

子育て支援施設

区の子育て支援施設

区内には子どもと一緒に出かけたい遊び場や公園がいっぱい。

頼れる子育て支援施設も充実しています。

区内には、子ども総合センター、子ども家庭支援センターの児童コーナーや児童館など、子どもたちが安心して利用することができる施設があります。

乳幼児～中高生まで幅広く利用でき、それぞれの年代の子どもたちが楽しく遊べるおもちゃなどがあるほか、乳幼児専用スペースのある児童館や児童コーナーもあります。それぞれの施設では、独自の乳幼児サークルや育児相談、子育て講座やイベント等、親子で参加できるプログラムを開催しており、楽しみながら育児に関する情報交換や友達づくりの輪を広げることができます。

子ども総合センター・子ども家庭支援センター・児童館の幼児サークル等（▶▶ P86）

■ 子ども総合センター・子ども家庭支援センター・児童館一覧

名称	所在地	TEL	備考	MAP
子ども総合センター	新宿 7-3-29	3232-0695	乳幼児専用スペースあり	E-3
信濃町子ども家庭支援センター	信濃町 20	3357-6851	乳幼児専用スペースあり	G-5
榎町子ども家庭支援センター	榎町 36	3269-7304	乳幼児専用スペースあり	G-2
中落合子ども家庭支援センター	中落合 2-7-24	3952-7751	乳幼児専用スペースあり	C-2
北新宿子ども家庭支援センター	北新宿 3-20-2	3365-1121	乳幼児専用スペースあり	C-4
本塩町児童館	四谷本塩町 4-9	3350-1456	乳幼児専用スペースあり	G-4
北山伏児童館	北山伏町 2-17	5228-5661		G-2
中町児童館	中町 25	3267-3321		G-2
東五軒町児童館	東五軒町 5-24	3269-6895		H-1
薬王寺児童館	市谷薬王寺町 20-40	3353-6625	乳幼児専用スペースあり	G-3
早稲田南町児童館	早稲田南町 50	5287-4321		F-2
富久町児童館	富久町 22-21	3357-7638	乳幼児専用スペースあり	F-4
百人町児童館	百人町 2-18-21	3368-8156	乳幼児専用スペースあり	D-3
高田馬場第一児童館	高田馬場 3-18-21	3368-8167	乳幼児専用スペースあり	C-2
高田馬場第二児童館	高田馬場 1-4-17	3200-5038		E-2
上落合児童館	上落合 2-28-8	3360-1413		B-3
中井児童館	中井 1-8-12	3361-0075		B-2
西落合児童館	西落合 1-31-24	3954-1042		B-2
北新宿第一児童館	北新宿 2-3-7	3369-5856		C-4
西新宿児童館	西新宿 4-35-28	3377-9352	乳幼児専用スペースあり	D-6



▲ 西新宿児童館



▲ 北新宿第一児童館



▲ 上落合児童館

児童館・児童コーナー

利用方法は？

初回来館の際、利用申請書に必要事項（名前、住所など）を記入し、利用証（児童館カード）をつくります。

どうやって情報を得るの？

各児童館・児童コーナーのホームページ、毎月の「児童館・児童コーナーだより」（「児童館・児童コーナーだより」は各児童館・児童コーナーに置いてあります）、児童館・児童コーナーのポスターなどで、プログラムの内容・日時をお知らせしています。

● 利用時間

月～金 9:00～18:00

土・日・祝日 9:00～18:00

※薬王寺・高田馬場第二・西落合児童館

月～金 9:30～18:00

土・日・祝日 9:00～17:00

※長期休業期間中の月～金（全館）

9:00～18:00

● 休館日：年末年始

● 対象：18歳未満の児童と保護者

※子ども総合センター・子ども家庭支援センターの児童コーナー（▶▶ P64）



▲ 本塩町児童館



▲ 中井児童館



▲ 富町児童館



▲ 西落合児童館



▲ 高田馬場第一児童館



▲ 早稲田南町児童館



▲ 東五軒町児童館

子ども総合センター・子ども家庭支援センター

新宿区内には子ども総合センターと4か所の子ども家庭支援センターがあります。乳幼児と保護者の方が一日中利用できます。

■ 子ども総合センター・子ども家庭支援センターの利用時間

センター名	所在地・TEL	利用時間
子ども総合センター	新宿 7-3-29 (MAP E-3) 3232-0695 相談専用 3232-0675	● 相談 月～土 8:30～19:00 日・祝日 8:30～17:00 (電話相談のみ) ● 親と子のひろば 月～金 9:30～18:00 (学校休業日は 9:00 から) 土・日・祝日 9:00～18:00 ● 児童コーナー 月～金 9:30～18:00 (学校休業日は 9:00 から) (中学生以上は 19:00 まで) 土・日・祝日 9:00～18:00
信濃町子ども家庭支援センター	信濃町 20 (MAP G-5) 3357-6851 相談専用 3357-6855	● 相談 月～金 8:30～17:00 土・日・祝日 休業 ※土曜日の来所相談・電話相談、日曜日・祝日の電話相談は子ども総合センターで受け付けています。 ● 親と子のひろば・児童コーナー 月～金 9:30～18:00 (学校休業日は 9:00 から) (中学生以上は 19:00 まで) 土・日・祝日 9:30～18:00
榎町子ども家庭支援センター	榎町 36 (MAP G-2) 3269-7304 相談専用 3269-7345	
中落合子ども家庭支援センター	中落合 2-7-24 (MAP C-2) 3952-7751 相談専用 3952-7752	
北新宿子ども家庭支援センター	北新宿 3-20-2 (MAP C-4) 3365-1121 相談専用 3362-4152	

※どのセンターも、年末年始は休館です。

コ ラ ム

新宿ここ・から広場

子育て支援の拠点となる子ども総合センターをはじめ、地域での就労を総合的に支援するしごと棟や、高齢者福祉施設があります。赤ちゃんからお年寄りまで、幅広く交流できる大規模複合施設です。

- 所在地：新宿 7-3-29
- アクセス：都営大江戸線若松河田駅より徒歩 10 分
都営大江戸線・東京メトロ副都心線東新宿駅より徒歩 7 分
都バス (宿 74) (橋 63) (飯 62) 新宿ここ・から広場前停留所より徒歩 1 分



▲ 子ども総合センターの「親と子のひろば」



▲ 農業体験の場もあります

認定こども園（未就園児親子の交流の場合）

新宿区にお住まいの子育て中の親子の交流の場、遊び場です。「であう」「つながる」「ひろがる」をキーワードに認定こども園職員による子育て相談や、園主催の参加型行事の実施、乳幼児に関する講座などを開催しています（遊びや行事の内容は、それぞれの園により異なります）。

