



プログラム紹介



発達プログラム

<年齢に合わせた遊び> 子どもの成長や発達に合わせたプログラムです。親子のふれあいを大切に、にこりんくで体験したことを、おうちでもやってみてくださいね♪

赤ちゃんとおそぼう

開催日：第1水曜日
時間：10:30~11:10
対象：首が座ってから~1才児未満と保護者
予約：2週間前の金曜日 12:00 からオンライン予約
持ち物：飲み物・タオル
★赤ちゃんとその保護者の方が、ふれあい遊びや布遊びなどお家でも取り入れやすい遊びで楽しい時間を過ごします。

1才児親子でおそぼう

開催日：奇数月に1回
時間：10:30~11:20
対象：1才児と保護者
予約：2週間前の金曜日 12:00 からオンライン予約
★子育てで支援者さんと一緒に遊びましょう。

集まれ！にこりんキッズ

開催日：第4水曜日
時間：10:30~11:20
対象：2才児~未就学児
予約：プログラム内容によりオンラインまたは電話予約
★音あそび・運動あそび・ブラレール・五感あそび等
毎月違った遊びをします。簡単なルールのある遊びにふれましょう。

ベビーマッサージ

開催日：第2水曜日
時間：10:30~11:30
対象：2か月~ハイハイ前まで
(※48時間前までに予防接種のないこと)
予約：2週間前の金曜日 12:00 からオンライン予約
参加費：200円
持ち物：45Lビニール袋・大人用のバスタオル・授乳用ケープ・ミルク(マッサージ後、授乳をします。)
★お子さんとじっくりスキンシップをとりましょう。

のびしろクラブ ~集団が苦手な子のひろば~

開催日：毎月1回
時間：10:30~11:20
対象：集団が苦手な子・発達ゆっくりな子と保護者(1才半頃~未就学児)
予約：2週間前の金曜日 12:00 からオンライン予約
★作業療法士さんと一緒にゆったり遊びましょう！

交流プログラム

<親同士の交流> 年齢別や同じ立場の人たちとの交流です。同年代ならではの相談や情報交換ができますよ。

0ちゃんベビー集まれ！

開催日：毎月1回
時間：10:30~11:20
対象：0才児と保護者
予約：不要
★親同士の交流や簡単なふれあい遊びを親子で楽しみましょう。

1才ちゃん集合

開催日：第2火曜日
時間：10:30~11:20
対象：1才児と保護者
予約：不要
★ふれあい遊びや体操でからだを動かして遊んだ後、親同士の交流を楽しみましょう

ふたご・みつごの会

開催日：年に3回(土曜日)
時間：10:30~11:30
対象：ふたご・みつごの親子
ふたご・みつご妊娠中の方
予約：2週間前の金曜日からオンライン予約
★ふたご・みつご同士交流をします。あるある話で盛り上がりましょう。

パパいんくの日

開催日：奇数月第4土曜日
時間：10:00~12:00
対象：0才児~未就学児と保護者
予約：不要
★いつも頑張っているママに一人の時間を作ってあげよう。パパとお子さんで自由に過ごせます。

異年齢交流プログラム



パパママ一緒にふれあい遊び

開催日：第4土曜日
時間：11:20~11:50
対象：0才~未就学児と保護者
予約：不要
★パパママ異年齢の子と一緒にふれあい遊びを楽しみましょう。

リフレッシュプログラム

<親子で一緒にできる> いつも子育てを頑張っているパパママのリフレッシュのプログラム！子どもだけでなく自分のこともいたわってくださいね。

おやこヨガ

開催日：第4火曜日(月によっては水曜日)
時間：10:30~11:15
対象：首が座ってから~未就学児と保護者
予約：2週間前の金曜日からオンライン予約
参加費：100円
★親子で一緒に参加できるヨガです。リラックスしながら身体を鍛えましょう。

