

静岡県こども・若者意見提案実現プロジェクト団体部門最優秀賞受賞企画

子育て応援DAY ゴチトキ

—ごちそうのような時間を—

2026

3/20

(金・祝)

会場

浅間大社参集所

ママパパは自分に戻り
こどもは楽しい時間を
過ごせる特別な1日

子育て中の保護者が、子育てで大変なことの1位は自分の時間が取れないこと。小さなお子さんを子育て中のママパパが、地域の力を借りて少しでも肩の力を抜き、心身をリフレッシュする時間を過ごしてほしい。

ただの託児ではなく子どもも楽しく過ごせるプログラム、優しい中高生ボランティアのお兄さんお姉さんも待っています。ママパパの笑顔がこどもの笑顔を作ります。ぜひリフレッシュしてください！

01



手遊び・読み聞かせプログラム

生後6か月～2歳向け。保育士が講師となり、手遊びや読み聞かせなどで楽しい時間を作ります。

午前の部

10:00～12:30
乳幼児定員10名

午後の部

13:30～16:00
乳幼児定員10名

02



つみきのそのさんの積み木遊び

3歳～小学校低学年向け。つみきのファンタジスタつみきのそのさんの積み木遊びは、子どもが夢中になる時間。街も塔もなんでもできちゃう。

午前の部

10:00～12:30
幼児定員10名
小学1～2年定員15名

午後の部

13:30～16:00
幼児定員10名
小学1～2年定員15名

子ども大好きな
中高生
ボランティアの
お兄さんお姉さんも
来てくれるよ♪

参加
無料！

お申し込みは2/25まで

応募者多数の場合は抽選となります



協力店では
ゴチトキ利用者向けの
声かけやサービスも！
詳しくは裏面へ！



子ども向けプログラム講師紹介



子どもたちの
笑顔がわたしの
癒し♡

手遊び・読み聞かせプログラム

小林真奈美 (6か月～2歳担当)

保育士

地元福岡で8年間保育士をし、現在はこども園の預かり保育で勤務しています。母力主催のママカレッジのスタッフもさせていただいています。自分がママになり、子育ての大変さを痛感したので、思いっきり自分時間を満喫してきてください！

お申込み、
詳細はこちらから



積木の
可能性は
無限大！

つみきのそのさんの積み木遊び

つみきのそのさん

(3歳～小学校低学年担当)

つみきの出前講座講師

つみきで子どもたちと遊ぶことが大好きな、62才のおじいさん。(精神年齢は5才) 2年前に癌で胃を失い「あうえおそのさん」(いがい)となった現在も元気に活動しています。ドミノ倒しやたかいたかい大会、中に入れるつみきタワー、山脈や街づくりなどで楽しく遊びましょう！



ゴチトキ協力店

ゴチトキ利用時間中に行くと「子育てお疲れ様！」と
声をかけてもらえたり、特別なサービスを受けられます！



佐野料理店 @富士宮

当店で夫婦のホッとした時間を過ごしてください。利用者様にはソフトドリンクをサービスいたします。



カフェページ @富士宮

お気に入りのコーヒーを、心地良い空間と音楽のなかでお楽しみください。利用者様にはもちろんミニクロワッサンをサービスいたします。



The Rich Burger @富士宮

毎日の忙しさに合間に、ほっと一息つける時間をお過ごしください。利用者様には、Bセット(ポテト&ドリンク)をサービスいたします。



palette café @富士

子育てに向けるパワーの源は健康な心と身体です。応援しています。利用者様で1200円以上お食事をされた方に、無添加腸活アイスをプレゼントします。



桜GYM @富士宮

子育ては毎日慌ただしいですが少しの時間でも身体を替えることで元気でいられるよう全力でサポートします！利用者様には1dayビジター利用料を半額にします。



Ovi. @富士

自分を知るには似合うを知るのが一番の近道です！利用者様にはパーソナルカラー診断通常55色9,000円を30色5,000円でご案内します。(事前予約制)



麺屋ブルース @富士宮

あったかくて美味しいラーメンを食べると、子育ての苦労や疲れが少し軽くなった気になります。ぜひお越しください。



和とリラクゼーション ワノ @富士宮

深い呼吸とともに心からリラックスできるひとときをお届けしたいです。利用者様で1歳未満のお子様のママは10%～50%off、その他のお客様は10分追加いたします。



ホリスティックスペースまなびば @富士

子どもたちを大切に育んでくださりありがとうございます。あなたの心と身体も大切に。全て3日前までの要予約、参加費500円で「ハダヨガクラス」or 共同体感覚を育むアドラー式会議体験講座に参加できます。



COLOR'S NAIL @富士

見た目の美しさだけではなく、爪の健康から美しさは生まれます。利用者様でジェルネイル施術の方に手荒れ改善と保湿のパラフィンパックをプレゼントいたします。



アンキャトルエビス @富士宮

カフェ利用のケーキとドリンク代を10%OFFいたしますのでぜひお立ち寄りください。小さなお店ですがお待ちしております。



赤富士珈琲 @富士宮

私たち自身も0歳の娘を育てながら店を営んでいます。通常の珈琲に加え、体調や生活リズムに合わせて選べるよう、カフェインレスの珈琲もご用意しています。



お菓子の家もちのき @富士宮

いつも子育てでお疲れ様です。甘くておいしいお菓子で、ほっと一息つき、笑顔になっていただけますように。来店のみでもお好きなお菓子(ケーキ類以外)をおひとつプレゼントします。

★今後も随時増えていく予定です。
常時ゴチトキMAPで詳細や場所など確認していただけます。

ゴチトキ協力店MAP→



※参加者の皆様にはアンケート回答にご協力いただきます。
※協力店への来店は参加条件ではありません。

主催：静岡県

運営：NPO法人母力向上委員会



住所／富士宮市野中1136-5

電話／0544-78-0741

メール／mail@haharyoku.com



「ゴチトキ」は、育児中の保護者が安心して今の時間を過ごせるよう、地域全体で子育てを応援する特定日を設定する取り組みで、9月に実施された「静岡県こども・若者意見提案実現プロジェクト」にてNPO法人母力向上委員会が団体部門の最優秀賞を受賞したアイデアを静岡県が主催で実現するものです。