ご利用に際しては、住所を確認できるもの（乳幼児医療証等）を持って来園し、登録をしてください。

園名・所在地・TEL	実施日・利用時間
あいじつ子ども園 北町 17 (MAP G-2) 3267-3950	火 10:15～11:15（祝日・年末年始を除く） ※詳しくはホームページをご確認ください。
大木戸子ども園 四谷 4-17 (MAP F-4) 3358-1431	水 10:00～11:30（祝日・年末年始を除く）
おちごなかい子ども園 上落合 3-1-6 (MAP B-2) 3227-2048	火 10:00～11:30（祝日・年末年始を除く）
柏木子ども園 北新宿 2-3-7 (MAP C-4) 3369-1062	水 10:30～11:30（祝日・年末年始を除く）
北新宿子ども園 北新宿 3-20-2 (MAP C-4) 3365-0225	木 10:00～11:15（祝日・年末年始を除く）
しなのまち子ども園 信濃町 20 (MAP G-5) 3357-5136	水・金 10:00～11:30（祝日・年末年始を除く）
戸山第一子ども園 戸山 2-26-101 (MAP E-3) 3202-7820	火・木 10:00～11:00（祝日・年末年始を除く）
西落合子ども園 西落合 1-31-24 (MAP B-2) 3954-1064	水 9:45～10:45（祝日・年末年始を除く）
西新宿子ども園 西新宿 4-35-5 (MAP D-6) 3377-9351	金 10:00～11:00（祝日・年末年始を除く）
四谷子ども園 四谷 2-6 (MAP G-4) 5369-3170	月～土 9:00～15:00（祝日・年末年始を除く）
大久保わかさ子ども園 大久保 1-4-1 (MAP E-3) 6265-9990	第3水曜日 10:00～11:15 （祝日・年末年始を除く）
しんえい子ども園 もくもく 高田馬場 4-36-12 (MAP C-3) 5332-5544	※詳しくは園にお問い合わせください。
ChaCha Children Higashitoyama 戸山 2-34-101 (MAP E-3) 5155-4321	●イベント 月4回～5回（不定期） ●園庭・室内開放 月～金 9:30～12:00（不定休あり） ※詳しくは園にお問い合わせください。
富久ソラのこども園 ちいさなうちゅう本園 富久町 14-1 (MAP F-4) 6380-0414	※詳しくは園にお問い合わせいただくか、ホームページにてご確認ください。
富久ソラのこども園 ちいさなうちゅう分園 新宿 5-3-13 (MAP F-4) 6380-6437	※詳しくは園にお問い合わせいただくか、ホームページにてご確認ください。
新宿せいが子ども園 下落合 2-10-20 (MAP D-1) 3954-4190	不定期開催 ※詳しくは園にお問い合わせいただくか、ホームページにてご確認ください。 ※電話予約が必要です（無料）。
しんじゅくいるまこども園 戸山 1-21-1 (MAP F-3) 6302-1221	不定期開催（無料） 年8回の開催を予定 10:00～11:00 ※詳しくは園にお問い合わせください。
認定こども園新宿ベアーズ 西新宿 5-25-11 エイジーエス西新宿ビル 1・3F (MAP C-6) 6276-5431	月・火・水 9:00～10:30 ※詳しくは園にお問い合わせください。

※月により開催日時の変更もありますので、園にお問い合わせください。

西戸山幼稚園つどいのへや・どんぐり

地域の子育て支援の場として、子育て親子が気軽に集える場、交流のお手伝いや育児相談などを行っています。

また、歌や絵本の読み聞かせの会、季節の製作、講師によるリトミックや英語なども行っています。

ご利用に際しては初めに登録が必要です。住所を確認できるものをお持ちください。



施設情報

百人町 4-7-1 西戸山幼稚園内 (MAP C-3)
【TEL】 3362-0423

- 利用時間：
火～金 10:30～12:30、13:30～16:00
昼食タイム 12:30～13:20
※土・日・月・祝日・年末年始・園が定める日は除く
- 対象：就学前の乳幼児と保護者
※ご利用の際は事前にお問い合わせください。

つどいのへやの
様子の動画を公
開しています。



区立幼稚園・区立認可保育園の園庭開放

区立認可保育園では、園庭を開放しています。また区立幼稚園では園庭または園舎を使用して、未就園児等が遊べる時間を設定しています。ご利用の際には、事前に各園にお問い合わせください。

認可保育園一覧 (▶▶ P45) 幼稚園一覧 (▶▶ P53)

■ 令和8年度園庭開放実施園 (幼稚園)

津久戸幼稚園 (MAP H-2)	花園幼稚園 (MAP F-4)
市谷幼稚園 (MAP G-3)	大久保幼稚園 (MAP E-3)
早稲田幼稚園 (MAP F-2)	戸塚第二幼稚園 (MAP D-2)
鶴巻幼稚園 (MAP F-2)	落合第三幼稚園 (MAP B-2)
牛込仲之幼稚園 (MAP F-3)	淀橋第四幼稚園 (MAP C-3)
余丁町幼稚園 (MAP F-3)	西戸山幼稚園 (MAP C-3)
四谷第六幼稚園 (MAP F-5)	

■ 令和8年度園庭開放実施園 (保育園)

大久保第一保育園 (MAP D-2)
高田馬場第二保育園 (MAP E-2)
長延保育園 (MAP H-3)
戸山第二保育園 (MAP E-3)
中落合第二保育園 (MAP C-2)
西早稲田保育園 (MAP F-2)
東五軒町保育園 (MAP H-1)
百人町保育園 (MAP D-3)
早稲田南町保育園 (MAP F-2)

地域子育て支援センター原町みゆき

原町みゆき保育園の1階、園舎内東南の一角にあります。すべり台などの遊具がある園庭が目前にあり屋外でも遊ぶことができます。毎月、身体測定や年齢別のひろばを開催しているほか、離乳食講座や子育て講座の親子コンサートなど、楽しいイベントも行っています。遊びを見守りながら保育士や看護師、栄養士などに子育てに関する相談ができるのも魅力です。ただし、飲食はできません。

※お子さんの授乳や水分補給は随時していただけます。



施設情報

原町 2-43 原町みゆき保育園 1F (MAP F-3)
【TEL】 3356-2663

- 利用時間：
原町みゆきひろば (親子のつどいのひろば)
(室内) 月～金 10:00～11:00、
13:00～15:00
(園庭) 月～金 11:00～13:00、
15:00～16:00
※雨天の場合は室内の利用時間帯のみ
- ひろば利用対象：0歳～3歳
- 休館日：土・日・祝日・年末年始
- アクセス：都営大江戸線牛込柳町駅より徒歩2分



