

子どもとおでかけ



子育てサロン

子育てサロンは、子育て中の親子が気軽に集い、安心して遊べる施設です。無料＆予約なしで、どなたでも利用できます。「外に出てリフレッシュしたいなあ」と思ったら、ぜひ一度、子育てサロンにお越しください！

足立区では、3タイプの子育てサロンを計画的に整備中です。



子どもとおでかけ

タイプ	① 商業施設等内の子育てサロン	② 拠点型子育てサロン	③ 児童館子育てサロン
セールスポイント	気軽に立ち寄れます！	スタッフがいつも、寄り添います！	身近にあるので、気兼ねなく過ごせます。
特徴	<ul style="list-style-type: none"> ★商業施設等内で、利便性も良く、広い範囲から多くの人が利用できます。 ★買い物のついでに立ち寄ってみたり、家族の買い物中に、お子さんと一緒に利用したりできます。 ★駐車場もあるので、日曜日や休日に家族ぐるみで利用できます。 ★子育てサロンが終了した夜の時間帯に、保護者向けの講座も実施します。 	<ul style="list-style-type: none"> ★各地域に拠点的に設置しています。 ★専門スタッフが、話し相手や相談相手、ママ・パパ友づくりの介添えも行っています。 ★0歳～3歳児が対象なので、同じ年齢の子と遊ばせやすいです。 ★ママ・パパのためのリフレッシュ講座や、親子向けのイベントを実施しています。 ★「あかちゃんず」を実施しています。(P44) 	<ul style="list-style-type: none"> ★区内52か所にあります。 ★近所のママ友、パパ友がつくりやすいです。 ★広いスペースで、身体を動かしたり、走ったりできます。 ★児童館なので、大きいきょうだいと一緒に遊べます。 ★季節のイベントなどを実施しています。

※ タイプ別の施設一覧は、付録『子育て施設ガイドマップ(裏面)』に掲載されています。

詳しくはホームページをご覧ください。 [子育てサロン](#) [検索](#)



※ 児童館子育てサロンについては、P45の二次元コードからご覧ください。

① 商業施設等内子育てサロン

買い物のついでに気軽に立ち寄ることができます！

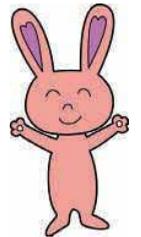


対象	0歳～3歳児までのお子さんと保護者 プレママ・プレパパ
開室時間	10:00～18:00



親子向け講座も実施しています！

子育てサロンが終わった夜の時間に、リフレッシュ講座やプレママ・プレパパ向け講座も実施しています！



たまには、サロンの部屋を飛び出して“ひろば”でイベントを楽しもう！

問合せ 住区推進課 子育てサロン担当 ☎ 3880-5729 FAX 3880-5603

② 拠点型子育てサロン

おしゃべりしながら、
のんびり過ごそう！



ランチタイムも
あります！！



イベントにも
参加できます。

『あかちゃんず』

生後4か月までの赤ちゃんと保護者のための専用タイムです。

同じくらいの年齢のお子さんを囲んで、
楽しい時間を過ごしてみませんか？

毎月第1水曜日と各サロンで設定した日
(9:00~9:45) に実施しています。
(＊ハートアイランド新田は、第1・3土曜日に実施)



対 象	0歳～3歳児までのお子さんと保護者 プレママ・プレパパ
開室時間	10:00～16:00 (西新井は9:00～18:00)

ホッとひと息つきませんか？

保護者のための「ホッとひと息
つきませんかコーナー」を設置し
ています。ほんの少しの時間、お
子さんと離れて
ひとりで時間を
過ごしませんか？



身長・体重が
いつでも測れます。



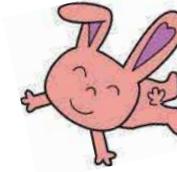
ハーフバースデーフォト撮影

生後6か月のお祝いに記念写真
をプレゼント。

区からの3～4か月児健診案内
に招待券が同封されます。招待券
をお持ちください。



③ 児童館子育てサロン



対 象	0歳から就学前までのお子さんとその保護者
開室時間	学校開校日の平日 10:00～13:00 (専用室がある児童館は、月～土 10:00～18:00)



ひろばで体を動かして
遊ぶことができます！



専用室のある児童館には、
おむつ交換台や授乳スペースがあります



そっと話をきかせてください。
ほっとひと息ついてください。
きっと力になれると思います。
児童館はここに 있습니다。



児童館に関する情報は
足立区ホームページより
ご覧になれます

問合せ 住区推進課 子育てサロン担当 ☎ 3880-5729 FAX 3880-5603

問合せ 住区推進課 住区支援係 ☎ 3880-5868 FAX 3880-5603

学習センターには親子で気軽に楽しめる 企画が盛りだくさん！

親子でふれあひあそび

畳のふれあひスペースなどで、乳幼児とパパママの交流サロンをやっています。簡単な工作などのワークショップや運動あそびも開催しています。

手形アート



サロンの様子



子どもとおどかけ

子どもとおどかけ

運動でコミュニケーション

お子さんと、体操を通してコミュニケーションを図りませんか？
お子さんと触れ合う機会を作りたいパパが参加しやすい講座もあります。

パパと体操



親子トランポリン



学びのスタートに

英語や工作など、親子で気軽に参加できる学習講座があります。
学びのスタートにいかがですか？

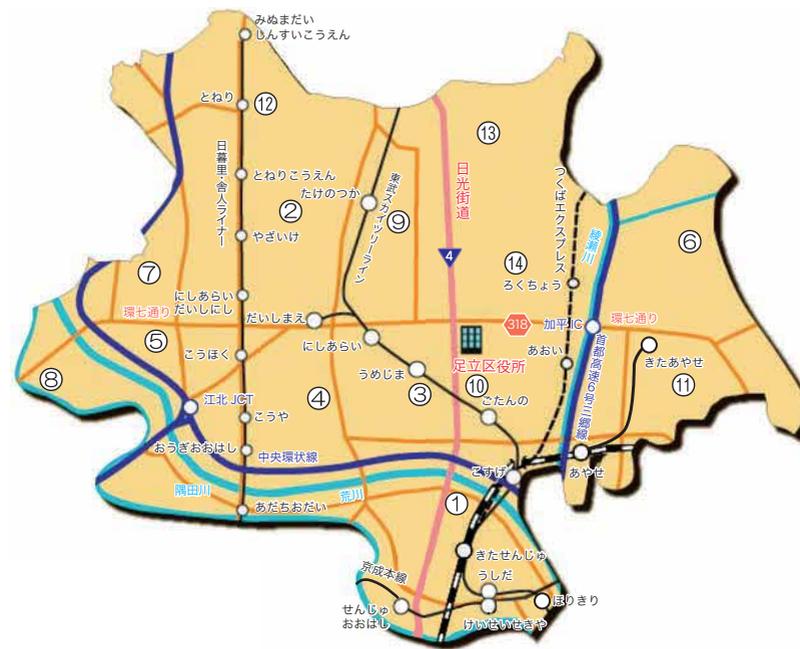
英語レッスン



工作講座



親子で夢中になれる！ 身近な学習センターに出かけてみませんか？



区内14の学習センターでは、様々な親子向け講座やイベントを実施しています。
施設内に図書館（③梅田以外）や授乳できるスペースもあり、親子で安心して来館できる施設です。
「近所で子どもと学んだり、リフレッシュしたいなあ」と思ったら、ぜひ学習センターへお越しください。

