

# 一緒におでかけ

## こども広場

こども広場は主に0歳から3歳までの乳幼児と、その保護者の皆さんの遊びと交流の広場です。スタッフが子育てに関する相談に応じるほか、各種講座やイベントなども開催しています。お気軽にお出かけください。

### 長野市もんぜんぶら座 こども広場 じゃん・けん・ぽん

- 〈開館時間〉 10:00～18:00
- 〈休館日〉 第1・第3水曜日（祝日の場合はその翌日）・年末年始
- 〈住所〉 新田町1485-1 もんぜんぶら座2階
- 〈電話番号〉 ☎026-219-0022
- 〈駐車場〉 TOiGO駐車場 1時間100円（3時間まで）  
鍋屋田駐車場 1時間100円  
ご利用できます。



広々使えるので  
思いっきり遊べます



中にはなにかが  
入ってるのかな



なにを  
作ろうかな…

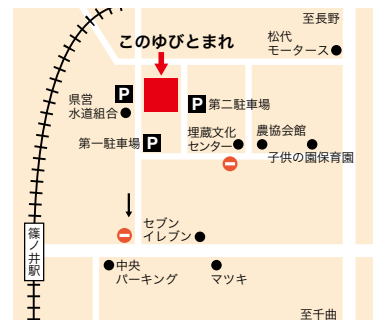


こんなに  
大きくなったよ



### 長野市篠ノ井こども広場 このゆびとまれ

- 〈開館時間〉 10:00～18:00
- 〈休館日〉 第2・第4水曜日（祝日の場合はその翌日）・年末年始
- 〈住所〉 篠ノ井布施高田1021
- 〈電話番号〉 ☎026-293-8860
- 〈駐車場〉 駐車場40台（無料）



白い建物です。  
駐車場も  
目の前にあるよ



手づくり  
おもちゃが  
いっぱい



育児用品、乳幼児の衣類、  
マタニティ用品等の  
リユースを行っています



# 子育てコンサルジュ

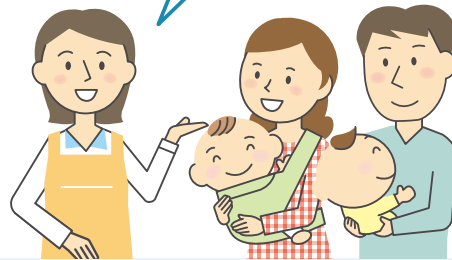
## 子育てコンサルジュとは？

子育てに関する悩みは尽きないけれど、さまざまな支援の中から自分に合ったサービスを自分で選択し「よし、子育てがんばるぞ」と安心して子育てができるように、子育て中の方の立場に立ち一緒に考え適切な支援へつなぐお手伝いや、情報をご案内し、子育てを応援していく専門のスタッフです。

一人で育児の悩みを抱えていませんか？



子育てはわからないことがたくさんで当たり前。一緒に考えて、子育てを楽しみましょう！



## 相談内容（例）

- ★初めての育児で不安。こんなこと聞いてもいいの？
- ★引っ越してきたばかりで公園や病院がどこにあるのかわからない。
- ★一時預かり・病児保育ってなに？
- ★いろいろな子育て情報がほしい！
- ★子どものことや自分のことや家族のことも誰か相談にのってくれないかしら？

## 相談方法

子育てコンサルジュは、市内2か所のこども広場にいます。

もんぜんぶら座こども広場じゃん・けん・ぼん

曜日 月・火・木・金・土（水・日以外の祝日も可）  
☎080-7810-5584

篠ノ井こども広場このゆびとまれ

曜日 月・火・木・金・日（水・土以外の祝日も可）  
☎080-7232-8833

電話相談・面接相談・お子さんを遊ばせながらの相談が可能です。

## 転入者子育て交流会

長野市に転入された未就園児とその保護者の方を対象に「はじめての「ながの」ウェルカム交流会」を開催します。予約が必要となりますので、詳しい情報は下記会場にお問合せください。