ゆったりーの

「ゆったりーの ゆうゆうひろば」は、北山伏保育園の跡地を活用し、区民と区との協働事業としてはじまりました。地域の子育て当事者が主体となり、利用者全員がアイデアと資金を出し合う「会員制」で運営されています。広いスペースで、のんびりゆったり遊ぶことができます。また、デリバリーを頼んだり、自分たちで調理することも可能です。カフェスペースがあり、ママ・パパたちの交流の場となっています。また、定期的にベビーマッサージやねぞうアート、絵本の読みきかせ、おもちゃ病院などが開催されているほか、ひろばでの預かり・預け合いなども行われています。毎月1回助産師さん等に相談できるひろばも開催されています。

施設情報

北山伏町 2-17 北山伏児童館 1F (MAP G-2)
【TEL】 5228-4377

● 利用時間：

月・水・金・土 10:00～16:00

火・第4日曜日 12:30～16:00

※火曜日は0歳児限定

※火曜日の12:30までは、相談・講座などを開催

- 休館日：木・日・祝日・年末年始
- 会費：入会金500円、活動会員は半年1,000円、運営会員は年間2,000円、一日会員は1人100円
- ひろば利用対象：妊婦 / 0歳～未就学児とその保護者
- アクセス：都営大江戸線牛込柳町駅・牛込神楽坂駅より徒歩10分 / 東京メトロ東西線神楽坂駅より徒歩10分



落合三世代交流サロン

「落合三世代交流サロン」は、多世代間の交流を目的とした「地域のお茶の間」のような施設です。

授乳コーナーはもちろん、小さな子どもが楽しく遊べるスペースや、持参したお弁当を食べることができるスペース、子ども服などを低価格で販売するリサイクルコーナーもあります。

体操や輪投げなどで身体を動かしたり子育て相談ができる日など、さまざまな企画が用意されています。また、クリスマス会などの季節イベントも開催しています。

施設情報

西落合 1-31-24 西落合児童館 2F (MAP B-2)
【TEL】 3954-2740

- 利用時間：月～土 10:00～16:00
- 休館日：日・年末年始
- アクセス：都営大江戸線落合南長崎駅より徒歩10分 / 西武新宿線中井駅より徒歩15分



地域子育て支援センター二葉

妊娠期～就学前の子どもを対象に地域の子育て家庭に向けたさまざまな活動を行っています。

「ふたばひろば」は0歳～3歳を中心とした乳幼児親子が自由に遊んだりゆっくり過ごしたりすることができる親子の居場所です。

ひろばでは毎月同じ学年の子どもとそのご家族が交流できるサークル活動を行っています。パパと一緒にタイム・妊婦の方向けプログラムも実施中です。情報交換をしたり、ふれあい遊びをして楽しんでいます。その他にもさまざまなプログラムを実施しています。

ひろばには専門職（臨床心理士、栄養士、理学療法士、助産師）が在館している日もあります。

また＜幼稚園学習会＞＜保育園学習会＞等、先輩ママからの情報提供も行っています。

ほかにも以下の事業を行っています。

- 「一時保育」（▶▶ P42）：6か月の子どもからお預かりします。
- 「ホームスタート」（▶▶ P16）：先輩ママ・パパが家庭を訪問して子育てを応援します。
- 「子どもショートステイ事業」（▶▶ P42）：宿泊を伴うお預かりです。



子育て相談は随時お受けしています。子育てに関する悩みや心配な事、一緒に考えていきましょう。

プログラムの日程、対象月齢等詳細はホームページをご覧ください。直接お問い合わせください。



施設情報

南元町 4 二葉乳児院 2F
(MAP G-5)

【TEL】 5363-2170

- 利用時間：ふたばひろば
日～木 10:00～16:00
- 対象：妊婦、0歳児～未就学児親子
- 休館日：金・土・祝日・年末年始
- アクセス：JR 信濃町駅より徒歩 8 分 / JR・東京メトロ四ツ谷駅より徒歩 13 分



地域子育て支援センター
二葉ホームページ

地域子育て支援センター二葉

検索

コラム

利用者支援事業

子育て家庭が、幼稚園・保育園などの教育・保育施設や、一時保育・子どもショートステイなどの多様な子育てサービスを円滑に利用できるよう、身近な場所で情報提供を行っています。また、必要に応じて相談・助言などを行うとともに、関係機関との連絡調整を実施し、子育て家庭を支援する事業です。

利用者支援専門の職員を配置し、相談などを受け付けています。子ども・子育てに関することであれば、何でも気軽にご相談ください。

事業実施場所

- 子ども総合センター「親と子のひろば」(新宿 7-3-29)
- 信濃町子ども家庭支援センター「親子ルーム」(信濃町 20)
- 榎町子ども家庭支援センター「えのきひろば」(榎町 36)
- 中落合子ども家庭支援センター「親と子のひろば」(中落合 2-7-24)
- 北新宿子ども家庭支援センター「親と子のひろば」(北新宿 3-20-2)
- 地域子育て支援センター二葉「ふたばひろば」(南元町 4)
- 子育て支援施設ゆつたりの「ゆうゆうひろば」(北山伏町 2-17)

プレイルームなど

新宿スポーツセンター



※アイコンの解説(▶▶P71)をご覧ください。

施設情報

1階に未就学児専用の幼児体育室があり、ベンチに腰掛けながら、子どもたちの遊ぶ様子を見ることができます。

また、幼児が利用できるプールもあります。おむつの取れている子どもから利用可能です。

室内での飲食はできません。また、利用できない区分や時間帯がありますので、ご利用の際はあらかじめセンターにお問い合わせください。



▲新宿スポーツセンター幼児体育室

大久保 3-5-1 (MAP D-3)

【TEL】 3232-0171 【FAX】 3232-0173

● 利用時間：9:00～22:00

● 休館日：第4月曜日（休日の場合その翌日）・年末年始

このほか、臨時休館をする場合があります。

● 料金：幼児体育室 1 区分 100 円（同伴の保護者は無料）、プール 大人 400 円 / 中学生以下 100 円

※新宿区在住の身体障害者手帳、愛の手帳（療育手帳）、精神障害者保健福祉手帳を所持されている方で、利用時に手帳原本またはミライロIDと手帳に記載の住所を提示していただける方は、料金が無料になります。新宿区外に在住で上記手帳を提示していただける方は、プールの料金が 1/2 に減額になります。

● アクセス：JR・西武新宿線・東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩 10 分 / 東京メトロ副都心線西早稲田駅より徒歩 5 分

新宿コズミックススポーツセンター



※アイコンの解説(▶▶P71)をご覧ください。

地下 1 階に幼児体育室があり、プールには幼児プール（水深 60cm）があります。

幼児体育室は、未就学児と保護者および付き添いの小学生と一緒に絵描きボードやボールプール等の遊具で遊べます（飲食はできません）。また、週 1 回程度東京おもちゃ美術館と連携した木育おもちゃとあそびのひろばを実施します。