みんなでストレッチ

開催日：第3土曜日
時間：14:00~
対象：子育て中のパパママ
予約：不要 ※個別相談は当日予約制
★日々の生活でできるストレッチを教わってリフレッシュしましょう。

相談

にこりんくではひろばのスタッフや横浜子育てパートナーがいつでも相談をお受けしています。
その他に専門職の相談日もあります。

助産師相談

開催日：週 1 回
時 間：①10:10~10:30
②10:40~11:00
③11:10~11:30
予 約：2 週間前の金曜日 12:00 から
オンライン予約

★授乳のこと、赤ちゃんやママの健康のこと
などの相談に応じます。

心理士さんとお話しよう

開催日：月 1 回
時 間：10:30~11:30
予 約：不要

★お子さんの発達のこと、子育てのこと
などの相談に応じます。

作業療法士さんとお話しよう

開催日：月 1 回
時 間：10:30~11:30
対 象：身体の使い方が気になる
保護者
予 約：不要

★ハイハイをしない、立ち上がらない、
歩かない、スプーンやお箸を使えない
などの相談に応じます。

キャリアカウンセリング

開催日：第 2 金曜日
時 間：①12:30~13:20 ②13:50~14:40
予 約：各回 1 組 (2 週間前の金曜日 12:00 から
オンライン予約)

★仕事と子育ての両立や仕事復帰への不安ライフプラン
などを相談できます。お子さん同伴でもどうぞ

保育・教育コンシェルジュ

開催日：第 3 水曜日
(8 月・11 月 12 月・2 月を除く)
時 間：①13:30~13:50
②13:55~14:15
③14:20~14:40
予 約：各回 1 組 (2 週間前の金曜日
12:00 からオンライン予約)

★栄区の保育園など、子どもの預け先相談ができます。

その他

お誕生会

開催日：毎月 1 回
時 間：11:30~11:50
予 約：不要

★お誕生月のお友達をみんなでお祝い
します。お祝いのパネルシアターや
ふれあい遊びがあります。

公園であそぼ！！

開催日：毎月 1 回
時 間：10:30~11:20
対 象：歩きはじめ~未就学児と保護者
予 約：不要
持ち物：飲み物・帽子

★公園で元気いっぱい遊ぼう！
スタッフもいるので、初めて公園で遊ぶ
親子さんも気軽に遊びに来てください。

Welcome ! フレママ・フレパパ Day

開催日：第 3 土曜日
時 間：10:10~11:30
対 象：栄区在住で初めて出産を
迎える夫婦
予 約：2 週間前の金曜日 12:00 から
オンライン予約

持ち物：靴下の着用をお願いいたします。

★出産前にパパママから話を聞いたり、
子どもたちの様子を見ながら出産後の
イメージ作りをしませんか？

海外から来た親子向けプログラム



Let's play together!(いっしょにあそぼう!)

Date : Irregular

Time : 10:30~11:30 ★ be sure to come on time!!

Target audience : new born~preschooler and their parents

Reservation : E-mail [nijinicolink@gmail.com]

Belongings : nothing special

★Welcome to gather at Nicolink. foreign families.

Let's play some easy Japanese finger plays, and may be make
handcrafts. Also, share anything about childcare. There will be English
speaking staff available.

地域のボランティア

ちくちくボランティア

開催日：毎月 1 回
時 間：10:30~12:00
対 象：裁縫好きの地域の方
予 約：にこりんくまで
(045-898-1615)
要申し込み

★布製のおもちゃや季節の飾りなどを
作ります。針を使いますので、お子様
連れはご遠慮ください。

にんじんクラブ ~読み聞かせ~

開催日：偶数月 第 4 木曜日
時 間：14:00~14:25
対 象：0 才~未就学児と保護者
予 約：不要

★地域のボランティアさんによる、
絵本の読み聞かせです。
季節にあった絵本や手遊びで赤ちゃん
から楽しめます。

利用者発信プログラム

やってみいたい企画があったら
スタッフに相談してください。

(年齢別の集まり・出身地別の
集まり・ミニコンサート等)