〈会場〉こども広場「じゃん・けん・ぼん」

〈日程〉7月23日（火）、9月25日（水）、  
11月22日（金）、1月23日（木）、  
3月20日（木、祝）

〈対象〉長野市在住で市に転入した未就園児とその保護者の方

問合せ先 こども広場「じゃん・けん・ぼん」  
☎026-219-0022



開催の様子

## 地域子育て支援センター

保育園等に併設されている地域子育て支援センターでは、地域の皆さんの子育てを応援しています。育児に関するアドバイスや、育児情報の提供を専門の子育て支援員等が担当します。子ども同士、保護者同士の交流や情報交換もできます。気軽にお出かけください。(状況により、園開放時間等が変更になる場合があります。)

〈主な内容〉 ●園開放…部屋や園庭で遊びます(利用状況など事前に確認の上、ご参加ください)

- 育児相談…子育てに関する不安や悩みについて、電話・面談での相談に応じます
- 地域活動の支援…親子交流・子育てサークルの支援
- 保育サービスの情報提供…子育てや育児に関する様々な情報を提供します



### ●地域子育て支援センター

※面接相談・要予約

園名	電話	園開放	育児相談
博愛保育園 (鶴賀)	026-227-2204	9:00～14:00 (火・水・木) 全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
山王保育園 (北石堂町)	026-228-6090	9:00～12:00(月・水・金) 妊婦、全年齢利用できます。(火・木) 0歳児 13:00～15:00(月～金) 妊婦、全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
りんどう保育園 (三輪)	026-252-7024	8:30～13:30(水・木・金) 制限なし	電話・面接相談…月～金8:30～13:30 食事相談…金15:00～16:00
柳町保育園 (三輪)	026-244-9090	8:45～11:45(月・金) 妊婦、全年齢利用できます。 (火) 1・2歳児、(水) 0歳児、(木) 0・1歳児 13:00～15:00(月～金) 妊婦、全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
杉の子あびっく保育園 (屋島)	026-222-0044	9:00～12:00(月) 妊婦・0歳児、(火) 1歳児、(木) 2・3歳児 13:00～15:00(月・火・木) 妊婦、全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～17:00
かざぐるま保育園 (稲田)	026-241-5177	9:00～14:00 (火・水・木) 全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
松ヶ丘保育園 (安茂里小市)	026-228-6180	8:30～12:00、13:00～14:30 (火・木・金) 妊婦・全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
東部保育園 (篠ノ井東福寺)	026-293-6222	9:00～11:30、13:00～15:30 (月～金) 妊婦・全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
杉の子保育園 (篠ノ井西寺尾)	026-292-3339	9:00～12:00(月)自由、(火)0・1歳児、(木)2・3歳児 13:00～15:00(月・火・木) 全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～17:00
東条保育園 (松代町東条)	026-278-7766	9:00～12:00、13:30～15:30 (月～金) 妊婦・全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
ころぼっくるこども園 (川中島町御厨)	026-286-6877	9:00～12:00(月・金)全年齢、(火)babyの日、(水)0・1歳児、(木)2・3歳児 13:00～15:00(月～金) 全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:30～16:00
丹波島こども園 (青木島)	026-284-2727	9:00～12:00(月)自由、(火)1歳半～3歳児、(水・木)babyの日 (金)1～2歳児 13:00～15:00(月～金) 全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:30～16:00
七二会保育園 (七二会己)	026-229-2958	9:00～11:30、13:00～15:30 (月～金) 妊婦・全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
豊野ひがし保育園 (豊野町大倉)	026-257-6868	9:00～12:00、13:00～15:00 (月～金) 妊婦・全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～12:00 13:00～16:00
皐月かがやきこども園 (上野)	026-295-6061	9:10～11:30、12:00～14:40 (月～金) 妊婦・全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金9:00～16:00
ひかりほいくえん (稲里町下氷鉤)	026-285-9434	10:00～15:00 (月・水・金) 全年齢利用できます。	電話・面接相談…月～金10:00～15:00
フレンドこども園 (川中島町今井)	026-214-7039	10:00～15:00 (火・水・金) 全年齢利用できます。	面接相談…月～金10:00～15:00
ぼらりす (川中島町今里)	026-214-8470	10:00～15:00 (火・木・金) 全年齢利用できます。	電話相談…月～金10:00～15:00 面接相談…月～金10:00～15:00(要予約)