幼児プールは、おむつが取れた幼児と保護者が一緒に遊べます（浮き輪類はアームヘルパーのみご利用できます）。

ご利用の際はあらかじめ新宿コズミックススポーツセンターにお問い合わせください。

施設情報

大久保 3-1-2 (MAP E-3)

【TEL】 3232-7701 【FAX】 3209-1833

● 利用時間：9:00～22:00

● 休館日：第2月曜日（休日の場合その翌平日）・年末年始

このほか、臨時休館をする場合があります。



◀新宿コズミック
スポーツセンター

● 料金：幼児体育室 100 円（同伴の保護者は無料）、プール 大人 400 円 / 中学生以下 100 円

※新宿区在住の身体障害者手帳、愛の手帳（療育手帳）、精神障害者保健福祉手帳を所持されている方で、利用時に手帳原本またはミライロIDと手帳に記載の住所を提示していただける方は、料金が無料になります。新宿区外に在住で上記手帳を提示していただける方は、プールの料金が 1/2 に減額になります。

● アクセス：東京メトロ副都心線西早稲田駅 3 番出口より徒歩 3 分 / JR・西武新宿線・東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩 15 分

大久保スポーツプラザ



※アイコンの解説(▶▶P71)をご覧ください。

施設情報

大久保 3-7-42(MAP D-3)

【TEL/FAX】 5285-1477

● 利用時間：9:00～22:00

● 休館日：第3月曜日(休日の場合その翌平日)・年末年始

このほか、臨時休館をする場合があります。

● 料金：個人利用無料、貸切利用有料

● アクセス：JR・西武新宿線・東京メトロ東西線
高田馬場駅より徒歩10分 /
JR 新大久保駅より徒歩8分

大久保スポーツプラザ
児童遊戯室▶



3階にある児童遊戯室は、小学生以下の子どもと保護者が一緒に遊べる小さなプレイルームです。お絵描きボードやソフトブロック等の遊具やDVD鑑賞で遊べます(飲食はできません)。また、週1回程度東京おもちゃ美術館と連携した木育おもちゃとあそびのひろばを実施します。

利用できない日や時間帯がありますので、ご利用の際はあらかじめプラザにお問い合わせください。



大久保
スポーツプラザ▶

地域センター

区内には地域の方々のコミュニティ活動の場として、10か所の地域センターがあり、そのすべてに子どもが遊べる場所があります。基本的には、センター利用者が同伴する未就学児のみ利用することができ、プレイルーム内に保護者がいることが使用条件です(プレイルーム内での飲食はできません)。

おもちゃの種類や設備は、各地域センターによっていろいろです。利用方法などについては、各地域センターにお問い合わせください。

■ 地域センタープレイルーム

名称	所在地	問い合わせ	利用時間	ルーム名等	MAP
四谷地域センター	内藤町 87	【TEL】 3351-3314 【FAX】 3351-3324	9:00～19:00	プレイルーム	F-5
牛込筆筈地域センター	筆筈町 15	【TEL】 3260-3677 【FAX】 3260-3324	9:00～21:45	ペンギン	G-2
榎町地域センター	早稲田町 85	【TEL】 3202-8585 【FAX】 3202-2478	9:00～21:45	児童遊戯コーナー (多目的ホール利用者のみ)	F-2
若松地域センター	若松町 12-6	【TEL】 3209-6030 【FAX】 3209-6031	9:00～21:45	プレイルーム	F-3
大久保地域センター	大久保 2-12-7	【TEL】 3209-3961 【FAX】 3209-3962	9:00～17:00	児童遊戯室 ※多目的ホール利用者は21:45まで利用可	E-3
戸塚地域センター	高田馬場 2-18-1	【TEL】 3209-8001 【FAX】 3209-8331	9:00～21:45	子どもルーム	D-2
落合第一地域センター	下落合 4-6-7	【TEL】 3954-1611 【FAX】 3951-5734	9:00～21:45	キッズルーム	C-2
落合第二地域センター	中落合 4-17-13	【TEL】 3951-9941 【FAX】 3951-9310	9:00～21:45	キッズコーナー	B-2
柏木地域センター	北新宿 2-3-7	【TEL】 3363-7036 【FAX】 3363-3733	9:00～21:45	児童遊戯室 (センター利用者のみ)	C-4
角筈地域センター	西新宿 4-33-7	【TEL】 3377-1373 【FAX】 3377-1375	9:00～21:45	児童遊戯室 (レクリエーションホール利用者のみ)	D-6

※各地域センターのトイレや授乳室等の情報については、主な区有施設「子ども連れ便利情報」の特別出張所(▶▶P88～P89)をご覧ください。

公園・庭園

アイコンの解説



水遊びができる



トイレ



多目的トイレ



おむつ替え設備



幼児用便座



ベビーチェア



授乳スペース



兼用の授乳スペース※

※「兼用の授乳スペース」／会議室等を使用していないときに授乳スペースとして利用できます。

戸山公園（都立）



山手線内で一番標高の高い箱根山。戸山公園は、この箱根山を中心とした箱根山地区と明治通りを隔てた広場・大久保地区の2か所に分かれています。多目的運動場やアスレチックなどがあります。また、池や人工的につくられた川の流れがあり、カエルやトンボなど都会では貴重な生き物が見られる場所です。

その他、戸山公園のじゃぶじゃぶ池は箱根山地区にあります。小学生未満でおむつのとれている子どもが利用でき、夏には連日にぎわいます。

戸山1・2・3 / 大久保3 (MAP D-2・3、E-2・3)
【TEL】3200-1702（戸山公園サービスセンター）

● アクセス：

大久保地区（MAP D-2・3）

JR 新大久保駅・高田馬場駅、東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩 10 分 / 東京メトロ副都心線西早稲田駅より徒歩 6 分

箱根山地区（MAP E-2・3）

JR 新大久保駅・高田馬場駅、東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩 25 分 / 早稲田駅より徒歩 10 分 / 東京メトロ副都心線西早稲田駅より徒歩 8 分 / 都営地下鉄大江戸線若松河田駅より徒歩 15 分



©（公財）東京都公園協会

新宿中央公園（区立）



西新宿の高層ビル街にある区立公園最大の面積を誇る公園です。子どもだけでなく、働く人たちや乳幼児連れのご家族にとっても、憩いの場として親しまれています。

「ちびっこ広場」には、成長に合わせて遊べる大型複合遊具やすべり台に加え、小さな子どもが安心して遊べる乳幼児専用の遊び場があります。また、障害がある子どもない子どもも遊べるインクルーシブ遊具も備わっており、誰もが楽しく過ごすことができるようになっています。