①	生涯学習センター	☎5813-3730	⑧	新田地域学習センター	☎3912-3931
②	伊興地域学習センター	☎3857-6537	⑨	竹の塚地域学習センター	☎3850-3107
③	梅田地域学習センター	☎3880-5322	⑩	中央本町地域学習センター	☎3852-1431
④	興本地域学習センター	☎3889-0370	⑪	東和地域学習センター	☎3628-6201
⑤	江北地域学習センター	☎3890-4522	⑫	舎人地域学習センター	☎3857-0008
⑥	佐野地域学習センター	☎3628-3273	⑬	花畑地域学習センター	☎3850-2618
⑦	鹿浜地域学習センター	☎3857-6551	⑭	保塚地域学習センター	☎3858-1502

問合せ

各学習センター
生涯学習支援課
☎3880-5467 FAX3880-5603



詳しくはホームページをご覧ください。

足立区講座予約システム

検索

生涯学習センター
マスコットキャラクター
ナマガくん C.S.KAEDF



ふれあいサロン

ふれあいサロンとは、子育て中の保護者や子育てに関心のある地域のみなさんが主体となって交流の場を設け、楽しく子育てができるよう情報交換や仲間づくりを行う活動です。

社会福祉協議会では、誰もが気軽に自由に参加できるこの活動を支援しています。参加を希望される方は、お問い合わせください。



問合せ 基幹地域包括支援センター ☎ 6807-2127 FAX 5681-3374

ひろばの名称	活動地域	開催日	時間
赤ちゃん育て窓口	梅島3丁目	第1月曜	10:30～11:30
こそだて窓口	梅島3丁目	第3金曜	10:30～11:30
カンガルーガーデン	梅田8丁目	土日祝	不定期
あだちママサロン	梅田7丁目	第1・3水曜	10:00～11:00
みんなのひみつきち	大谷田1丁目	主に水曜日 (土日祝日不定期開催)	13:30～ 夕焼け放送まで
りぼん	新田3丁目	第2火曜	10:30～12:00
おもちゃさろん	竹の塚1丁目	第4金曜	10:00～12:30
キュービット	舎人1丁目	第1・3水曜	10:30～11:45
ふらっと庵	西竹の塚1丁目	第1・3火曜	10:00～12:30
みんなのおうち(多世代サロン)	西竹の塚1丁目	第2・4火曜	10:00～12:00
Koen 親子ひろば	東伊興4丁目	第3木曜	10:30～12:00
にこちゃん	東伊興4丁目	第3金曜	10:30～12:00

※ 開催日・開催時間は、変更になる場合があります。

町会・自治会に加入して、地域の輪に加わってみませんか？

顔見知りができれば、「災害時」も安心！

地域の町会・自治会では、様々なイベントを行っています。例えば・・・

- お祭り ●運動会 ●避難所運営訓練(防災訓練)
- 美化活動(ビューティフル・ウィンドウズ運動) など

お子さんやお友だちと一緒に参加して、まずは地域の人と顔見知りになりませんか？これからの子育てにきっとプラスになるはずです。

お子さんの健やかな成長と、安全・安心な暮らしのために、ぜひ参加を！

問合せ 地域調整課 地域調整係
☎3880-5864 FAX3880-5603



町会・自治会加入はこちらから



お祭りの様子



避難所運営訓練の様子

子育て世帯を応援

区内にたくさん

子ども食堂



一目でわかる
MAPを
CHECK

フードパントリー

ひとり親家庭など、
食品支援が必要な方に
食品を無料で提供する
支援活動のこと





保育施設を利用していない0歳から就学前までのお子さんを家庭で育てている方を対象に保育士、看護師などの専門職員が、知識・経験・技術を活かしながら、あそびの場を提供したりあなたの子育てをサポートしたりする事業です。

区立園では登録制の「あだちマイ保育園」の実施により、「実家のような保育園」をめざします。まずは園にご連絡ください！



保護者同士の交流も生まれ、子育ての情報交換もできます。

	区立保育園・認定こども園	公設民営保育所・私立保育園
対象は？	「区内在住の0歳から就学前までのお子さんを 	ご家庭で育てている保護者の方と妊婦の方  
どんなことができるの？	子育て相談・園庭あそび・園行事への参加・  <ul style="list-style-type: none"> ※ メンバースカードの配付 年4回「マイ保育園だより」を配付して 子育て情報、行事の情報をお伝えします。 	身体測定・絵本の貸し出し・給食体験など ※ 実費負担あり <ul style="list-style-type: none"> ※ 各園によって内容が異なります。 保育園に電話で確認してください。 
どうやって申し込むの？	区立保育園・認定こども園は「あだちマイ保育園制度」を行っています。  ← 詳しくはこちら（オンライン申請もできます。） 登録できるのは1園のみです。  ← 毎月のご案内	公設民営保育所・私立保育園では、「地域の子育て支援事業」の一環として、各々のサービスを提供しています。  ← 公設民営保育所・私立保育園の情報や遊びの内容はこちら 各園に電話で確認をしてください。 

※ 各保育園・認定こども園の所在地は、【付録】子育て施設ガイドマップを参照してください。

やめよう!ながらスマホ。

足立区全域でながらスマホ(※)は禁止です。スマホ等の操作は、立ち止まって、周囲の安全を確認してから行いましょう。

ながらスマホは交通事故等を引き起こす可能性のある危険な行為です。足立区では、ながらスマホの防止に関する施策の推進及び安心して通行・利用できる公共の場所の確保を目的とした「足立区ながらスマホの防止に関する条例」が令和2年7月13日に施行されました。

※ ながらスマホとは、スマホ等を操作(通話を含む)し、又は画面を注視しながら歩行すること又は自転車に乗ることをいう。



こちらも大切!

