

# わたしたちはこんな活動をしています！

## 1 なかまちkids

📍 上野毛4-29-18 森の児童館遊戯室

🕒 毎週月曜(月3回) 10:45~11:45

💰 毎月1500円

📧 oyakotaisou.nakamachi.kids@gmail.com  
☎ 070-3946-9799(社協 上野毛地区事務局)

お子さんと保護者が一緒になって音楽に合わせて親子体操やストレッチを行っています。



## 2 おちゃかい 中町

📍 中町4-15-6 中町区民集会所

🕒 毎月1・3火曜 10:00~11:00

💰 毎回800円

☎ 070-3946-9799(社協 上野毛地区事務局)

忙しいママのためのリラックスヨガ心と体を優しくメンテナンスしていきます。お子さまと一緒にご参加ください。



## 3 子育てサロン ほっこり

📍 中町(代表者宅)  
(お問い合わせのあった方へ直接お伝えします)

🕒 毎月2・4金曜 10:00~12:00

💰 毎月500円

☎ 03-5707-5296 / 090-2661-1956(代表 増田珠枝)

ふれあい遊び・手遊び・おしゃべりをしながら手作りおやつを食べお茶をしています！



## 4 森の児童館

📍 上野毛4-29-18

🕒 休館日を除く全日9:30~18:00  
※休館日:月曜、第2・4日曜、祝日(月曜日と重なった場合は翌日も休館)、年末年始

☎ 03-3704-4917

赤ちゃんから中高生世代まで利用できる地域の遊び場です。保護者の方も楽しくおしゃべりしましょう。妊娠期の方も大歓迎！



## 5 かみのげおでかけひろば

📍 上野毛1-27-5 2階

🕒 月~金 10:00~15:00  
※祝日・年末年始を除く

☎ 03-6809-7478

英語のリズム遊びや三味線、銭太鼓の体験、演奏会、地域クリニックと連携した身体測定など様々なイベントを行っています。らっこスペースあり。  
「らっこスペース」についてはこちらから→



## 6 自主保育 野毛風の子

📍 玉堤小学校付近の多摩川土手

🕒 毎週月・火・水・金 9:30~14:00

💰 毎月5000円 未就園児毎月1000円

☎ nogekazenoko@gmail.com

親子で「自分らしさ」を大切に、ゆっくりとした子育てを一緒にしてみませんか？ぜひ一度遊びにいらしてください。



## 7 NPO法人プレーパークせたがや

📍 野毛1-25-1 玉川野毛町公園

🕒 毎月第4水曜 10:00~17:00

💰 実費のみ

☎ otoiawase@playpark.jp  
☎ 03-3414-4175(事務局)

子どもたちがのびのびと遊べるように、やってみたいことに挑戦できるように、1日遊び場を開催しています。



## 8 野毛青少年交流センター

📍 野毛2-15-19

🕒 月曜・年末年始を除く9:00~21:00  
※月曜日が祝日の場合、および7-8月は開館となります

☎ 03-3702-4587

主に若者を対象とした居場所です。誰かと何かを一緒にしたい、また、ひとりでのんびりしたい時にも、ぜひ来てください！



## 9 楽ちん堂カフェ

📍 野毛2-28-23

🕒 365日毎日開催

☎ 03-3702-8468

1歳から83歳までが訪れる。カフェだけでなく相談者が毎日やって来て、まかないをみんなで囲むごちゃ混ぜの地域の家。



## 10 SOMPO流こども食堂

📍 ① 中町5-35-7 そんぼの家S上野毛  
② 上野毛3-12-17 そんぼの家S上野毛駅前

🕒 ① 毎月第2土曜 12:30~  
② 毎月第4土曜 12:30~

💰 子ども(小~中学生) 無料 / 大人 300円  
\*お子様だけの参加も可能

☎ 03-5752-1606(そんぼの家S上野毛・そんぼの家S上野毛駅前)

入居者の方々と子どもたちとの年齢を超えた交流や地域住民の方々とコミュニケーションの場として安心してご利用いただけます。



## 11 みくりキッズくりにつく

📍 上野毛2-22-14

🕒 月~金 9:00~13:00 / 15:00~18:30  
土日 9:00~12:00 / 14:00~17:00

☎ 03-3701-1010

週7日診療(土曜・日曜診療)  
急な病気や症状への対応、  
予防接種、乳幼児健診



## 12 訪問看護リハビリステーション七つの海

📍 上野毛2-22-17-401

🕒 月~金 9:00~18:00  
※祝日・年末年始を除く

☎ 03-6805-9140

お子様とご家族を全力でサポートします！



## 13 start ship

📍 個別セッション(対面、チャット、電話)、お茶会、イベント

🕒 要相談

☎ 上記QRコードからご連絡ください  
代表 くりみつ(くりちゃん)