「ちびっこ休憩室」には、授乳室やおむつ替えスペース、着替えコーナーを備えているほか、調乳設備が整っています。赤ちゃん連れでも安心して利用できる施設です。

令和8年2月にオープンした「花のもり」では、花や紅葉など植物の多彩な魅力を誰もが楽しめる空間になっています。またリニューアルした円形広場ではウッドチップの上でくつろぎながら、思い思いに過ごすことができます。

ぜひご家族の皆さままでご利用ください。

西新宿 2-11 (MAP D-5・6)

【TEL】 3342-4509（新宿中央公園管理事務所）

- アクセス：都営大江戸線都庁前駅より徒歩1分 / 東京メトロ丸ノ内線西新宿駅より徒歩5分 / JR・小田急・京王線新宿駅より徒歩10分



明治公園（都立）



令和5年に新しく開園した公園です。天然芝が広がる「希望の広場」や、多様性をテーマにした遊具のある「インクルーシブ広場」、水景やステップベンチのある「みち広場」などのエリアがあります。季節ごとにイベントやワークショップが開催されており、充実した時間を過ごすことができます。

園内の各所にはカフェやレストラン、サウナなどのリラクゼーション施設があります。

他にも、ベビーケアルームやトイレも完備されており、小さい子どもと一緒にでも安心して利用することができます。

また、100年後にも残していく杜として落葉樹と常緑樹が植樹された「誇りの杜」があり、都会の中に広がる木々に癒されます。

霞ヶ丘町内ほか（MAP F-6・G-6）

【TEL】03-6434-7800（公園管理所）

● 開園時間：常時開園

※明治公園は無料開放公園ですが、各店舗によって営業時間は異なります。

※公園管理所（8:30～17:30）

● アクセス：都営大江戸線国立競技場駅より徒歩9分 / 東京メトロ銀座線外苑前駅より徒歩9分 / JR総武線千駄ヶ谷駅より徒歩10分 / JR総武線信濃町駅から徒歩13分





おとめ山公園（区立）



江戸時代には将軍家の狩猟地とされていた歴史ある公園です。自然の地形を活かし、園内には山やせせらぎ、池があります。おたまじゃくしやカルガモ、カメ、コイといった生き物に出会うことができます。

下落合 2-10 (MAP D-1)

- 開園時間：7:00～19:00
(10月～3月は17:00まで)
- アクセス：JR・西武新宿線・東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩7分 / 西武新宿線下落合駅より徒歩10分 / JR白目駅より徒歩10分



せせらぎの里公園



下水道局落合水再生センターの上にある公園です。小さい子ども向けのすべり台や砂場などがあります。



上落合 1-1 (MAP C-2)

【TEL】3366-6964

- 開園時間：9:00～18:00
(11月～3月は17:00まで)
- 休園日：月（祝日の場合その翌平日）、年末年始※7・8月の月曜日は13:00～18:00開園
- アクセス：西武新宿線下落合駅より徒歩1分



甘泉園公園（区立）



広い園内にはブランコや砂場、幼児向けの遊具などがあり、遊具の充実した公園です。公園内には、回遊式の日本庭園があります。その昔、庭園には湧水があり、お茶をいれるのに適していたことから、「甘泉園」という名前がつけられたということです。石畳の小道や、季節ごとに变化する自然があり、親子で散策すれば日本庭園の静かな趣と、四季折々の風情を感じることができます。

西早稲田 3-5
(MAP E-2)

- 開園時間（日本庭園）：7:00～19:00
(11月～2月は17:00まで)
- アクセス：東京メトロ東西線早稲田駅より徒歩7分 / JR・西武新宿線・東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩13分 / 都電荒川線面影橋駅より徒歩1分

地域の区立公園

落合公園



中野区との区境にある比較的大きな公園です。アスレチックやロッククライミング、すべり台など面白い遊具がそろっています。広い広場があり、バスケットゴールのあるスペースもあります。線路に面しており、ときどき電車が見えるのも魅力のひとつです。池につながる小川もあります。



施設情報

中井 1-14 (MAP B-3)

- アクセス：西武新宿線・都営大江戸線中井駅より徒歩 10 分

鶴巻南公園



早稲田通りと早大通りの間にある公園で、地元のお祭りなどに利用される大きな広場があります。コンビネーション遊具やブランコ、鉄棒のほか、砂場などがあります。



施設情報

早稲田町 78 (MAP F-2)

- アクセス：東京メトロ東西線早稲田駅より徒歩 3 分

百人町ふれあい公園



広い原っぱのまわりをせせらぎが囲み、夏は水遊びもできます。園内には幼児向けの遊具や小さなすべり台、砂場などの遊具とバスケットゴールのあるスペースもあります。



施設情報

百人町 3-28 (MAP D-3)

- アクセス：JR 大久保駅より徒歩 6 分 / JR 新大久保駅より徒歩 10 分

みなみもと町公園



信濃町駅近くにある大きな公園です。遊具や水の流れ、ビオトープがあるほか、公園内が傾斜になっている、小さな子どもはちょっとした冒険気分を楽しめます。公園内にはグラウンドがあり、体操やジョギングなどができるようになっています。



施設情報

南元町 20 (MAP G-5)

- アクセス：JR・東京メトロ丸ノ内線・南北線四ツ谷駅より徒歩 5 分 / JR 信濃町駅より徒歩 10 分

富久さくら公園



広々とした芝生広場があり、せせらぎと池もあります。コンビネーション遊具や砂場が人気です。公園の北側には、公園の名前の由来となったサクラの老木(ソメイヨシノ・推定樹齢 70 年)があります。



施設情報

富久町 21 (MAP F-4)

- アクセス：東京メトロ丸ノ内線 新宿御苑前駅より徒歩 9 分 / 都営新宿線曙橋駅より徒歩 14 分

夏はやっぱり 水遊びでしょ!!

戸山公園（都立）

戸山公園のじゃぶじゃぶ池は箱根山地区にあります。小学生未満でおむつのとれている子どもが利用でき、夏には連日にぎわいます。

戸山1・2・3 / 大久保3(MAP D-2・3、E-2・3)

【TEL】3200-1702（戸山公園サービスセンター）

- 期間：7月1日～9月30日
- 開園時間：10:30～15:30
- アクセス：

大久保地区 (MAP D-2・3)

JR新大久保駅・高田馬場駅、東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩10分/東京メトロ副都心線西早稲田駅より徒歩6分

箱根山地区 (MAP E-2・3)

JR新大久保駅・高田馬場駅、東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩25分/早稲田駅より徒歩10分/東京メトロ副都心線西早稲田駅より徒歩8分/都営地下鉄大江戸線若松河田駅より徒歩15分



新宿中央公園（区立）

夏の間、大きなジャブジャブ池がオープンします。赤ちゃんや小さな子どもたちでにぎわいます。

西新宿2-11 (MAP D-5・6)