自転車損害賠償責任保険への加入義務化 (令和2年4月1日から)

東京都及び足立区では、自転車利用者が、自転車利用中の事故において、他人にケガをさせた場合などの損害を補償できる保険等へ加入することが、条例で義務化されました。



令和5年から大好評継続中!

自転車ヘルメットが2,000円引で購入できます!



令和5年4月1日から道路交通法で自転車乗車時のヘルメットの着用はすべての年齢で努力義務となりました。自転車事故で死亡した人の7割が頭部に致命傷を負っています。命を守るためにヘルメットを着用しましょう。

対象

区在住の方

※ 住所が分かる身分証をお持ちください。

(例) 運転免許証、保険証、マイナンバーカードなど

お店で
簡単
手続き

令和7年度までの
予定です。

購入方法

指定の対象店で3,000円以上のSGマーク等の安全基準を満たした新品ヘルメットが2,000円引きで購入できます。

※ 2,000円引きは1人につき1個限りです。

問合せ

交通対策課 推進係

☎ 3880-5912 FAX 3880-5479

対象店等詳しくは区のホームページをご覧ください▲



コラム

自転車での事故に注意!

自転車は、お子さんとの外出には非常に便利な交通手段です。しかし残念ながら、危険な利用方法により重大事故が発生しています。

お子さんの安全を確保するために、以下のことをご確認ください。

- ① お子さんを自転車に乗せる際には幼児用座席(一人でも座れるようになってから)を用意しましょう。
※ お子さんを乗せられるのは、小学校就学前までです。
小学生は乗せられません。(東京都道路交通規則 令和3年4月10日施行)
- ② 乗車前に、お子さんに必ず自転車用のヘルメットをかぶせ、乗車後はすぐにシートベルトを着用させましょう。
- ③ 道路交通法等の交通ルールを守り、バランスを崩さないように慎重に走行しましょう。
- ④ 停車中も転倒するおそれがあるので、お子さんを乗せたまま自転車を離れたり、目を離したりしないようにしましょう。
- ⑤ 自転車を選ぶ際には、安全基準を満たした自転車に貼付されるBAAマークなどを参考にしましょう。また、自転車の整備点検を定期的に行いましょう。



月齢が低い等で幼児用座席を利用できないときは、子守バンド等でお子さんを確実に背負うようにしてください。また、お子さんを前抱きにしての自転車の走行は、ペダル操作を妨げ事故を誘発する恐れがあるだけでなく、法律違反となります。

運転には細心の注意を払い、事故の無いようにしましょう。

ご存じですか? 自転車安全利用五則

自転車を運転する際の基本的なルールで、違反すると罰則が適用される場合もあります。

- ① 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先
- ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③ 夜間はライトを点灯
- ④ 飲酒運転は禁止
- ⑤ ヘルメットを着用

小学校・中学年向けの動画

「ビュー坊と学ぶ自転車の正しい乗り方」



▶ ご家族で図書館※1をご利用ください（あかちゃんタイム）

あかちゃんタイムとは、子どもの泣き声など周りに気兼ねせずお子さんと一緒に図書館をご利用いただける時間のこと。児童コーナーの一部で実施しています。

お子さんにどんな本を選べばいいかわからない時は、読書相談も行っていますので、各館のカウンター職員に気軽にお声がけください。

施設名	所在地	電話番号	FAX	あかちゃんタイム
伊興図書館	伊興 2-4-22	3857-8501	3857-8503	木曜日 10:00～12:00
梅田図書館	梅田 7-13-1	3840-4646	3889-9759	いつでも
興本図書館	興野 1-18-38	5650-4991	3889-9760	第1・3火曜日 10:00～12:30
江南コミュニティ図書館	小台 2-4-18	3913-0460	3913-9866	水曜日 9:00～13:00
江北図書館	江北 3-39-4	3890-4488	3853-1398	金・土・日曜日・祝日 9:00～12:00
佐野図書館	佐野 2-43-5	3628-3275	3605-2641	水曜日 9:00～12:00
鹿浜図書館	鹿浜 6-8-1	5809-4006	3855-3649	いつでも
新田コミュニティ図書館	新田 2-2-2	3912-1767	3913-9844	水曜日 10:00～12:00
竹の塚図書館	竹の塚 2-25-17	3859-9966	3860-3574	水曜日 9:00～13:00
中央図書館	千住 5-13-5 学びピア 21 内	5813-3740	3870-8415	いつでも
東和図書館	東和 3-12-9	3628-6203	3605-1701	いつでも
舎人図書館	舎人 1-3-26	3857-0771	3855-3679	いつでも
花畑図書館	花畑 4-16-8	3850-2601	3850-2615	金曜日 10:00～12:00
保塚図書館	保塚町 7-16	3858-1553	3860-3576	第1・2・3・5水曜日 10:30～12:00
やよい図書館	中央本町 3-15-1	3852-1433	3889-9761	いつでも

※1 図書館で本を借りる際は、貸出カードが必要です。

▶ あだちはじめてえほん事業

足立区では乳幼児親子を対象とした「あだちはじめてえほん」事業を実施しています。3～4か月児健診時には保健センターで、1歳6か月児健診時には区立図書館等で絵本を1冊ずつプレゼントします。

※ 年度の途中で、配付する絵本が変更となる可能性があります。詳しくは足立区立図書館ホームページをご確認ください。

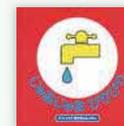
【令和7年度 配付本】

3～4か月児健診当日に、各保健センターで絵本をプレゼント

他に英語の絵本もあります。



『いないいないばあ』
松谷みよ子／ぶん
瀬川康男／え
童心社



『じゃあじゃあ
びりびり』
まっぴのりこ／作・絵
偕成社



『くっついた』
三浦太郎／作・絵
こぐま社

3～4か月児健診の場合

子どもとおでかけ

【令和7年度 配付本】

健診のお知らせに同封の『引換券』により、区立図書館・児童館・子育てサロン・保健センター（中央本町・東部のみ）で絵本をプレゼント

他に英語の絵本もあります。



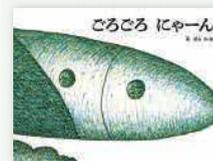
『なでなでなで』
にへいたもつ／作
わたなべさとこ／絵
KADOKAWA

「動画あだちで読み語り配信中！」



『しろくまちゃんのほっとけーき』
わかやまけん／え
森比左志／著 わだよしおみ／著
こぐま社

1歳6か月児健診の場合



『ごろごろにゃーん』
長新太／作・画
福音館書店



『きんぎょがにげた』
五味太郎／作
福音館書店

※ 地域の保育園でも絵本の貸出しをしています。詳しくはP50、51をご覧ください。

子ども向けイベントが盛りだくさん

区立図書館では、あかちゃんと一緒に楽しめるおはなし会や映画会などを開催しています。



イベントの様子

図書館のイベントは
2つの方法でチェック！

- ①リーフレット「いこうよ！図書館」でチェック
- ②区のホームページでチェック



あだち読書通帳

図書館で借りたお気に入りの本を記録できます。
親子用（乳幼児）と小学生用の2種類があります。

大きくなったときに
渡したら、最高の
プレゼントになります。



親子用（乳幼児）



小学生用

あだち電子図書館

インターネットを用いた「あだち電子図書館」が便利です。足立区立図書館の個人貸出カードをお持ちの方は、図書館に行かなくても自宅や外出先から、利用者自身のパソコンやスマートフォン等で読書を楽しむことができます。