## おひさま広場



長野市内の保育園・幼稚園・認定こども園では園開放や育児相談、講演会・講習会などを行っています。  
**〔実施内容〕** 詳しい内容などは、お近くの保育園・幼稚園・認定こども園に直接お問い合わせいただくか、  
 長野市ホームページをご覧ください。

- 〔実施内容〕**
- 園開放
  - 育児相談
  - 子育て情報の提供
  - 保育士や在園児との交流
  - 講演会・講習など



## 各地区が行う子育て・子育て支援

各地区では、子育てを地域で支えるために「子育て・子育て支援事業」を行っています。就園前の親子等を対象に、民生委員・児童委員、福祉推進員や地域のボランティアなどの協力を得ながら、交流事業を実施することにより、子育て中の親の孤立感や不安を解消することを目的としています。

実施地区	事業名	会場	実施日	電話
第三地区	子育てサロン「サンサンひろば」	権堂イーストプラザ コミュニティルーム	第2木曜(8月は除く)	026-262-1325
芹田地区	芹田だっこひろば	芹田小学校多目的棟2階	第3水曜(変更有)	070-1432-5830
古牧地区	①にこにこ広場	古牧児童センター	①月2回火曜(8月は1回)	026-244-8159
	②親子あそびの広場		②第3金曜(8月は第4金曜、3月は第1金曜)	
三輪地区	子どもと親の育ち合いサロン	三輪公民館	月1回木曜	026-225-9567
古里地区	古里子育てサロン	古里総合市民センター	第4月曜(11月は除く)12月は第3月曜	026-295-9755
浅川地区	アップルキッズ	浅川公民館	5月~原則第3水曜(8月は除く)	026-262-1362
大豆島地区	①まめっ子サロン	大豆島総合市民センター内 大豆島公民館	第1水曜(第2の場合あり)	026-221-5700
	②まめっ子教室		第3水曜	026-222-2888
朝陽地区	あさひ親子ひろば「にこにこ」	朝陽公民館分室(朝陽支所)2階集会室	第1、3水曜	026-213-6170
若槻地区	①お母さんの何でもトーク	若槻コミュニティセンター	①第4金曜(変更有)	026-295-9550
	②若槻こども文庫 おはなし会		②第2金曜	
長沼地区	りんごっこ広場	長沼支所仮設交流スペース	第1火曜、4、5、7、9、11、1、3月第3火曜	026-217-2262
芋井地区	いっぴなっ子の会	芋井公民館、芋井保育園、ネイチャーセンター	月1回水曜(変更有)	090-9955-7015
	パパサークル「おっきいて」	市内各地(開催内容による)	月1回(不定期)	090-4159-5374
篠ノ井地区	子育てひろば	篠ノ井交流センター	4月~3月第3木曜	026-292-2121
松代地区	ゆめっこひろば	松代保健福祉センター	第2、4水曜(8月は第1、4水曜)	080-8732-3830
川中島地区	親子ひろば「みんなともだち」	ハーモニー桃の郷3階交流室	第2、4水曜(8月14日休)	026-285-2712
更北地区	親子ひろば	更北支所	第2、4火曜	026-285-6225
信更地区	子育てはっとパーク	信更公民館	月1回(不定期)5月、9月は除く	026-299-2114
豊野地区	子育てサロン	かがやきひろば豊野	第2、4火曜	026-257-5525
戸隠地区	すこやか学級	戸隠農村環境改善センター、戸隠保健センター他	第1、3金曜	026-252-2221
鬼無里地区	のびのび子育て学級	活性化センター2階コミュニティルーム	毎週火曜	026-256-2213

※実施日は原則として標記のとおりですが、月によって変更となる場合があります。 ※事前申込や参加費が必要となる場合があります。

## 民生委員・児童委員とは?

民生委員は、近所に住む身近な相談役として、福祉に関する様々な相談を受けています。

民生委員は、児童委員を兼ねており、地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配ごとなどの相談・援助等を行っています。また、一部の児童委員は、児童のことを専門的に担当する「主任児童委員」の指名を受けています。まずは気軽に相談してみませんか。