【TEL】3342-4509（新宿中央公園管理事務所）

- 期間：7月上旬～8月末（雨天中止）
- 開園時間：11:00～16:00
- アクセス：都営大江戸線都庁前駅より徒歩1分/東京メトロ丸ノ内線西新宿駅より徒歩5分/JR・小田急・京王線新宿駅より徒歩10分



ほかにもたくさん！ 水やせせらぎのある 区立公園

神田上水 公園

神田川に沿って流れる水
に親しむことができます。

4月下旬～10月下旬

10:00～17:00

北新宿4-37 (MAP C-3)

JR大久保駅、JR新大久保駅より徒歩10分/JR

東中野駅より徒歩7分



若葉公園

周囲から湧き出た水が
水路に集まり一年を通して
楽しむことができます。

常時

若葉町3-4 (MAP G-5)

JR信濃町駅より徒歩11分



上落合 西公園

日陰のあるきれいな
せせらぎがあります。

4月下旬～10月下旬

10:00～16:00

上落合3-11 (MAP B-3)

東京メトロ東西線落合駅より徒歩5分/

西武新宿線・都営大江戸線中井駅よ

り徒歩5分



百人町 ふれあい公園

芝生の広場のまわりを小川が囲
んでいます。川底は苔でやすべ
りやすいので注意。

4月下旬～10月下旬 10:00～14:00

百人町3-28 (MAP D-3)

JR大久保駅より徒歩6分/JR新大久保駅より

徒歩10分



みなみもと町 公園

霧が発生する石柱があり夏
の暑さを忘れさせてくれます。

4月下旬～10月下旬

10:00～11:30 および 13:00～

15:00の間30分おきに各5分間

南元町20 (MAP G-5)

JR・東京メトロ丸ノ内線・南北線

四ツ谷駅より徒歩5分/JR信濃町

駅より徒歩10分



戸山東公園

底に小石が敷かれた小川が
公園の端を流れていて、小さい
滝もあります。

4月下旬～10月下旬 9:00～16:00

戸山1-19 (MAP F-2)

東京メトロ東西線早稲田駅より徒歩10分/都

営大江戸線若松河田駅より徒歩10分



児童館・子育て支援施設での水遊び

多くの児童館では、夏(主に8月)の間、屋上や中庭に大き
めのプールを出して水遊びを行っています。また、子ども家庭
支援センターでも、夏の間、水遊びを行っています。地域子
育て支援センター二葉や地域子育て支援センター原町みゆ
き、ゆったりーのでも、ボランティアや職員が付添い、水遊び
を開催しています。

赤ちゃんから楽しく水遊びができます。開催日は事前に各施
設までお問い合わせください。

子育て支援施設 (▶▶P62)

児童館 (▶▶P63)

子ども家庭支援
センター (▶▶P64)

富久町児童館
での水遊び▶



7章
お出かけ・
リフレッシュ

プレイパーク

プレイパークとは、子どもたちが「自分の責任で自由に遊ぶ」をモットーにした冒険遊び場で、各地域の住民によって運営されています。

汚れても、少し危なくても子どもたち自身がやりたいことに挑戦する。子どもにとってそれは大きな経験となります。

自由な遊びを通して、ありのままの自分を出せる場所を地域のさまざまな人たちと交流

しながら、一緒につくっていきいたい…そんな思いで活動が行われています。

区内では現在、大久保、四谷、角筈、落合、笹塚町の5地域で行われています。小学生の子どもたちが中心と思われがちですが、未就学児もたっぷり遊べます。都会の自然の中で季節を感じて、とことん遊びこむ、ゆったり遊ぶ、自分スタイルでぜひ遊んでください。

プレイパーク活動とは

地域住民が中心となって運営を行い、屋外で子どもが『自分の責任で自由に遊べる』環境を工夫し子どもを見守る活動です。

プレイパーク活動が目指すもの

『五感を使う野外活動での遊びが可能な場』『自分の責任で自由に遊ぶことが可能な場』『地域ぐるみでの子育ての場』『地域の中でいろいろな年代の人たちがふれあう場』『自由な遊びを通してありのままの自分を出せる場』

新宿・戸山プレイパークの会 【TEL】 090-1846-8004

都立戸山公園 大久保地区のびのび広場 大久保 3-5 (MAP D-2・3)

火・木～土 10:30～17:00

水 13:00～17:00

4月～6月、9月～12月、3月……………火～土

1月、2月、7月、8月……………火・水・金・土

※季節や天候、戸山公園の工事等により、開催場所や時間が変わることがあります。詳しくはホームページをご確認ください。

新宿・戸山プレイパークには幅広い年齢の子どもたちが遊びにやってきます。運営しているのは、公園周辺に住む有志を中心にした「新宿・戸山プレイパークの会」です。

プレイリーダーがテーブルやイス、火の場所や工具、ロープ、幼児用おもちゃなどを用意して待っています。暑い時期は水遊びをしたり、寒い時期は焼き芋をしたり、その時々、遊べることをみんなで楽しんでいます。その他、季節のイベントなどの企画もあります。こども図書館(中央図書館)から歩いてスグ。お散歩ついでにぜひ一度お寄りください。詳しくは「新宿・戸山プレイパーク」で検索してください。



四谷冒険あそびの会 【TEL】 090-7241-9359

区立みなみもと町公園 南元町 20 (MAP G-5) 不定期開催(年5回程度)

区立若葉公園 若葉 3-4 (MAP G-5) 不定期開催(年1回程度)

「子どもを思いっきり外で遊ばせたい!!」という思いのお母さんたちではじめました。キャッチフレーズは、“とことんあそぼう”。プレイリーダー、地域の人たちにも加わってもらい、金曜日に開催しています。木登り、水遊び、穴掘り、木工と普段の公園では体験できない、わくわくすることがいっぱい。とことん遊びきった子どもたちの顔は、本当に輝いています。詳しくは新宿プレイパーク協議会のホームページをご確認ください。





プレイパークでは
いろいろな遊びが
体験できるよ！

西新宿冒険あそび・わんぱーく 【TEL】 090-7949-2379

区立新宿中央公園 西新宿 2-11 (MAP D-5・6) 不定期開催

高層ビルに囲まれながらも自然いっぱいの新宿中央公園で、日常のエッセンスとなる時間を過ごしています。ときには、乳幼児の夢中で遊ぶ姿に刺激を受けて小学生の遊びが広がることも。仕事を持った人が中心で運営しているため、まだまだ不定期開催ですが、炭火をおこしたり、おもいっきり泥んこ遊びや水遊びを楽しんだり…と思いの時間を過ごした子どもたちが満足そうに帰っていく姿が印象的です。炭火を囲みマシュマロやウィンナーを焼くおやつづくりも定番です。

おちあいプレイパーク 【TEL】 090-6579-7979

区立西落合公園 西落合 2-19 (MAP A-2)