どこでも読める！

スマホ・パソコン・
タブレットで読書！

24時間利用可！

おうちでいつでも
利用できる！

子ども向けの本が充実！

絵が動く
音が出る絵本も！

詳細はこちら▼

「わくわく にこにこ 図書館の森」 綾瀬小学校内に開設しています。

土・日・祝日

お子さんと保護者が本と出会い、様々なかたちで楽しめる場所「わくわくにこにこ 図書館の森」を綾瀬小学校（綾瀬 3-12-15）内に開設しています。

「わくわくにこにこ 図書館の森」ポイント

- 1 **いろいろな本が読める**
小学生向けの児童書はもちろん、0才から楽しめる布の絵本や絵本専門店のクレヨンハウスが選んだ人気の作品など、入学前のお子さん向けの図書も多数あります。
- 2 **くつろげる空間**
寝ころびながら本を読めたり、おもちゃで遊べたりするスペースや、お友だちとお話しながら勉強ができるスペースなど、ほかの区立図書館とは違った特色があります。
- 3 **おはなし会や映画会の実施**
スタッフとボランティアによる、おはなし会や映画会を1日2回（午前・午後）開催しています。映画会は乳幼児向けと小学生向けがあります。
- 4 **おもちゃやボードゲーム**
知育玩具を常設しています。
気分転換やあかちゃんの興味関心にもどうぞ。



利用対象者

小学生、乳幼児と保護者

- ※ 区内在住・在学・在勤、その他当区が認めている近隣地区居住の方。
- ※ 保護者の入室は、小学生や乳幼児と同伴のときのみ。

開設日・時間

土曜日・日曜日・祝日・夏休み及び春休みの一部 9時～17時
※ 学校行事がある日を除く。

問合せ

中央図書館 管理係 ☎5813-3740

開設日の詳細はホームページをご覧ください



赤ちゃん休憩室 ※ 協力証のデザインをリニューアルしました！



「赤ちゃん休憩室」は、小さなお子さんを連れた方が、外出中に授乳やおむつ替えが必要になったときに利用できるスポットです。

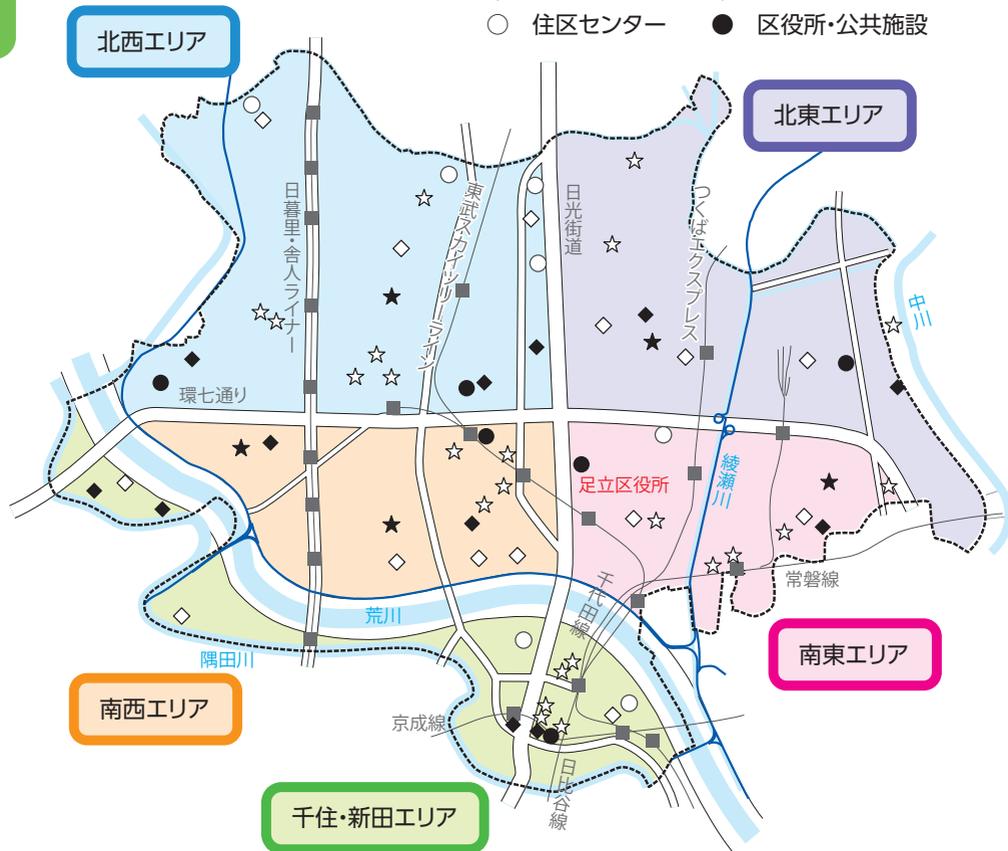
左の協力証が目印です。

実施施設の情報は
こちらから▶



実施施設拡大中！
(令和7年4月時点 67か所)

- 【実施施設】
- ☆ 民間商業施設
 - ◆ 子育てサロン
 - 住区センター
 - 駅の標示
 - ★ 地域学習センター
 - ◇ 保育園
 - 区役所・公共施設



登録している施設・店舗は、

- ①授乳できる場の提供
- ②おむつ交換の場の提供
- ③利用は無料

が共通事項です。乳幼児をお連れの方はどなたでもご利用いただけます（男性も利用可）。



足立区役所+α



足立区役所の赤ちゃん休憩室には、「子育て情報コーナー」「給湯設備」「カギのかかる個室の授乳室」もあります。

さらに便利・快適へ NEW

「おむつを交換したいのに予備を持っていない」

▶ 「おむつを購入できる自動販売機を設置します」

「使用済みおむつの持ち帰りは不衛生、臭いも気になる」

▶ 「使用済みおむつ専用の回収機を設置します」

子どもと大人と一緒に遊べる あだちの体験スポット!

