

ここでひと休み。

ベビー、キッズ、ママの街中オアシス

未就学児親子のオアシス

仙台市子育てふれあいプラザ のびすく仙台

こどもひろば▶



地下鉄広瀬通駅から徒歩からすぐのビルにある未就学児とその保護者が利用できる乳幼児親子の憩いの場所です。初回利用時に、受付カウンターで登録(無料)をすると、お子さんの会員カードを作る事ができます。

館内にはトンネルや大型ブロック、ボールプールなどがある「こどもひろば」、マットが敷いてありベビーが安心してハイハイや寝返りができる「あかちゃんひろば」、低いテーブルがあり子ども達も利用しやすく、おしゃべりしながらおやつやお茶でほっとひと息つける「ふれあいひろば」などがあります。



ふれあいひろば

あかちゃんコーナー

また、0歳児だけが利用できる「あかちゃんコーナー」は囲われているので、安心してベビーを遊ばせることができます。ほかに、数名一緒に入ることができる授乳室をはじめ、ト

イレにはオムツ交換台や子ども用トイレも置かれ、ゆっくりと過ごせます。

また、育児サークル、幼稚園・保育園、子育てイベントなどの様々な子育て情報コーナーも充実。子育て関連の図書の貸出もしています。

6か月からの一時預かり(1時間600円、以後30分300円)も行っており、1か月前から予約できるので、たまにはお子さんを預けて、ショッピングやお友達とのランチなどでリフレッシュしてみてください。

DATA: 〒980-0021 仙台市青葉区中央2-10-24 仙台市ガス局ショールーム3階 電話/022-726-6181 時間/9:30~17:00 休み/月曜、祝日の翌日(土・日曜、祝日は開館)



あかちゃんひろば



新幹線が見える

新幹線が見える!! 展望抜群のキッズスペースがある

エル・ソーラ仙台 市民交流・図書資料スペース

仙台駅近くのビルアエル28階にあり、机や椅子が備えられ飲食もできるので、ひと休みするのに便利な交流スペースです。

特にその一角にあるキッズスペースは乳幼児親子にやさしいコーナー。マットが敷かれており、靴を脱いで利用します。コーナーにはブロックやままごとセット、知育玩具などのおもちゃや絵本が置かれているので、子ども達も楽しく遊べます。スペースを囲むようにソファがあり飲食もできるので、ママはゆっくり寛ぎながら、子供が遊ぶのを見守ることができます。



ソファでゆったり

一番のおすすめは、28階の窓から見下ろせる仙台駅の眺め。新幹線をはじめとして、いろいろな電車の発着を見ることができ、子どもも大興奮間違いなしです。また、毎月第3火曜日11時~11時30分まで開催されてい

る「おはなし会」では、エル・ソーラ仙台の施設ボランティア「子ども読書コミュニティプロジェクトみやぎ」のスタッフと一緒に絵本や紙芝居、わらべ歌や手あそびが楽しめるので大人気です。

同じ階には男子トイレにもオムツ替えシートやベビーキープがあるのも便利です。

また、28階の託児室を借りることもできます。ベビーベッドや子ども用トイレ、テーブルやミニすべり台などの遊具も備えられているので、お友達と一緒に借りてゆっくり過ごすのもおすすめです。9~22時、1時間300円。

DATA: 〒980-6128 仙台市青葉区中央1-3-1ア エル28階 電話/022-268-8041 時間/9:00~21:30 休み/月2回不定休



キッズスペース

… 編集後記 …

9年前に子育て中でもできる復興支援をしたいと100部から始まり10号が完成しました。沢山の方々のご協力のお陰です。本当にありがとうございました。この冊子が少しでも皆様のお役に立てたら幸いです。ままふあ会一同

ままふあ会は2011年12月小さい子どもを育てながらできる東北復興支援を提案、発信を目的に発足しました。

現在は、子ども、家族を守るママの防災、減災を視点に情報発信しています。

発行:ままふあ会

〒980-0811仙台市青葉区一番町4-1-3

仙台市民活動サポートセンターレターケースNo.21

E-mail: mamafuasendai@yahoo.co.jp FAX: 022-268-4042 【No.21ままふあ会と明記】

協力/特定非営利活動法人 せんだいファミリーサポート・ネットワーク(のびすく仙台指定管理者)

掲載されている情報は2020年3月現在の情報になります。営利を目的とした無断転載をお断りさせていただきます。



仙台を親子で歩こう!

杜のおさんぽMAP



賢く使おう! エレベーター

仙台駅西口から東口までスイスイ

困った時にすぐに分かる!