原則として隔週水曜日 10:00 ~ 16:00 ※月1回 日曜日も開催

落合地域で、外遊びをどんどん楽しっていてほしい…という思いをこめ、西落合公園で活動しています。乳幼児（未就園児）の参加も増えています。詳細はブログをご確認ください。



新宿プレイパーク協議会 【TEL】 090-7241-9359

区立白銀公園 白銀町 3 (MAP G-2) 不定期開催

白銀公園では、不定期開催のプレイパークを行っています。詳しくは、新宿プレイパーク協議会のホームページをご確認ください。



図書館

図書館は、絵本や紙芝居をはじめ、子育てに役立つ図書や幼児教育・保育の専門書、DVD、CDなどを豊富にそろえ、貸出しています。また、季節に応じたおはなし会やイベントなども行っています。親子で図書館に来てみませんか。

おはなし会

季節に合わせた絵本や紙芝居などの読み聞かせや、手遊びなどを行っています。

各館で開催している曜日や時間などは、ホームページをご覧ください。



このほんしってる？

年齢に応じた本を紹介しています。

親子でお気に入りの本を探してみませんか？

詳しくはホームページをご覧ください。



絵本でふれあう子育て支援

保健センターで実施している乳幼児健診の際に絵本を配付しています。

- * 0歳児：保健センターで2冊配付し、絵本の読み聞かせを実施しています。
- * 3歳児：保健センターから引換券をお送りし、図書館で1冊選べます。

イベント

人形劇や工作会、映画会などのイベントを開催しています。

また、保護者向けの講演会なども行っています。



開催の詳しい情報は、ホームページのイベントページでご案内します。▶



プレママ・プレパパ・保護者への読み聞かせ講座の実施（年1回）

妊娠期のご家庭や幼い子どものいる保護者向けに、専門講師が読み聞かせのコツをお伝えします。

開催の詳しい情報は、ホームページのイベントページでご案内します。



▲講座の様子

区立図書館一覧

■ 区立図書館一覧

名称	所在地	TEL	利用時間	MAP
中央図書館	大久保 3-1-1	3364-1421	火～土 日・祝休 9:00～21:45 9:00～18:00	E-3
こども図書館	大久保 3-1-1	3364-1421	火～日 (祝休含) 9:00～18:00	E-3
四谷図書館	内藤町 87	3341-0095	月・水～土 日・祝休 9:00～21:45 9:00～18:00	F-5
鶴巻図書館	早稲田鶴巻町 521	3208-2431	月・水～金 土・日・祝休 9:00～19:00 9:00～18:00 児童室 9:00～18:00	F-2
西落合図書館	西落合 4-13-17	3954-4373	火～金 土・日・祝休 9:00～19:00 9:00～18:00	A-1
戸山図書館	戸山 2-11-101	3207-1191	火～金 土・日・祝休 9:00～19:00 9:00～18:00 児童室 9:00～18:00	E-3
北新宿図書館	北新宿 3-20-2	3365-4755	月・水～金 土・日・祝休 9:00～19:00 9:00～18:00	C-4
中町図書館	中町 25	3267-3121	火～金 土・日・祝休 9:00～19:00 9:00～18:00	G-2
角筈図書館	西新宿 4-33-7	5371-0010	火～土 日・祝休 9:00～21:45 9:00～18:00	D-6
大久保図書館	大久保 2-12-7	3209-3812	月・水～土 日・祝休 9:00～21:45 9:00～18:00	E-3
下落合図書館	下落合 1-9-8	3368-6100	月・水～土 日・祝休 9:00～21:45 9:00～18:00	C-2

※「利用時間」に記載されていない日が原則休館日となります。その他休館日については新宿区立図書館ホームページ（▶▶ P80）をご覧ください。直接お問い合わせください。

子ども総合センター・児童館の読み聞かせの会

絵本、紙芝居等の読み聞かせの会を行います（日時・内容については、各実施予定施設まで）。

子ども総合センター・児童館一覧（▶▶ P62）

実施予定施設

- * 子ども総合センター（親と子のひろば）
- * 北山伏児童館
- * 上落合児童館
- * 西新宿児童館

博物館・ミュージアム

消防博物館



江戸の火消にはじまる消防の歴史や、消防車・消防ヘリコプターの展示、防火・防災対策の紹介など、消防に関する博物館です。実際に体験したり、実物を見たりしながら、さまざまな角度から学ぶことができます。

施設情報

四谷 3-10 (MAP G-4)

【TEL】 3353-9119

- 開館時間：9:30～17:00 (最終入館 16:30)
- 休館日：月 (祝日の場合は直後の平日)・年末年始・館内整備日
- 入館料：無料
- アクセス：東京メトロ丸ノ内線四谷三丁目駅 2 番出口直結 / JR 信濃町駅・四ツ谷駅より徒歩 12 分 / 都営新宿線曙橋駅より徒歩 7 分



東京おもちゃ美術館



戦前に建てられた旧校舎を活用したミュージアム。世代を問わず楽しめるおもちゃを、手に取り遊ぶことができるのが特徴です。おもちゃ選びの参考になる「グッド・トイてんじしつ」や、心いやされる国産木製玩具が並ぶ「おもちゃのもり」「赤ちゃん木育ひろば」、家族で楽しめる「ゲームのへや」のほか、紙コップや紙皿など家庭にある身近な素材を使った「おもちゃこうぼう」も毎日開催しています。赤ちゃんから大人までが楽しむことができるにぎやかなミュージアムです。

施設情報

四谷 4-20 四谷ひろば内 (MAP F-4)

【TEL】 5367-9601

(認定 NPO 法人 芸術と遊び創造協会)

- 開館時間：10:00～16:00 (最終入館 15:30)
- 休館日：木 (その他に長期休館日など有) 詳細は公式サイトを確認。
- 入館料：【事前予約】 大人 (中学生以上) 1,100 円、子ども (6 か月～小学生) 800 円、【窓口料金】 大人 (中学生以上) 1,300 円、子ども (6 か月～小学生) 1,000 円、いずれも 6 か月未満、特別招待券、障害者手帳 (本人のみ) 無料
- 事前予約制：右の二次元コードよりご確認ください。
- ※ 「赤ちゃん木育ひろば」利用のみ時間制限あり
- アクセス：東京メトロ丸の内線四谷三丁目駅より徒歩 5 分 / 都営新宿線曙橋駅より徒歩 7 分



事前予約
申し込み先



新宿歴史博物館



施設情報

四谷三栄町 12-16 (MAP G-4)

【TEL】 3359-2131 【FAX】 3359-5036

- 開館時間：9:30～17:30 (最終入館 17:00)
- 休館日：第2・第4月曜日 (祝休日の場合その翌平日)・年末年始・燻蒸作業日等
- 常設展観覧料：一般 300 円、小・中学生 100 円 (土・日・祝日および、区立小中学校の長期休業期間中は小中学生の観覧無料)
- アクセス：東京メトロ丸ノ内線四谷三丁目駅 4 番出口・都営新宿線曙橋駅 A-4 出口より徒歩 8 分 / JR・東京メトロ南北線四ツ谷駅より徒歩 10 分