ご来園(館)のお客様へのお願い

施設の詳細については、事前にホームページなどでご確認ください、お問い合わせください。



行ってみよう! 足立の施設

子どもと遊ぶならココ!

ギャラクシティ



鉄道ミュージアム、ジャパンフェスタなどイベントが盛りだくさん!
←くわしくはコチラ

ことばたちの興味、
とことん追求

まるちたいけんドーム

23区内最大の大きなドームスクリーンで宇宙を冒険!
親子で楽しめるプログラムがいっぱい!

大人 500円
小中高生 100円
未就学児鑑上無料

クライミングパーク

遊びながら体力・思考力を鍛えよう!

高さ3m、幅10mのクライミングウォール。
満4歳から小学生までのお子さんが遊べます
(詳細はホームページへ)。

■足立区栗原 1-3-1 ■☎5242-8161 FAX 5242-8165
■東武スカイツリーライン西新井駅東口から 徒歩3分
まるちたいけんドーム 有料 70歳以上・障がい者(＋介護者1名)の方は証明書提示で無料
※ スペースあすれちっく・クライミングパークは安全のため、くつ下着用、スカート不可。
■休館日: 毎月第2月曜(祝日の場合は翌日、8月を除く)、元日 ※ 1・3・9月に連続休館。
■開館時間: 9:00~21:30 (こども体験エリアは18:00まで)

足立区
西新井 **入場無料**
あそびに来てネ!!

スペースあすれちっく

国内最大級の
ネット遊具

みんなで跳んだり、跳ねたり、転がったり。
楽しむのも、ゆったりするのもアナタしたい?

ちびっこガーデン

子育てお悩み相談受け付けます。

未就学のお子さんとその保護者のためのスペース。色々なおもちゃコーナーや、ハイハイのお子さんが遊べるコーナーもあります。

Check

毎月第3土曜日、家族でお得に区内の施設を利用しませんか!!

「あだち家族ふれあいの日」は、親子のふれあいの場を提供しています。
ギャラクシティ、生物園、交通公園や区体育施設などで**無料開放**を実施。
公衆浴場(第1土曜日も割引)、ポウリング場の**料金割引**もあります。

お問い合わせ 青少年課 体験活動係 ☎3880-5273 FAX3880-5606



詳細はこちら

Check

夏休み(7/21~8/31)無料で楽しめる!!

「あだちワークわーく in Summer」は18歳以下の方を対象に、銭湯や区立プールなどの子どもが利用する区有施設や地域学習センターなどで実施する一部の有料体験講座が無料で楽しめます。
詳しくはP115をご覧ください。

お問い合わせ 子どもの貧困対策・若年者支援課 ☎3880-5717 FAX3880-5610

いろんな生きものと出える!

生物園



南国の蝶が舞う大温室、年間を通して飼育しているホタル、里山の自然を再現した昆虫ドーム、約35品種の金魚が泳ぐ大水槽、小動物とのふれあいコーナーなど、特色ある生きものゾーンがたくさん! 工夫を凝らしたイベントや企画展も随時開催しています。

- 保木間 2-17-1 ☎3884-5577 FAX 3884-8996
- 東武スカイツリーライン竹ノ塚駅東口から東武バス「花畑団地行」(保木間仲通り経由) または「綾瀬駅行」保木間仲通り下車 徒歩 10分
※ その他のアクセス方法についてはホームページをご覧ください。
- 入園料: 大人(高校生以上) 300円 子ども(小・中学生) 150円
年間パスポート 大人 1200円 子ども 600円・未就学児は無料・70歳以上・障がい者(＋介護者1名)の方は証明書提示で無料
- 休園日: 月曜(祝日、10月1日の場合は直後の平日)(区立小学校の春夏秋冬休み中の月曜日は開園)、年末年始(12月29日~1月1日)
- 開園時間: 2~10月9:30~17:00(区立小学校の夏休み中は17:30まで)11~1月9:30~16:30



オオコマダラ



モルモット

都会で「花」と「農」を体験!

都市農業公園



春は約50種250本の桜とチューリップ、秋はコスモスなど四季折々の「花」、園内の田んぼや畑、茅葺き屋根の古民家など、懐かしい「農」の風景が楽しめます。園内で育てた無農薬野菜が味わえるレストランや、小さなお子さん向けの遊具広場も人気です。また、土日祝日を中心に、生きもの探しや農業体験など、様々なプログラムをご用意しています。

- 鹿浜 2-44-1 ☎3853-4114 FAX 3853-3729
- 西新井駅東口からはるかぜ「鹿浜都市農業公園行」鹿浜都市農業公園(終点)下車
※ その他のアクセス方法についてはホームページをご覧ください。
- 入園料: 無料
- 休園日: 毎月第1・3水曜(祝日、10月1日の場合は直後の平日)、年末年始(12月29日~1月1日)
- 開園時間: 6~9月9:00~18:00 10~5月9:00~17:00



稲刈り体験



収穫体験

特色のある公園で遊ぼう！

西新井さかえ公園 遊

草地広場と小さなお子さん向けの遊具コーナーがあります。
西新井駅下車 徒歩8分
西新井栄町1-19-1



江北平成公園 遊

小さなお子さんでも遊べる水遊び場が7月上旬から9月上旬まで開設。
江北駅下車 徒歩7分 江北4-16-1

都市農業公園 遊 験 花

水田、畑の広がる「農業」をテーマにした公園です。巨大滑り台やお子さん向けの遊具のほか、生き物探し、農作業体験など年間を通じて様々なプログラムも実施しています。またサクラやチューリップ、コスモスなどお花見も楽しめます。

西新井駅東口からはるかぜ「鹿浜都市農業公園行」終点下車
9:00~17:00(6月~9月は18:00まで)
休園日：第1、第3水曜日(祝日、10月1日の場合は直後の平日)、年末年始(12月29日~1月1日)
鹿浜2-44-1
P(有料) 普通車155台
☎3853-4114 FAX3853-3729

新田さくら公園 遊

広い草地広場、区内一長いローラー滑り台、大きな遊具があり一杯遊べます。
北千住駅から都バス王子駅前「ハートアイランド南」下車
P18台(有料)
新田3-34-1

ベルmont公園 遊 験 花

姉妹都市西オーストラリア州ベルmont市との友好親善を記念して作られた公園です。園内には、オーストラリアの工芸品や日用品などを展示している赤レンガの陳列館(土、日、祝開館、年末年始は除く)やバラの花壇などがあり、異国情緒を感じさせてくれます。