**問合せ先** 福祉政策課 電話026-224-5028 または各支所へ

※民生委員・児童委員は、市内で約870人が活躍しています。  
 お住まいの地域を担当している民生委員・児童委員をご案内します。

## 「親子学級」～公民館・交流センターは親子の学びをお手伝いします～

公民館および交流センターでは、親子の学び、家庭の学びをお手伝いするための「親子学級」を開催しています。親子の学びだけでなく、子育てに関する情報交換の場や親子の交流の場としても公民館や交流センターをご利用ください。詳細は、各公民館等へお気軽にお問い合わせください。



公民館等	所在地	連絡先
城山	大字長野東之門町2462	026-232-3111
中部	大字鶴賀緑町1596-13	026-234-1883
芹田	若里2-8-18	026-228-3659
古牧	西和田1-12-1	026-243-3524
三輪	三輪4-15-1	026-234-4430
吉田	吉田3-22-41	026-241-6354
古里	大字金箱635-16	026-295-9707
柳原	大字小島804-5	026-296-8540
浅川	浅川東条328-1	026-263-1001
大豆島	大字大豆島1054-1	026-222-2888
朝陽	大字北長池1640-2	026-243-7251
若槻	大字若槻東条505-1	026-295-3355
長沼	大字穂保941	026-295-9697
安茂里	大字安茂里1777-1	026-226-4059
小田切	大字山田中2545	026-229-2782

公民館等	所在地	連絡先
芋井	大字桜600-49	026-235-5778
篠ノ井	篠ノ井御幣川281-1	026-292-2121
松代	松代町松代4-3	026-278-3912
若穂	若穂綿内7597	026-282-2082
川中島町	川中島町今井1762-1	026-284-8222
更北	青木島町大塚880-5	026-284-2046
七二会	七二会丁151	026-229-2761
信更	信更町氷ノ田3183-2	026-299-2619
豊野	豊野町豊野612-8 (令和6年8月移転予定)	026-257-5875
戸隠	戸隠栃原4789	026-252-2221
鬼無里	鬼無里日影2750-1	026-256-2055
大岡	大岡乙287	026-266-2413
信州新町	信州新町新町1000-1	026-262-2345
中条	中条2383-1	026-267-2145

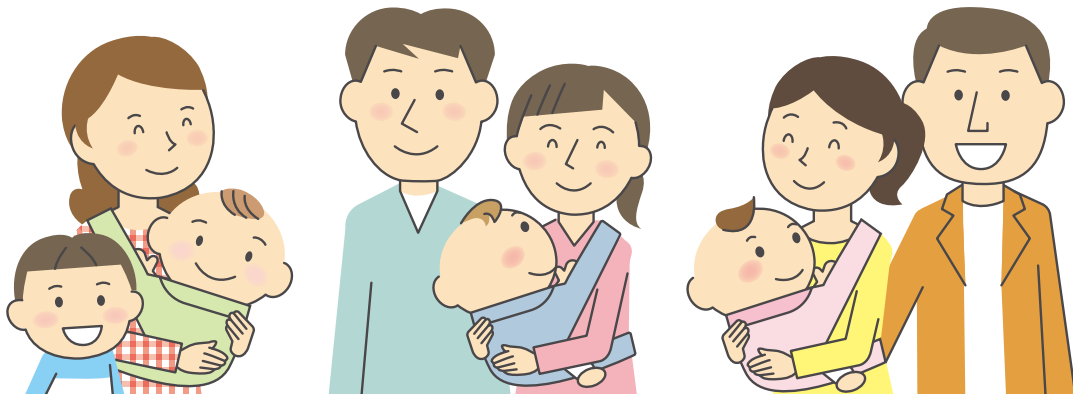
問合せ先 家庭・地域学びの課 ☎026-224-5082

## 子育てサークル

子育てサークルは、親子で遊んだり、情報交換をしたり、子育てについての悩みなどを相談し合っ「子育てを楽しもう!」と活動しているグループです。各サークルの連絡先、登録等、詳細は下記担当へご連絡ください。