昔の宿場町も
一望することが
できるよ！

実物大の市電の模型など
見どころが沢山あるよ！

※写真撮影可



新宿コズミックセンタープラネタリウム



プラネタリウム設備更新のため、令和9年6月まで休館予定です。なお日程は変更となる場合があります。利用再開後のプラネタリウム公開日時・内容は、「広報新宿」「新宿区ホームページ」などでお知らせします。

- 問い合わせ
教育センター
【所在地】大久保 3-1-2 (MAP E-3)
【TEL】 3232-2713
【FAX】 3232-2710

エコギャラリー新宿



区民の環境学習や環境教育の拠点としてさまざまな環境活動を体験できる施設です。展示ホール、研修室、情報コーナーなどがあり、子どもを対象とした環境学習のプログラムを行っています。広報新宿やエコギャラリー新宿ホームページでプログラムを確認のうえ、ご参加ください。



施設情報

西新宿 2-11-4 (新宿中央公園内) (MAP D-5)
【TEL】 3348-6277 【FAX】 3344-4434

- 開館時間：1F「区民ギャラリー」
10:00～18:00
2F「環境学習情報センター」
10:00～21:00
- 休館日：第4月曜日（祝日の場合その翌日）・年末年始
- 入館料：無料
- アクセス：都営大江戸線都庁前駅 A 5 番出口より徒歩5分 / 東京メトロ丸ノ内線西新宿駅 2 番出口より徒歩 10 分



旅行・リフレッシュ

日頃の疲れをいやし、明日への活力を養う憩いの場として、新宿区の区民保養施設・区外学習施設をご紹介します。施設の利用方法については、受付窓口へお問い合わせください。

【受付窓口】新宿区保養施設受付（本庁舎 1F）
営業時間（年末年始は営業しません）
月～金 9:00～17:00
土・日・祝日 10:00～18:00 ※電話受付のみ

【受付専用電話】月～金【TEL】5273-3881
土・日・祝日【TEL】5369-3902

【FAX】5285-5362

※FAXは問い合わせ専用となっております。予約は受け付けていません。

【インターネット受付】

右の二次元コードからご利用できます。事前に利用者登録が必要です。



区民健康村「グリーンヒルハヶ岳」

雄大なハヶ岳の山麓、南東に富士、南西に南アルプスを望む景勝地に建つ新宿区立区民健康村（グリーンヒルハヶ岳）。豊かな自然環境の中で、積極的に心身のリフレッシュをしていただく、総合的なスポーツ・リゾート施設です。

施設情報

【所在地】山梨県北杜市長坂町中丸 1622

【TEL】0551-32-7011

【FAX】0551-32-7010

【アクセス】JR長坂駅から送迎バスで10分 / 中央高速バス（新宿高速バスターミナル「バスタ新宿」乗車）長坂高根停留所から送迎バスで15分（送迎バスは事前予約制）



中強羅区民保養所「箱根つつじ荘」

富士箱根伊豆国立公園に位置する箱根つつじ荘は、東に明星ヶ岳を望み、西に早雲山の白煙が見渡せる景勝地にあります。保養とハイキングなどが楽しめます。

施設情報

【所在地】神奈川県足柄下郡箱根町強羅 1320

【TEL】0460-82-1144

【FAX】0460-82-3218

【アクセス】箱根登山ケーブルカー中強羅駅から徒歩7分
チェックイン時のみ、強羅駅より箱根つつじ荘まで指定タクシー無料
（指定タクシー：登山ハイヤー、伊豆箱根交通）



女神湖高原学園「ヴィレッジ女神湖」

信州蓼科の高原に位置し、豊かな自然に恵まれたヴィレッジ女神湖（女神湖高原学園）は、区民の皆さんのリフレッシュや生涯学習活動などにご活用いただくための宿泊施設です。北（学校）棟（6人部屋の和室26室）と南（区民）棟（4人部屋の和室10室）に分かれています。レクリエーションホールや体育館もあり、合宿などにも利用できます。

施設情報

【所在地】長野県北佐久郡立科町大字芦田八ヶ野
字赤沼平 994

【TEL】 0267-55-6100

【FAX】 0267-55-6833

【アクセス】 JR 佐久平駅から送迎車で
45 分（送迎車は事前予約制）



幼児サークル

子ども総合センター・子ども家庭支援センター・児童館では、小さな子どもと保護者の遊び場、出会いの場となる「幼児サークル」を行っています。年齢別のクラスごとに、親子などで一緒に楽しめるプログラムを用意しています。

詳しくは、各児童館等へお問い合わせください。新宿区ホームページでもご案内しています。
子ども総合センター・子ども家庭支援センター・児童館一覧（▶▶ P62）

新宿区立元気館

乳幼児から高齢者までだれでも気軽に参加できるプログラムを実施しています。

詳しくは元気館ホームページをご確認ください。



戸山3-18-1（MAP E-2）

【TEL】 3202-6291

【FAX】 3202-6292

● アクセス：東京メトロ副都心線西早稲田駅
下車 E3 出口 0 分 / JR・西武新宿線・東京メ
トロ東西線高田馬場駅下車徒歩 15 分



新宿コズミックススポーツセンター(いつでもレガスポ!)



いつでも気軽に参加できるプログラムを実施しています。乳幼児の同伴が可能なものや親子で楽しめるものもあります。「いつでもレガスポ!」(月～土 40 講座) のプログラムで、心身ともにリフレッシュしてみませんか。詳細はホームページでご確認ください。

施設情報

【所在地】 大久保 3-1-2 (MAP E-3)

【TEL】 3232-7701



- 料金：1 回 500 円 (5 回分 2,000 円のお得な回数券もあります)
- 託児サービス (木・金午前)
対象：生後 6 か月～未就学児
料金：1 回 400 円
※原則事前予約制。
- アクセス：東京メトロ副都心線西早稲田駅 3 番出口より徒歩 3 分 / JR・西武新宿線・東京メトロ東西線高田馬場駅より徒歩 15 分



コ ラ ム

新宿子育てメッセ

手をつなごう みんなで子育て
ハッピースマイル

新宿区内で活動している子育て支援関係団体等の紹介や発表の場として、新宿子育てメッセ実行委員会と新宿区が「新宿子育てメッセ」を開催しています。子育てに役立つ情報や、親子で楽しめる内容がいっぱいです。子育て中の人はもちろん、これからママやパパになる人や、子育てを応援している人など、どなたでも参加できます。

※令和 8 年度は 6 月に開催しました。