陳列館 10:00~16:30
(10月~3月は16:00まで)
梅島駅下車 徒歩5分
梅島1-33-7
☎・FAX 3852-6650



都立舎人公園 遊 花 イ

小さなお子さん向けの遊具が並んだ幼児公園や広い草地広場があります。
日暮里・舎人ライナー「舎人公園駅」下車
竹ノ塚駅西口から東武バス「入谷循環」で「中入谷」下車
P(有料) 舎人公園1-1
☎ 3857-2308

みぬまだい
しんすい
こうえん

とねり

日暮里・舎人ライナー

とねりこうえん

たけのつか

やざいけ

にしあらい
だいしにし

だいしまえ

にしあらい

うめじま

こうほく

こうや

おうぎおおはし

中央環状線

隅田川

あだちおだい

荒川

京成本線

せんじゅ
おおはし

けいせい
せきや

きたせんじゅ
うしだ

ほりぎり

凡例

- 遊 遊具で楽しむ!
- 験 体験して楽しむ!
- 花 花を見て楽しむ!
- イ 5大イベント(P69)

桑袋ビオトープ公園 験 花

ハス田、うき島池などがあり、お子さんと散歩しながら季節を感じられます。自然解説員が常駐し、自然体験プログラムも行っていきます。



谷塚駅から東武バス「花畑桑袋団地行」で「保育所前」下車 徒歩5分
9:00~17:00(11月~1月は16:30まで)
休園日 月曜(祝日、10月1日の場合は直後の平日)、年末年始(12月29日~1月3日)

P11台(無料) 花畑8-2-2 ☎3884-1021 FAX 3884-1041

花畑公園(桜花亭) 遊 花

草地広場や小さなお子さん向けの遊具が人気です。桜花亭にはカフェスペースもあります。



竹ノ塚駅東口から東武バス「文教大学行」で「花畑四丁目」下車 徒歩5分
桜花亭休園日 月曜(祝日、10月1日の場合は直後の平日)、年末年始(12月29日~1月1日)

P32台(有料) 花畑4-40-1 ☎3885-9795 FAX 3860-0608

元洲江公園(生物園) 遊 験 花 イ

生物園がある元洲江公園では、自然を活用したプレーパークイベントや釣り教室も開催しており、ご家族やお友だちみんなで楽しめます。

東武スカイツリーライン竹ノ塚駅東口から東武バス「花畑団地行」(保木間仲通り経由)または「綾瀬駅行」で「保木間仲通り」下車 徒歩10分

生物園休園日 月曜(祝日、10月1日の場合は直後の平日)(区立小学校の春夏冬休み中の月曜日は開園)

年末年始(12月29日~1月1日)
第一P19台(有料)・第二P10台(有料)
保木間2-17-1 ☎3884-5577 FAX 3884-8996

しょうぶ沼公園 遊 花 イ

滝やせせらぎ水路、お子さんに人気のコンクリートすべり台があります。4月~6月はサクラやハナショウブが咲き多くの人が訪れます。



北綾瀬駅下車 徒歩1分 谷中2-4-1

青和コミュニティ公園 遊

小さなお子さん向けの遊具コーナーがあります。初夏と秋頃にはバラが楽しめる青和ばら公園もすぐ近くにありま。



青井駅下車 徒歩3分 青井3-22-1、青井3-23-1

子どもとあそびかけ

子どもとあそびかけ

じゃぶじゃぶ池がいっぱい!

令和7年4月1日現在

じゃぶじゃぶ池はお子さんが遊びながら水に親しめる小さなプールです。

【参考】令和6年度の実施概要 詳細は区ホームページをご確認ください(7月頃更新予定)。

【対象】オムツのとれた就学前の幼児【使用料】無料【開設期間】令和6年7月11日～9月1日

【注意事項】オムツ、水遊び用パンツ等のお子さんはご利用できません。必ず水着を着用してください。

暑さ指数(WBGT)※2が31℃(危険水準)に達した場合、その日のじゃぶじゃぶ池の利用は中止となります。暑さ指数の情報は環境省熱中症予防サイトをご確認ください。

※1 都立舎人公園のじゃぶじゃぶ池については舎人公園サービスセンターへお問い合わせください。

※2 暑さ指数(WBGT)とは、気温と同じ単位(℃)ですが、気温に加え、熱中症の発生に大きく影響する、湿度、日射・輻射、風の要素を取り入れ、人体と外気との熱のやりとり(熱収支)に着目した指標です。労働や運動時の熱中症予防に用いられています(気温の目安:35℃以上)。

子どもとおでかけ

子どもとおでかけ

見沼代親水公園 (舎人2-3)
半円型のかわいいプール。

竹の塚第五公園 (竹の塚6-3-4)
商店街の中にあるからいつでも大にぎわい。

都立舎人公園 (舎人公園1-1) ※1
【問合せ】サービスセンター ☎ 3857-2308

諏訪木西公園 (西新井4-35-1)
大きな木かげで、じゃぶじゃぶ水遊び。

新西新井公園 (西新井5-17-1)
真ん中にかわいい噴水のカラフルなプール。

北鹿浜公園 (鹿浜3-26-1)
池の真ん中の船が目印のプール。

井堀北公園 (栗原1-15-8)
かわいらしい噴水が人気のプール。

新田さくら公園 (新田3-34-1)
シャワーでザーザー、流れてさらさら。

南宮城公園 (宮城1-27-5)
真ん中に噴水があるプール。

梅田亀田公園 (梅田8-13-1)
まあるくてかわいいプール。

尾竹橋公園 (千住桜木2-16-1)
木かげにある四角いプール。

千住公園 (千住大川町35-1)
カラフルな支柱が特徴のプール。

竹の塚第三公園 (竹の塚4-7-1)
まあるくてかわいいプール。

花畑公園 (花畑4-40-1)
木かげに大きくてまあるいプール。

六木中央公園 (六木3-34-1)
カッパの絵がかわいい大きなプール。

下の公園 (綾瀬7-5-2)
まるくてちっちゃなプール。

都立東綾瀬公園 (綾瀬6-24)
段々のあるプール。

大谷田南公園 (中川4-42-1)
園内を走るミニ列車を見ながら水遊び。

東和親水公園 (東和4-6-18)
池の中のちょっと変わったプール。

下河原公園 (東綾瀬1-11-12)
プールの大きな怪獣くんと一緒に水遊び。

五反野コミュニティ公園 (西綾瀬2-1-18)
3種類のおもしろい噴水パイプがあるプール。

千住旭公園 (千住旭町30-1)
大きなパイプからシャワーが噴き出すプール。

公園でボール遊び！

令和7年4月1日現在

公園の広場ではボール遊びができる？できない？

公園の広場では、近隣の方や公園利用者の方に迷惑とならない範囲で、ゴムボールなどのやわらかいボールで遊ぶことができます。しかし、ルールが守られなかったため、やむを得ずボール遊びを禁止している公園もあります。