対象は赤ちゃんからお年寄りまで。どうしたらいいかわからない、あなたの悩みのつなげる先を一緒に見つけるセッションです。



## 14 地域子育て支援コーディネーター

📍 瀬田2-25-10 おでかけひろばまーぶる2階

🕒 月~金 10:00~15:00  
※不定期休みあり

☎ 070-3356-3939

妊娠中・乳幼児のいる家庭の子育て相談。子育てに関する何を何でも気軽にご相談ください。



## 15 上野毛あんしんすこやかセンター

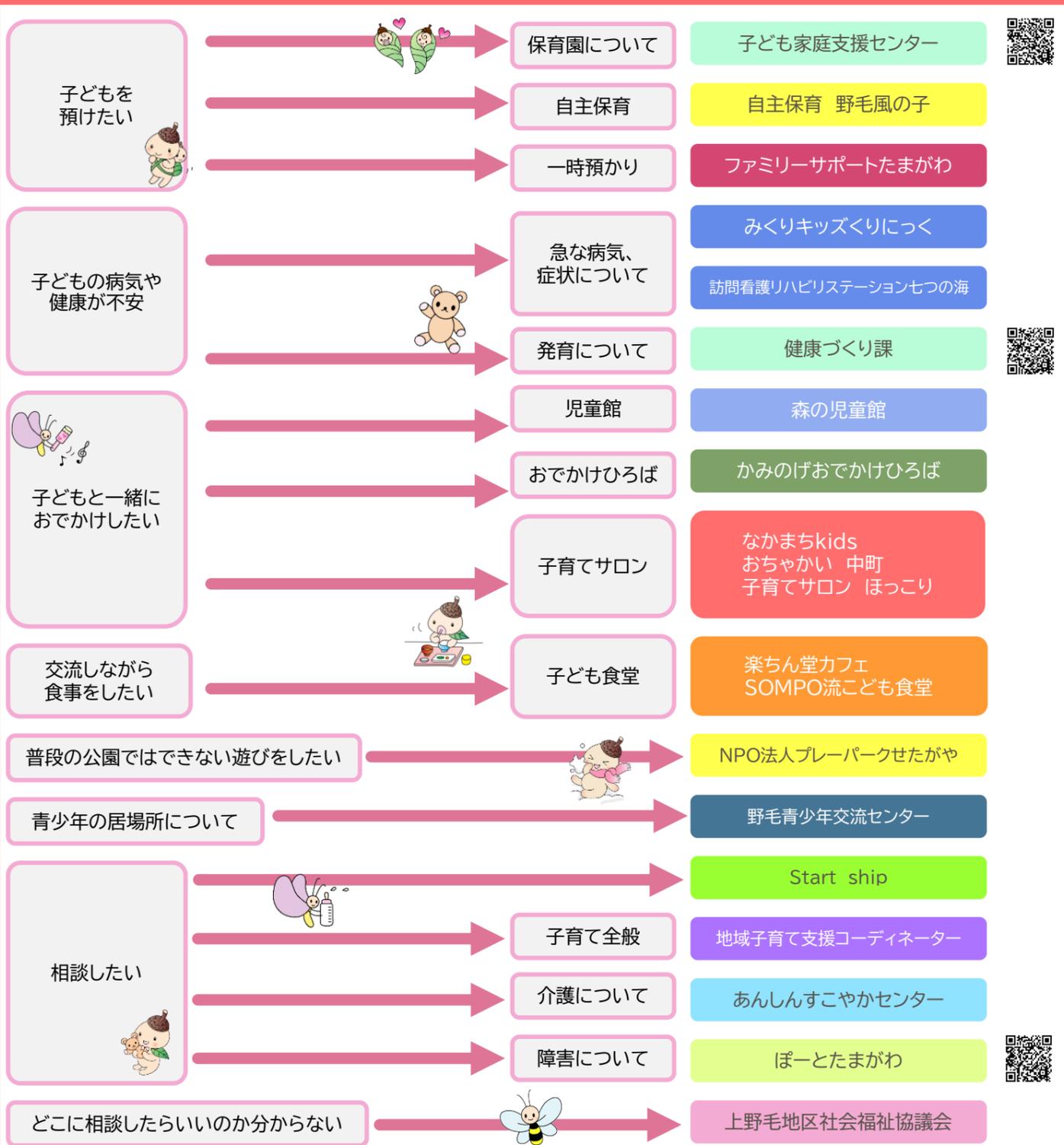
📍 中町2-33-11

🕒 月~土 8:30~17:00  
※日、祝、12/29~1/3はお休み

☎ 03-3703-8956

高齢者に関するさまざまなご相談に加え、障害のある方や子育て中の方などの身近なご相談もお受けしています。





**16 ファミリーサポートたまがわ**

📍 等々力3-4-1 玉川総合支所2階 玉川地域社会福祉協議会事務所

🕒 平日 8:30~17:00

子育ての手助けをしてほしい方(利用会員)と手助けができる方(援助会員)が「困った時はお互いさま」という考えに基づき、身近な地域の子育ての相互援助を行っています。

☎ 03-3702-7777

**17 上野毛地区社会福祉協議会**  
(社会福祉協議会 上野毛地区事務局)

📍 中町2-33-11

🕒 平日 8:30~17:00

地区内の関係機関・団体等が連携を図れるよう地域住民のご協力を得ながら顔の見える関係づくり、子育てサロンの推進、講座の開催等を行っています

✉ kaminoge@setagayashakyo.or.jp  
☎ 070-3946-9799

# 上野毛地区 おでかけマップ



- 子育て団体の種類について、主に下のように色であらわしています。
- 子育てサロン：お茶とおしゃべりを基本とし、体操などを活動内容に入れています。
  - 児童館：赤ちゃんから中高生まで自由に利用できる地域の遊び場です。
  - おでかけひろば：親子で気楽に過ごせるひろばです。
  - 子ども食堂：交流などを目的に食事を通じた活動を行っています。
  - 医療：地域に根差したクリニック・訪問看護です。
  - その他：外遊びのできる親子の集いの場です。
  - 子育て支援コーディネーター：子育てに関する相談はお任せください。
  - ファミリーサポート：身近な地域の子育てのお手伝いをしています。
  - 上野毛地区社会福祉協議会：地区内の関係機関・団体への連携を図っています。