

スタッフ
リレートーク

テーマ
「出身地自慢 ここが好き、推しグルメ」 今月は、**関東地方(神奈川県以外)** /

ここが好き！
適度になごやかで、都心にアクセスしやすいところ。

推しグルメ
いろいろな具材を入れて、みんなで食べるのが楽しい「もんじゃ」



かとう

ここが好き！
千葉といったらディズニーランド！

推しグルメ
八千代市勝田台 国道16線側の「ロス・アンジェルス」の、きのこスープ 絶品です。



ましお

ここが好き！
日帰りで温泉や観光地にいけること。

推しグルメ
宇都宮みんみん 手頃な価格でコスパに優れた地元の人、観光客にも人気。冷凍餃子はお取り寄せできます！



さとう

ここが好き！
鉄道博物館、小江戸川越 都心やスキー場へのアクセスがよいところ

推しグルメ
山田うどん、川越の芋菓子



さとう

横浜市利用者支援事業 子育てに関する「困った」「知りたい」「きいてほしい」に寄り添います

横浜子育てパートナー

横浜子育てパートナーとは、妊娠中から子育て期までのいろいろな悩みごと、困りごと等の相談に乗る、とつとの芽の専任スタッフです。相談者の気持ちに寄り添い、必要な情報を調べたり、適切な支援機関に紹介し、安心して子育てができるようお手伝いします。

相談は無料、予約できます 気軽に電話ください

【ご相談・お問い合わせ】横浜子育てパートナー専用ダイヤル
火曜～土曜 9:30～17:00 休みはとつとの芽に準じます。

とつとの芽(東戸塚) **045-719-2001**
とつとの芽 サテライト(戸塚) **045-410-8766**

横浜子育てサポートシステム 会員制

「子どもを預かってほしい方」(利用会員)と「子どもを預かることができる方」(提供会員)の出会いをお手伝いします。まずは**入会説明会**にご参加ください。

子サポ入会 9月の入会説明会 ※予約制 ※定員あり

日にち	時間	場所	託児
4(木)	10:30～11:30	とつとの芽(東戸塚) 研修室	託児なし
17(水)	10:30～11:30	とつとの芽サテライト(戸塚) 研修室	
26(金)	10:30～11:30	戸塚区総合庁舎3F 多目的スペース中	

【入会説明会のお申込み】

横浜市地域子育て支援拠点サイト「入会説明会」からお申し込みください。

※入会説明会当日は**本人確認書類**をご持参ください。

サテライト子サポの日 毎月第1金曜・第3水曜 10:00～15:00

コーディネーターがサテライトに常駐しています。ご利用を考えている方は、直接コーディネーターとお話することができます。ぜひご利用ください！

【お問い合わせ】

横浜子育てサポートシステム 戸塚支部(とつとの芽内)
045-443-5384

火曜日～土曜日 9:30～17:00 休みはとつとの芽に準じます

戸塚区地域子育て支援拠点 とつとの芽

〒244-0805
戸塚区川上町91-1 モレラ東戸塚3階
TEL 045-820-2885
東戸塚駅西口より徒歩1分 駐輪場 なし・駐車場 なし

【利用日時】火曜日～土曜日 9時30分から15時30分 【休館日】日曜日・月曜日・祝日・年末年始 詳しくは毎月のカレンダーを御覧ください。
【対象】0歳から未就学児とそのご家族。妊婦の方およびそのパートナーの方、子育てを応援したい方。
【ホームページ】http://www.tottonome.com