ボール遊びをもっと楽しみたい！

区内の無料でボール遊びができる「ボール遊びコーナー」や、バスケットリングのある公園を紹介します。

子どもとおでかけ

公園のボール遊びルール

ケガがないように、ゆずりあって、楽しく安全にボール遊びをしましょう。

できるボール遊び/

広場からボールが飛び出ない遊び

※バットやラケット、ゴルフクラブは使用できません。



キャッチボール (ゴムボールまで) リフティング バス回し ドリブルやトス

グラウンドゴルフ、ゲートボール

※同競技で使用する球やクラブの使用はできませんが、激しく振り回さないでください。



気をつけてほしいこと/



軟式・硬式野球ボールやゴルフボールなどの固いボールは使わない。

ボール遊びができるのは小学生までの子どもとその保護者。(グラウンドゴルフなどは除く)



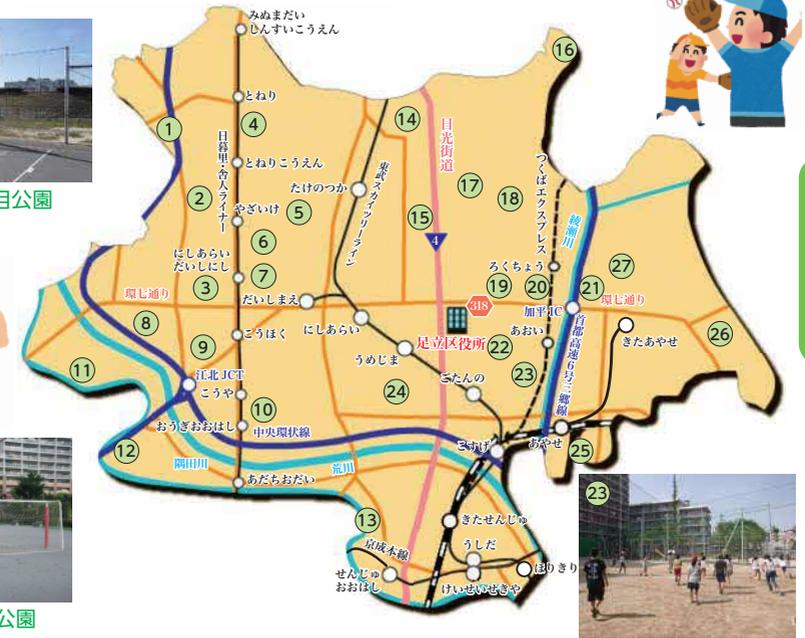
人や樹木、フェンスにボールをぶつけない。



入谷七丁目公園



新田さくら公園



五反野公園

子どもとおでかけ

ホームページで公開中/ ボール遊びおすすめ公園マップ



ボール遊びコーナーのほか、少年野球場もご紹介！



ボール遊びコーナーやバスケットリングのある公園

地図番号	公園名	所在地	地図番号	公園名	所在地
1	入谷七丁目公園	入谷 7-12-28	15	保木間公園	竹の塚 3-8-1
2	血沼公園	血沼 2-25-1	16	桑袋記念公園	花畑 8-11-1
3	上沼田北公園	江北 7-16-1	17	元洲江公園	保木間 2-17-1
4	都立舎人公園	舎人公園 1-1	18	総合スポーツセンター公園	東保木間 2-27-1
5	諏訪木東公園	西新井 3-25-1	19	一ツ家第二公園	一ツ家 1-16-3
6	西中第二公園	西新井 5-21-1	20	一ツ家第一公園	一ツ家 4-16-1
7	西中第一公園	西新井 6-44-1	21	川端第二公園	加平 2-2-8
8	堀之内北公園	堀之内 1-21-1	22	青井公園	青井 1-11-11
9	江北平成公園 (旧: 上沼田第六公園)	江北 4-8-12	23	五反野公園	青井 3-5-22
10	扇中央公園	扇 1-47-35	24	梅田公園	梅田 6-26-1
11	新田さくら公園	新田 3-34-1	25	綾南公園	綾瀬 2-4-10
12	宮城ファミリー公園	宮城 2-1-14	26	都立中川公園	中川 5-1-1B 地区
13	千住桜木町公園	千住桜木 1-7-4	27	辰沼公園	谷中 5-11-10
14	西保木間北公園	西保木間 3-14-6			

※ バスケットリングのある公園

■交通公園

交通公園には、ミニ列車・足踏みゴーカート・自転車などいろいろな乗り物のほか、信号機や横断歩道もあり、ちょっとしたテーマパークのようです。親子そろって遊びながら、楽しく交通ルールを学びましょう！

※ 乗り物の使用料金やミニ列車の運行日は、各施設の連絡先にお問い合わせください。

北鹿浜公園 鹿浜 3-26-1
☎ 3897-8030 FAX 3897-8040

ひろびろとした園内を自転車や足踏みゴーカートで回るのが人気です！本物の蒸気機関車の展示は大迫力！

乗り物 ミニ列車、バッテリーカー、自転車（補助輪付きあり）、足踏みゴーカート、一輪車、三輪車

料金 ミニ列車：小学生未満無料（保護者同伴）、小学生 30 円、中学生以上 70 円
バッテリーカー：小学生未満無料（保護者同伴）、小学生・保護者 20 円

アクセス 西新井駅西口から東武バス「皿沼循環行」で「北鹿浜公園入口」下車徒歩 2 分

駐車場 有（22 台・有料）



※ 展示のみ

大谷田南公園 中川 4-42-1 ☎・FAX 3605-5069

園内をミニ列車が走ります！アンパンマン&ばいきんまんの石像も大人気フォトスポットです！

乗り物 ミニ列車、自転車（補助輪付きのみ）、足踏みゴーカート

料金 ミニ列車：小学生未満無料（保護者同伴）、小学生 30 円、中学生以上 70 円

アクセス JR 亀有駅北口から徒歩 10 分または東武バス「八潮駅南口行」で「中川四丁目」下車徒歩 3 分

駐車場 有（16 台・有料）



■おむつ交換台のある公園

公園のトイレや建物内におむつ交換台を設置していますのでご利用ください。

公園名	所在地	公園名	所在地
ベルモント公園（南側） 9:00 開 17:00 閉	梅島 1-33-7	西新井さかえ公園 9:00 開 16:30 閉	西新井栄町 1-19-1
江北平成公園（西側）	江北 4-16-1	花畑公園（桜花亭内 ※2）	花畑 4-40-1
都市農業公園 ※1	鹿浜 2-44-1	桑袋ビオトープ公園 （あやせ川清流館内 ※2）	花畑 8-2-2
北鹿浜公園（北側） 9:00 開 15:45 or 16:45 or 17:15 閉	鹿浜 3-26-1	元淵江公園 （生物園内 ※2 ※3）	保木間 2-17-1
新田さくら公園 9:00 開 16:30 閉	新田 3-34-1	しょうぶ沼公園（東側）	谷中 2-4-1
千住スポーツ公園（西側）	千住緑町 2-1-1	上沼田東公園（管理棟内）	江北 6-10-20
大谷田南公園 ※1	中川 4-42-1	総合スポーツ公園（西側）	東保木間 2-27-1