街中の授乳室、オムツ替えベッド、ベビーチェア付きトイレはどこ?



ここでひと休み。

ベビー、キッズ、ママのオアシス

わたしにもできる復興支援

VOL.10

街中で地震! その時子連れママはどうする?

- 我が子と自分を守る
- 災害にも使える! ママのお役立ちお出かけグッズ。
- 帰宅する? それとも街中に留まる?

ままふあ会

監修/防災士 佐藤 美穂

協力/特定非営利活動法人 せんだいファミリーサポート・ネットワーク



街中で地震! その時 **子連れ** ママはどうする?



地震が来た!

揺れが収まった!

とにかく 自分と我が子の身を守ろう!

特に頭



建物の中だったら?

- ✓物が落ちてこない場所へ!
- ✓エレベーターは最寄りの階で降りる!

外にいたら?

- ✓ビルの窓ガラス、看板が落ちてこない所へ!

災害にも使える!

お役立ちお出かけグッズ

◆ビニール袋

ゴミ袋としてはもちろん、食器、手袋、おもちゃ代わりにも使えてとっても便利!



◆好きなお菓子

食べなれているものでないと子どもは食べないことも。帰宅まで時間がかかる場合もあるので栄養補給にも!



◆お気に入りのおもちゃ

災害時は周りのパニックを敏感に感じてくずってしまうことも。そんな時、お気に入りのおもちゃがあれば安心できる。



◆ホイッスル

ケガをして身動きが取れなくなったら、吹いて自分達がいる場所を知らせよう!



STEP 1

安全な場所へ避難!

例) 公園、グラウンドなど広い場所
※物が落ちてこない場所



STEP 2

家族に連絡!

お互いの無事を確認!複数連絡方法を決めておこう!



※1 Web171 (災害用伝言板)とは?

文章メッセージを登録・通知/確認ができます。事前に通知相手を登録しておくのがおススメ。

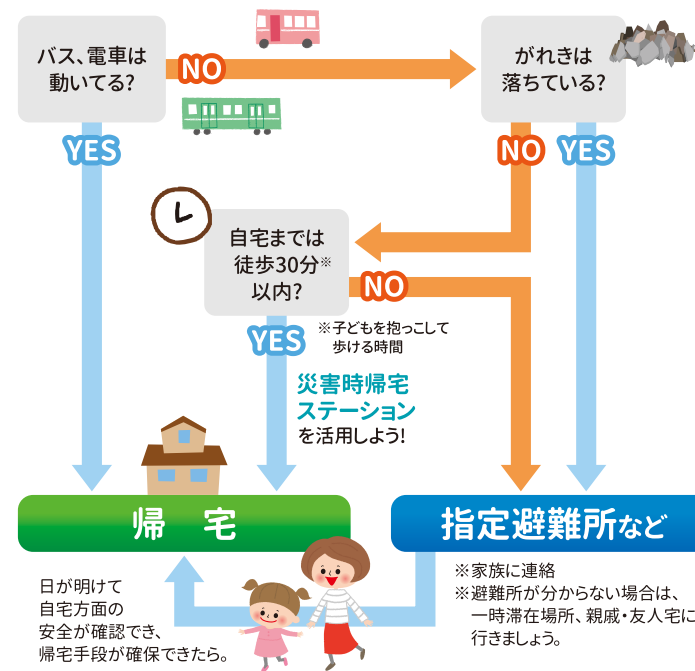
171、Web171は毎月1日と15日に体験できます。

※2 被災地内では回線が集中して電話が繋がりにくいこともあり。遠隔地が繋がりがやすいです。

STEP 3

判断 帰る? それとも街中に留まる?

小さい子どもにとって街中は快適な場所とは言えません。下記フローチャートを参考に帰宅するのか、街中に留まるのか判断しましょう。



徒歩で帰宅時利用しよう!

仙台市災害時帰宅支援ステーション

災害時に帰宅困難者を支援するシステム。仙台市、宮城県と協定を結んだ事業者店舗で水道水、トイレ、道路情報を提供します。

例:コンビニエンスストアなど

詳しくは「災害時帰宅ステーション」[「仙台」で検索](#)。目印になるマークや対象店舗をチェック!

災害対応自販機

災害発生時に電光掲示板に災害情報を表示したり残っている飲料を無料で提供します。

設置場所:公共施設や病院など



帰宅が困難になったら?

