っこ紐での自転車はとても危険で禁止されています。転倒時に赤ちゃんが大きくなげがをする恐れがあります。

🛡️ 安全に乗るためのコツ

- 停車中の転倒がいちばん多いと言われています。乗せ降ろしの際は、必ずスタンドをしっかり立ててから。
- ヘルメットは親子で着用を。最近の法改正で、すべての自転車利用者にヘルメット着用が努力義務となりました。
- 自転車のルールも見直しが続いています。「知らないうちに違反だった…」とならないよう、最新の交通ルールを確認しておく安心です。

自転車でのおでかけが、  
安心で楽しい思い出になり  
ますように。



☆お申し込み後、受付完了メールが届きます。

[No-reply@logofom.jp](mailto:No-reply@logofom.jp)からのメールの受信設定をお願いいたします。

☆講座の前後は、子ども・子育て応援センター「ほかほか」の広場・図書室の利用はできませんのでご了承ください。

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

桑名市 & みっくみえ共催 子育てファミリー講座

### これからはじめる離乳食

5月24日(日) 10:00~11:00

講師: みっくみえ管理栄養士 生川美江さん

☆対象 子育て中のすべての親子 ※市外・県外の方も可  
☆場所 陽だまりの丘複合施設「ほかほか」大研修室 託児: 小会議室  
☆託児 対象は3か月~1歳6か月のお子様 先着6名  
☆申込み 4月24日(金) 9:00~ 右記QRコードより  
☆問合せ 桑名市子ども・子育て応援センター  
「ほかほか」☎0594-32-5676



# 令和8年5月 スケジュール

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
				1 ・園庭開放 厚生館別館保育所 9:30~11:00 ・おひざでえほん 多度文学館 10:30	2 ・おはなし会 長島輪中図書館 11:00	3
4	5 	6	7 ・園庭開放 多度保育所 9:30~11:00 ・あおぞら出前保育 貝殻谷公園 9:30~11:30 ・おはなし会 中央図書館 11:00	8	9 ・おはなし会 中央図書館 14:00 多度文学館 14:00 長島輪中図書館 11:00	10 ・おはなし会 中央図書館 11:00
11 ・大型遊具であそぼ! おもちゃ病院くわな 総合福祉会館 10:30~14:00  <b>すくすく 離乳食教室</b> くわなメディアライブ 要予約 問 0594-24-1380 	12 ・赤ちゃん広場 ぼかぼか 13:30~15:00 要予約 ・あおぞら出前保育 星川公園 9:30~11:30 ・園庭開放 城東保育所 9:30~11:00 ・園開放 陵成幼稚園 10:00~11:30 ・すくすく離乳食教室 初期・中期 13:30 くわなメディアライブ 要予約	13 ・子育てなんでも相談会 ぼかぼか 管理栄養士・助産師 受付 9:00~10:30 先着順 相談 9:30~11:00 ・あおぞら出前保育 長盛公園 9:30~11:30 ・園庭開放 桑陽保育所 9:30~11:00 ・園開放 明正幼稚園 9:30~11:00 ・園開放 長島幼稚園 9:30~11:00 ・あおぞら出前保育 暇公園 9:30~11:30	14 ・あおぞら出前保育 貝塚公園 9:30~11:30 ・出前保育 戸津集会所 9:30~11:30 ・おはなし会 中央図書館 11:00 長島輪中図書館 11:00  	15 ・園庭開放 厚生館別館保育所 9:30~11:00 ・育児相談 くわなメディアライブ 10:00~11:00 要予約  ↓ <b>育児相談</b> くわなメディアライブ 要予約 10:00~ 問 0594-24-1380 	16 ・おはなし会 中央図書館 14:00 多度文学館 14:00 長島輪中図書館 11:00	17
18 ・園庭開放 長島中部保育所 9:30~11:00	19 ・あおぞら出前保育 立花公園 9:30~11:30 ・キッズサロン 城南まちづくり拠点施設 9:30~11:30 ・いこいキッズサロン らいむの丘ヴィレッジセンター 10:00~11:30	20 ・キッズサロン 七和まちづくり拠点施設 9:30~11:30 ・子育てサロンひだまり 深谷保育所 9:30~11:00 要予約	21 ・あおぞら出前保育 貝殻谷公園 9:30~11:30 ・園庭開放 多度保育所 9:30~11:00 ・園開放 成徳南幼稚園 10:00~11:30 ・おはなし会 中央図書館 11:00	22 ・おはなし会 中央図書館 11:00	23 ・おはなし会 多度文学館 14:00 長島輪中図書館 11:00  	24 ・おはなし会 中央図書館 10:30 多度文学館 14:00
25 ・おはなし会 中央図書館 10:30  	26 ・赤ちゃん広場 ぼかぼか 13:30~15:00 要予約 ・あおぞら出前保育 星川公園 9:30~11:30 ・園庭開放 城東保育所 9:30~11:00 ・園庭開放 陵成幼稚園 10:00~11:30 園庭のみ ・園開放 光陵幼稚園 10:00~11:30	27 ・子育てなんでも相談会 ぼかぼか 管理栄養士・助産師 受付 12:30~14:00 先着順 相談 13:00~14:30 ・あおぞら出前保育 長盛公園 9:30~11:30 ・園庭開放 桑陽保育所 9:30~11:00 ・あおぞら出前保育 暇公園 9:30~11:30	28 ・キッズサロン 大山田まちづくり拠点施設 9:30~11:30 ・あおぞら出前保育 貝塚公園 9:30~11:30 ・園開放 陽和幼稚園 10:00~11:30 ・出前保育 御衣野集会所 9:30~11:30 ・あおぞら出前保育 貝殻谷公園 9:30~11:30 ・おはなし会 長島輪中図書館 11:00	29 <b>おはなし会</b> 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 	30 ・おはなし会 長島輪中図書館 11:00	31


### 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



### あおぞら出前保育

開催時間 9:30~11:30  
貝塚 0594-22-8514 城東保育所  
長盛 0594-29-1135 深谷保育所  
立花 0594-22-8428 桑陽保育所  
星川 0594-32-5676 ぼかぼか  
貝殻谷 0594-48-6561 耕逸山たどこども園  
暇 0594-84-6039 たいりんキラキラ  
※老松公園 10:00~11:00 要予約  
長寿認定こども園 0594-23-2044



### 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



### 子育てサロンひだまり

深谷保育所 開催時間 9:30~11:00 要予約  
電話受付 平日 8:30~17:15  
0594-29-1135

### 赤ちゃん広場

子ども・子育て応援センター  
「ぼかぼか」 要予約  
13:30~15:00  
問合せ 0594-32-5676 申し込み



### 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」  
問合せ 0594-48-6561



### キッズサロン

七和まちづくり拠点施設 問 0594-25-3515 にここ 大山田まちづくり拠点施設 問 0594-32-5676 ぼかぼか 	いこいキッズサロン らいむの丘 ヴィレッジセンター 問 0594-25-2003 子育て憩いの広場 
城南まちづくり拠点施設 問 0594-84-6039 たいりんキラキラ 	戸津集会所 御衣野集会所 問 0594-48-6561 ののちゃんルーム 