戸塚区地域子育て支援拠点 とつとの芽 サテライト

〒244-0816
戸塚区上倉田町957-1 ヴィラ桜1階
TEL 045-410-7010
戸塚駅東口より徒歩8分 駐輪場 あり・駐車場 なし

とつとの芽は、気軽に立ち寄れる『第二のわが家』をコンセプトにした、誰もが集える子育て支援施設です

とつとの芽つうしん

2025

今年も、戸塚区のあちこちで公園あそびがはじまるよ

秋のつつか公園あそび隊 2025

いっしょにあそぼう！

外あそびはいいことがいっぱい

心が育つ
自然の中で感覚が豊かになる

体も育つ
体幹・運動機能が鍛えられる

学びの土台づくり
あそびと学びの素材がころがっている



体をいっぱい動かして、大人も子どももリフレッシュしませんか。公園あそび隊の日は、地域で子育て家庭を応援している人や、とつとの芽スタッフもいるので、はじめてでも安心して参加できます。0歳の赤ちゃんもぜひ来てね！

【開催スケジュール】

時間 9/27(土)
10:00～11:30 深谷町えのき公園

10月前半
10/8(水)上倉田第五公園 10/9(木)戸塚西公園

詳細は、とつとの芽HP→戸塚区で子育て→「つつか公園あそび隊」を見てね！また、当日の朝に開催の有無をお知らせします、おでかけ前にチェックしてね！



とつとの芽×明治安田生命 パパとママの健康チェックDAY

健康診断では測れないちょっと変わった健康チェックができます。子育てや家事、仕事のちょっと息抜きに、体験してみませんか？

【開催日】
・とつとの芽サテライト…9/19(金)
・とつとの芽…9/20(土)

【開催時間】
①10:00～11:30
②13:30～15:00

【参加方法】
当日直接会場へお越しください ※多数の場合は順番にご案内します
【参加費】 無料
【会場】 とつとの芽・とつとの芽サテライト 研修室

この事業は、横浜市と明治安田生命が未来共創パートナーとして包括連携協定を締結し、その取り組みの一環として実施するものです。

血管年齢測定

血管の老化度合いをわかりやすく採点できる血管年齢測定システムです。



立ち上がりテスト

10・20・30・40cmの4種のボックスに座り、両脚・片脚それぞれで立ち上がって3秒間保持できるかをテストすることで、下肢筋力の低下を調べます。

2ステップテスト

できる限り大股で歩いた歩幅の結果から、歩行能力を評価します。

出張ひろば

秋葉エリア・小雀エリアでとつとの芽の「ひろば」開催！

いっしょに遊んだり、おしゃべりしませんか

あきばdeとつと・こすずめdeとつと

あきばdeとつと
あきば幼保連携型認定こども園
ホール
9/6(土) 13(土) 20(土)

こすずめdeとつと
小雀町内会館
9/26(金)