※1 公園開園時に利用できます。 ※2 施設開館時に利用できます。

※3 入園料がかかるため、おむつ交換台利用の際は窓口でお声かけください。

足立の5大イベント

舎人公園千本桜まつり

約 1,000 本の桜の下、物産展や区の PR ブース、ミニステージなど、お花見シーズンを盛り上げる楽しい企画が盛りだくさんのイベントです。

開催日：3 月下旬
開催場所：舎人公園



あだち街フォトコンテスト投稿作品 撮影者ハンタメン

足立の花火

東京の花火の先陣を切る「足立の風物詩」1時間に凝縮された“超高密度”の花火は圧巻です！

開催日：5 月下旬
開催場所：荒川河川敷（東京メトロ千代田線鉄橋～西新井橋間）



あだち街フォトコンテスト投稿作品 撮影者 Taloon さん

しょうぶまつり&世界の食広場

約 140 種類のハナショウブを楽しめます。同時開催の「世界の食広場」では、約 20 か国のグルメが堪能できます。

開催日：6 月上旬
開催場所：しょうぶ沼公園、東綾瀬公園（ハト広場）



あだち区民まつり「A-Festa」

親子で遊べる体験ゾーン、食べ物屋台や物産展、スタンプラリーなど、あだちの魅力がぎゅっつまったイベントです。

開催日：10 月中旬
開催場所：荒川河川敷（虹の広場）



光の祭典

竹ノ塚駅を降りるとそこは光の幻想世界。イルミネーションが街路樹や公園を彩ります。

開催日：12 月
開催場所：竹ノ塚駅東口～元淵江公園



あだち街フォトコンテスト投稿作品 撮影者ミイ&ユウさん

問合せ

（一財）足立区観光交流協会
☎ 3880-5853



くわしくは「あだち観光ネット」で検索

仕事と子育ての両立を応援します！

仕事も子育ても、どちらも充実させたい、どちらも楽しみたい、そんな価値観をもつママ・パパたちが増えています。仕事と育児の両立支援には、育児休業制度があります。育児休業を取得してませんか？

●育児休業

育児休業は男女関係なく取得することができる制度です。

子が1歳（一定の要件を満たす場合は、最長で2歳）に達するまで取得することができます。

●パパ・ママ育休プラス

両親がともに育児休業する場合には、子の年齢が1歳2か月まで延長されます。

●ご存知ですか？育児休業中の経済的支援（育児休業給付金）

- ・ 両親で育児休業を取得する場合、どちらにも育児休業給付金が支給されます。
- ・ 育児休業中の男性にも支給されます。
- ・ 手取り賃金で比べると、休業前の最大10割相当が支給されます。

ほかにも仕事と子育ての両立を支援する制度があります。

詳しくは…厚生労働省

「育児休業制度特設サイト」



厚生労働省

「両立支援のひろば」



パパも育児休業を取得しよう！

●産後パパ育休（出生時育児休業）／育児休業の分割取得

子どもの出生後8週間以内に、父親が4週間の休みを取得できます。4週間を分割して2回に分けて取得することも可能です。

詳しくは…厚生労働省「イクメンプロジェクト」



●「父親の仕事と育児両立読本」ーワーク・ライフ・バランスガイドー



育児・家事にパパが積極的に参加することは、家族が仲良く暮らしていくためにも、とても大切です。

でも、何からはじめれば良いかわからない…。そんなパパたちのために、仕事と育児・家事を両立するためのヒントをまとめた「ハンドブック」をご紹介します。

（右記サイトよりダウンロード可能）

【参考】厚生労働省「イクメンプロジェクト」



男女参画プラザの事業

男女参画プラザでは、パパやママの育児参加を支援し、活躍を応援する事業を展開しています。

仕事と家事・育児の両立のコツをお伝えする講座等や情報提供を行っています。

これまでの講座例

「パパのための絵本の読み方＆先輩パパトーク」

「パパと赤ちゃんのハッピータイム」「家事は8割捨てていい」など



詳細はコチラ

情報資料室

（場所）エル・ソフィア2階（梅田7-33-1）

（休館日）毎週日曜、祝日、年末年始、館内整理日（月末最終日。ただし、日曜の場合は、直前の土曜）、特別整理期間

（開館時間）午前9時から午後8時まで ※ 梅田地域学習センター休館日は午後5時30分閉館

（主な所蔵図書、雑誌）週刊誌、新聞、一般雑誌、DVD、男女共同参画、家族問題、子育て、LGBT、ワーク・ライフ・バランス、セクシュアリティ、からだ など（約1万7千点）

* 消費者センターの情報資料室を併設しています。

* 区の図書館と同じように、本の貸出、返却、予約をすることができます。

お子さんを連れて気軽に立ち寄れる休憩場所 「親子サロン」でホッと一息しましょう！

「親子サロン」はお子さんを連れて一息つきたいときに、気軽に立ち寄れる休憩場所です。入退は自由です。

親子で楽しく過ごしていただけるイベントも開催しています（絵本の読み語り、ふれあい遊び、リズム遊び）。

（場所）エル・ソフィア1階（梅田7-33-1）

（開室日）原則として、毎月第2・第4木曜日

（祝日と重なった場合はお休み）

（開室時間）午前10時30分から正午まで

（イベント時間）午前10時30分から午前11時

（対象）就学前のお子さんとその保護者

* 原則、お申込みは不要です。当日会場へ直接お越しください。

おもちゃもあって、自由に過ごせるね



ここは一緒に休憩できる場所なんだって！イベントもやってるよ



親子サロン

問合せ

足立区男女参画プラザ ☎3880-5222 FAX 3880-0133
（多様性社会推進課）