

## ●子育て講座●

育児が楽になる講座を随時開催しています。  
ぜひご参加ください！

### 「親子の絆づくりプログラム～赤ちゃんが来た！」 (愛称：BPプログラム)

初めてのお子さんを育児しているママ同士でおしゃべりします。

対象：2～5か月の赤ちゃん（第一子）とお母さん  
回数：1回（2時間×4日）、年に4回開催

### 「大人と子どもの絆を深める CARE（ケア）プログラム」

子どもと良い関係を築くための方法を学び合います。

対象：2歳～就学前のお子さんの保護者

回数：1回（2時間×2日）、年に1～2回開催

### 「いっぽ！」

中間反抗期（年長から小学校3年生くらいまで）と向き合うための方法を学びます。

対象：年長児～小学校3年生までのお子さんの保護者  
回数：1回（2時間×1日）、年に1回開催

### 「アンガーマネジメント」

どんなに子育てのために、自分の感情と向き合い、子育てに活かすことを学びます。

対象：中学校3年生までのお子さんの保護者

回数：1回（2時間×2日）、年に1～2回開催

### 「MYTREE子育てプログラム」

子育てについて不安や苦しさを感じている親や、子育てについてもっと深く学びたい人への支援プログラムです。

対象：18歳までのお子さんの保護者

回数：1回（2時間×7～8日）、年に1回開催

※日時については、市HPにてご確認ください  
どうか、直接子ども家庭相談室にお問い合わせください。

※いずれも受講費用はかかりません。

※託児の対応もあります。（先着順、6か月以上の未就学児）



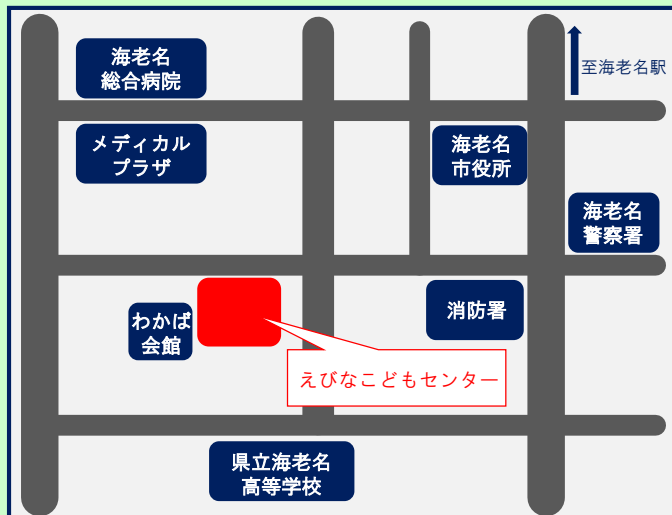
## ●アクセス●

●厚木駅より 徒歩15分

●海老名駅より 徒歩20分

バス5分

(コミバス大谷・杉久保ルート「えびなこどもセンター」下車)



## ●住所●

〒243-0422 海老名市中新田377番地  
えびなこどもセンター3階

## ●連絡先●

☎046-235-4825

(こども家庭相談室直通)

受付時間：9:00～12:00、13:00～17:00

## ●海老名市ホームページ●

<https://www.city.ebina.kanagawa.jp/>

令和8年6月作成

# 海老名市 子育て相談課

## こども家庭相談室

えびなこどもセンター3階

守りたい！  
育て元気な  
えびなっ子



子育てが不安、子育てにつかれてしまった、イライラして子どもにあたってしまう…など子育ての悩みについて一人で悩まず、子ども相談員にお話をしてみませんか？

## こんなことで悩んでいませんか？

### なんで私だけ…？

子どもと一緒にいることがつらいと感じていませんか？  
自分の時間がなく、つらいと思いませんか？  
パートナーが協力してくれないと感じていませんか？



### 子育てどうしよう…

子どもが思うように言うことを聞いてくれない。  
一日中家の中で、ストレスがたまる。  
完璧な子育てをしようと頑張ってしまう。  
子どもの発達が遅れているのでは？と悩んでしまう。  
身近に相談できる人がいない。 など



### 一人でがんばらない、一人でかかえこまない、一人で悩まない

初めての子育てはドキドキの連続に、つらくて涙が出てしまうこともあるでしょう。二人目、三人目だって同じ、ヘトヘトになって悩んでしまうこともあるでしょう。みんな同じように悩んだり、迷ったりしているのです。そんなときは、一人で悩まず安心して『**こども家庭相談室**』にお電話ください。

あなたの秘密は固く守ります。



## 「こども家庭相談室」って？

18歳未満のお子さんに関するご相談を受けています。  
お子さん・ご家族・地域の方など、どなたからの相談でも可能です。



## どうやって相談するの？

電話と来所どちらでも相談できます。  
来所の際は、電話でご予約ください。

相談日：月～金曜日（土日・祝日・年末年始を除く）

午前：9:00～12:00

午後：13:00～17:00

### こども家庭相談室直通

**☎046-235-4825**



- ・保健師、看護師、臨床心理士等、専門の相談員が相談をお受けします。
- ・匿名可。個人の秘密は守られます。
- ・必要に応じて、専門機関の情報を提供します。

## ●他の相談機関●

### 市こども育成課

乳幼児の健康診査・  
予防接種、妊娠中から  
産後の支援 など

☎046-235-7885

平日

8:30～17:15

### 市子育て支援センター

（未就学児対象）

子育て中の疑問、親子の集いの場の提供、  
育児に役立つ情報の提供 など

☎046-233-6161

月～土曜日

8:30～16:30

### 児童相談所 全国共通ダイヤル

虐待してしまいそう  
だと思ったら…

☎189

24時間受付

### 厚木児童相談所

18歳未満の子ども全般  
についての相談

☎046-240-6430

平日

8:30～17:15

### かながわ子ども家庭 110番相談LINE

子育ての不安、親子  
関係や家族の悩みなど、  
子どもに関わる相談



LINEアプリのホーム画面の  
検索でID「@kana\_kodomo110」  
で検索して追加していただく  
か、上のQRコードを読み取っ  
て追加すると、相談できます。

月～土曜日

9:00～21:00

### 神奈川県テレホン相談 子ども・家庭110番

子育ての不安、しつけ、  
家庭内暴力など、子どもに  
関わる相談

☎0466-84-7000

毎日

9:00～20:00