予約不要
直接現地へ
10時～15時

13(土)は「子育てパートナーの日」で子育ての相談ができます。※裏面参照

詳細や天候不良による開催の有無、今後のスケジュールは、とつとの芽HP→ご利用案内→「あきばdeとつと こすずめdeとつと」からご確認ください。



オンライン



お家から気軽に参加しませんか

申込・詳細は、二次元コードまたは、とつとの芽HP→ご利用案内→「イベント・講座のチラシ」欄からご確認ください。

ハッピー☆ファミリー

【日時】9/4(木) 11(木) 18(木)
10/9(木) サテライトで対面
13:30～15:00 夫婦そろっての参加

産前産後カフェ

助産師さんのお話しと情報交換や交流
【日時】9/17(水) 10:00～11:00



ひろばに湘南鎌倉医療大学の学生さんが来るよ。
スケジュールは、中面カレンダー「学生さんの来る日」で確認してね！



最新情報を
ネットで
チェック★

とつとの芽HP

とつとの芽を
Instagram
@tottonome_totsuka

戸塚の
子育て情報満載！
『とつとあぶり』

Android

iPhone iPad

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 「授乳・卒乳などの困りごと、不安なこと」を相談できます 助産師さんの日 10:00～12:00 ひろば	4 子サボ 入室	5 専門家とテーマトーク 虫歯と歯磨き 10:30～11:30 研修室	6 赤ちゃんタイム 13:00～ はいはいする前までの親子& プレママ・プレパパ ※対象者限定
7	8	9 14:00	10 ひろば利用が初めての方、 まだ慣れない方 はじめてとっと 10:00に研修室集合!	11 発育・発達に悩みを持つ親同士、 自由におしゃべり、仲間と出会 える場、情報交換の場です。 ちょきとママの会 10:00～11:30 研修室	12 赤ちゃんタイム 13:00～ はいはいする前までの親子& プレママ・プレパパ ※対象者限定	13 パパ同士で乗り上がりましょう! 出入り自由! ママは、お家でゆっくりしてね パパうるかむの日 14:00～15:00 研修室
14	15	16 臨時休館日	17	18 11:40 転勤族・単身赴任の妻の会 10:00～12:00 研修室	19 専門家とテーマトーク 保活はじめのいっぽ 9:30～10:10 研修室 保育・教育コンシェルジュ相談 10:20～11:00	20 ととの芽×明治安田生命 パパとママの健康チェックDAY ①10:00～ ②13:30～ 研修室 詳細は表紙
21	22	23 秋分の日	24 赤ちゃんタイム 13:00～ はいはいする前までの親子& プレママ・プレパパ ※対象者限定 お世話体験会 13:30～ 研修室 プレママ・プレパパ	25 子育て相談 13:00～15:30	26 専門家とテーマトーク はじめての離乳食 14:00～15:00 研修室 栄養相談 15:00～15:40	27 ダイナミックに線路をつなげて 楽しもう プラレールの日 13:00～15:00 研修室 シングルさんのおしゃべりサロン 16:00～17:30
28	29	30 申込不要 直接ひろばにきてね。 ウナシー子育て講座 子どものイヤイヤ期 13:00～13:50 ひろば	*子サボ *横浜子育てパートナー }裏面 参照	今月の 学生さんが来る日 30(火) 10/1(水)	おたんじょう会 25(木) 11:30～ サポーターさんがお祝いをします♪ 9月生まれのお子さんは、 先に計測を行うので 11:00までにきてね♪	今月の出前あそび 時間はカレンダーをみてね 9(火) YMCA東とかセンター 18(木) にじいろ保育園

イベントの詳細はひろば内チラシまたはととの芽HP
「イベント・講座のチラシ」欄から確認できます



お問合せ・申込先 **045-820-2885** (受付開始9:30～)

日	月	火	水	木	金	土
	1	2 専門家とテーマトーク 保活はじめのいっぽ 9:30～10:10 研修室 保育・教育コンシェルジュ相談 10:20～11:00	3	4 子育て中の「困った・知りたい」 など気軽に相談できます 横浜子育てパートナーの日 13:00～15:30 ひろば	5 子サボの日 10:00～15:00	6
7	8	9	10 11:30～12:15	11	12 14:45	13 一般のひろばの ご利用は12:30まで 赤ちゃんタイム 13:00～ はいはいする前までの親子& プレママ・プレパパ ※対象者限定 お世話体験会 13:30～ 研修室 プレママ・プレパパ
14	15	16 臨時休館日	17 子サボの日 10:00～15:00 「授乳・卒乳などの困りごと、 不安なこと」を相談できます 助産師さんの日 13:30～15:30 ひろば	18 中学生 職業体験	19 ととの芽×明治安田生命 パパとママの健康チェックDAY ①10:00～ ②13:30～ 研修室 詳細は表紙	20 パパうるかむの日 10:30～11:30 研修室
21	22	23 秋分の日	24 11:30～12:15	25 ひろば利用が初めての方 &まだ慣れない方 はじめてとっと 10:00に研修室集合!	26	27 ふたごみつごタイム 13:00～ ふたごみつごのファミリー &プレママ・プレパパ ※対象者限定
28	29	30		*子サボ *横浜子育てパートナー }裏面 参照	おたんじょう会 18(木) 11:45～ 15:00～ 計測カード&足形スタンプを プレゼント。おたのしみタイム にお名前を呼んでお祝いします♪	今月の出前あそび 12(金) 14:45～ YMCAとか乳児保育園

イベントの詳細はひろば内チラシまたはととの芽HP
「イベント・講座のチラシ」欄から確認できます



お問合せ・申込先 **045-410-7010** (受付開始9:30～)