問合せ先 保育・幼稚園課 ☎026-224-8032

- 各サークルの連絡先…ご希望のサークルをご紹介します。
- サークルを作りたい…サークルの立ち上げや活動支援のお手伝いをします。
- サークルの登録内容変更…代表者・連絡先・活動日時・活動内容が変わった場合はご連絡ください。
- サークル登録のメリット…
  - サークル支援の利用…子育て支援センター職員がサークルへ出向き、遊びの紹介やサークル運営のアドバイスなどを行います。
  - 活動のPR…子育てガイドブックや長野市のホームページでサークルを紹介します。また、子育て世帯からお問い合わせがあった場合はサークルの情報を提供します。



●サークル一覧

地区	サークル名	活動の拠点	主な活動日・時間	子どもの年齢	活動内容
第一	一休さん	城山公民館	月1回月曜日 10:00～11:30	未就園児	学校教員の育児休業中のサークル。情報交換など
第五	小さく生まれた赤ちゃんとの親の会「クレッシェンド」	長野市保健所（2F） Zoom、対面、オンライン ハイブリッド形式	偶数月月1回、日時不定	年齢制限なし 出生体重おおむね1500g未満の子と家族	対面での集まりと、オンライン（Zoom）を利用した情報交換、県と市から保健師もアドバイザーとして参加。定例会以外でも電話、ラインで対応。
古牧	アンパンマンkids	古牧公民館	毎週金曜日 10:00～12:00	0歳～3歳	自由遊び、お出かけ（戸外・公園など）、季節の行事
	「おっきいて」（パパサークル）	古牧公民館ほか市内全域	不定期 月1回程度	0歳～6歳	テーマは、「父親を楽しむ」。アウトドアや農業体験で親子の絆を深め、ママに1人の時間をプレゼントする「父子キャンプ」などを予定
浅川	新婦人 れんげ班 赤ちゃん親子リズム	浅川公民館	毎週火曜日 10:00～12:00	0歳～未就園児	リズム体操、絵本の読み聞かせ、手あそび、工作、自由遊び
大豆島	ファミリーバンド おたまじゃくし	大豆島公民館・古牧公民館	平日2日 休日2日 10:00～12:00	特になし 0歳～	子連れOKの吹奏楽サークル、子連れでなくても参加OK。4～12月に月1回ペースで保育園等で演奏会を予定。1～3月は少し難しい曲等チャレンジする練習のみの活動。
朝陽	ほやっこサロンサークル	助産所ほやほや	毎月第2木曜日 （変更の時あり） 10:30～15:00	0歳～3歳	親子で楽しめる活動、お母さんが元気になる活動、情報交換、おしゃべり、発育測定、助産師・保育士による相談
安茂里	長野中部子ども劇場 “あそぼ！”	中央隣保館など	月2回火曜日 10:00～12:00	0歳～3歳	体操、手遊び、絵本の読み聞かせ、季節の行事、子育ての話、散歩、クラフト工作など
若穂	あひるっこ	若穂保健ステーション	第2、4火曜日 10:00～11:30	0歳～未就園児	地域の方や保健師、保育士に協力頂いての親子交流、自由遊び、外遊び、誕生会、季節の行事（夏祭り、育児相談、ハロウィン、クリスマス会、豆まき等）
川中島	きららの会 （原則今井原地区限定）	今井ニュータウン 職員宿舍集会所 公園など	不定期	未就園児 就園児	外遊び、水遊び、工作など季節にちなんだ遊び
	長野南部子ども劇場 「ぼけっとひろば」	川中島町公民館中津分館	月2回水曜日 10:00～12:00	0歳～3歳 （未就園児）	子ども劇場会員のサークル。田んぼあそび、ボディペインティング、どんぐり工作、ぼけっと運動会、稲刈り、さつま芋掘り、焼き芋、クリスマススワッグ作り、絵本講習会、季節のおやつ作り、他。
大岡	zuku-zuku	大岡地区内	不定期	0歳～6歳	自然体験、小学校、地域との交流。