テーマに基づく座談会「おしゃべりタイム」詳細 / 研修室ピックアップ

シングルさんのおしゃべりサロン 9/27(土)16:00～17:30
同じ立場の人同士気軽にしゃべり、
情報交換しましょう。 保育付き
【対象】 小学生までのお子さんがあるご家庭

自助グループ×おしゃべりタイム 転勤族・単身赴任の妻の会

転勤族・単身赴任の妻ならではのモヤモヤをお話しに来ませんか。
同じ境遇の仲間話す事で解決の糸口が見つかりますよ。

【開催日】9/18(木) 10:00～12:00 ととの芽 研修室
【参加対象者】横浜市在住の転勤族・単身赴任の妻
【募集人数】11組 先着順
お子様は乳幼児から小学生まで参加可能
【お申し込み方法】二次元コードから
【お問い合わせ】tentsuma.yokohama17@gmail.com

9月プログラム・講座

ウナシー子育て講座 子どものイヤイヤ期 申込不要
川上保育園の先生が質問にお答えします。 9/30(火) 13:00～13:50

専門家とテーマトーク 申込制

毎月テーマが変わります

歯科衛生士さんにきいちゃおう
「虫歯と歯磨き」 9/5(金) 10:30～11:30 8/29(金)～10組

保育・教育コンシェルジュさんにきいちゃおう
「保活はじめのいっぽ」 9/19(金)9:30～10:10 9/12(金)～10組
対象：来年度、春復職予定の方

管理栄養士さんにきいちゃおう
「はじめての離乳食」 9/26(金)14:00～15:00 9/19(金)～10組

理学療法士さんにきいちゃおう
「向きぐせ予防になる ふれあいあそび」 10/3(金)10:00～11:00 9/26(金)～10組

9月の専門個別相談 申込制

保育・教育 9/19(金) 10:20/10:40 満席受付終了
就学前のお子さんの預け先・情報など

子育て相談 9/25(木) 13:00/13:40 8/28(木)～4組
(倉知相談員) 子どもの生活・発達など

栄養相談 9/26(金) 15:00/15:20 9/19(金)～2組
(駒木管理栄養士) 離乳食・栄養など

テーマに基づく座談会「おしゃべりタイム」詳細 / 研修室

パパうるかむの日 9/20(土) 10:30～11:30 申込不要
パパ同士集まって、お話ししたり、情報交換したり、
パパ友作りをしませんか。出入りは自由です。
ママにほんの少しだけフリータイムをプレゼント! どうぞお気軽にご参加ください!

はじめてとっと 9/25(木) 10:00～研修室集合 申込不要
研修室でおしゃべりしたあとに、
みんなで一緒にひろばへ行きますよ!
【対象】ととの芽の利用が初めての方&まだ慣れない方

9月も水あそびができます!



タオルとおきがえを持ってきてね!

ウッドデッキでたらいに水をいれて水あそびができます♪
オムツのお子さんは水あそび用オムツの着用をお願いします

※「熱中症警戒アラート」発令時は、
外遊び・水遊びはお休みしています

専門家とテーマトーク 申込制

保育・教育コンシェルジュさんにきいちゃおう
「保活はじめのいっぽ」 9/2(火)9:30～10:10 受付中
対象：来年度、春復職予定の方

9・10月の専門個別相談 申込制

保育・教育 コンシェルジュ相談	子育て相談 (倉知相談員)	栄養相談 (大橋管理栄養士)
就学前のお子さんの預け先・情報など	子どもの生活・発達など	離乳食・栄養など
9/2(火) 10:20/10:40	10/16(木) 13:00/13:40 14:20/15:00	10/3(金) 13:10/13:30 13:50/14:10
受付中 2組	9/26(金)～4組	9/13(土)～4組

サテライトひろばから

サテライトで開催した幼稚園・保育園の『先輩ママにきいちゃおう』の
まとめをひろばに掲載しています。園活・保活の参考にどうぞ!