指定避難所

公立の小、中、高等学校などが指定避難所として利用できます。

一時滞在場所

帰宅が困難な場合、一時滞在場所として協力しています。JR仙台駅コンコース、仙台駅地下自由通路、エスパル、アエル、ホテルなど

メモ 子どもが小さいと我慢が難しかったり、いつもと違う環境に緊張してしまいます。タイミングを見つけたら帰宅しましょう。

1 せんだいメディアテーク

1F化粧室



2F化粧室



所 〒980-0821 仙台市青葉区春日町2-1

電 022-713-3171 開 9:00~21:00

MEMO 2F おはなしのへやあり、
仙台市図書館は月と第4木曜は休館

(公財)せんだい男女共同参画財団

2 エル・パーク仙台



所 〒980-0811 仙台市青葉区一番町4-11-1

仙台三越定禅寺通り館5F 電 022-268-8300

開 9:00~21:30

休 年末年始、月2回保守点検日

MEMO 子どもの部屋(玩具、絵本、ベビーベッド、子ども用トイレ、飲食可能)は貸切以外の時は自由利用可

3 仙台三越

定禅寺通り館3F 赤ちゃん休憩室 全化粧室



本館2,3F、定禅寺通り館B2、2-4F 化粧室



開 10:00~19:00 休 1月1日、8月点検日

MEMO 電子レンジ・ミルク用お湯・調乳用蛇口あり、
1F 案内所にてベビーカー貸出あり

4 FORUS(仙台フォーラス)

3,4F 授乳室 B1, 3-8F 化粧室



開 10:00~20:30 休 無休

MEMO 4F 授乳室に紙オムツ自販機、調乳器あり
1F インフォメーションにてベビーカー貸出あり

5 藤崎本館

5F ベビー休憩室



1-3,5F 化粧室

B2,2,7F 化粧室



開 10:00~19:00 休 不定休

MEMO 5F ベビー休憩室に紙オムツ自販機、体重計、身長計あり

杜のおさんぽMAP

~授乳、休憩スポット、情報付き~



アイコン解説



ベビーベッド



幼児用便座あり



授乳室



ベビーチェア付きトイレ



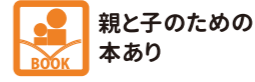
遊べるスペースあり



オムツ交換ベッド



飲食可能



親子のための本あり

エレベーターマーク解説

E B2F/BF(地下鉄改札口階) ↔ 1F(地上階)

※仙台駅周辺はB2F

E B2F(地下鉄改札口階) ↔ 2F(JR仙台駅在来線 デッキ階)

E B1F(エスパルB1F入り口前) ↔ 3F(JR仙台駅新幹線改札口階)

※東西線地下鉄改札口へは地下鉄連絡エレベータに乗り換え

E B1F(パスポール連絡地下通路) ↔ 2F(JR仙台駅在来線 デッキ階)

※南北線地下鉄南改札口にはB1FにてE乗り換え

E B1F(エスパルキッチン内) ↔ 5F(仙台駅駐車場)

※地上階、デッキ階、新幹線改札口階に停止

E 1F(地上階) ↔ 2F(JR仙台駅在来線 デッキ階)

E 2F(JR仙台駅在来線 デッキ階) ↔ 3F(JR仙台駅新幹線改札口階)

6 仙台市子育てふれあいプラザ のびすく仙台



開 9:30~17:00

休 月曜、祝日の翌日(土・日曜、祝日は開館)

7 Loft(仙台ロフト)

2F 授乳室 2,4F 化粧室



3F化粧室



※幼児用トイレあり

開 10:30~20:30 (日曜、祝日は10:00~)

休 1月1日

8 EBeans

1-4F女性用化粧室



開 10:00~20:00

休 無休

MEMO 1F インフォメーションにてベビーカーの貸出あり

(公財)せんだい男女共同参画財団

14 エル・ソーラ仙台



開 9:00~21:30 休 月2回不定休

13 AER(アエル)

1-3,5,6F化粧室 4F化粧室



所 〒980-6104 仙台市青葉区中央1丁目3-1

電 022-723-8000

開 10:00~20:00(店舗によって異なる)

MEMO 5Fにベンチあり
6Fの自販機コーナーの脇に椅子あり

12 仙台PARCO

B1F ベビー休憩室



全化粧室



※多目的トイレ内にあり

開 10:00~21:00 休 不定休

MEMO ベビー休憩室にてオムツ販売、給湯設備
2F インフォメーションカウンターにてベビーカー貸出あり

11 S-PAL(エスパル)仙台 東館

2-4F 化粧室



開 10:00~21:00 休 不定休

10 S-PAL(エスパル)仙台本館

2,5F 南側化粧室 B1-3F 化粧室



開 10:00~21:00 休 不定休

MEMO 2F 授乳室に調乳器あり、2F ベビーカー貸出あり

9 仙台PARCO 2

ベビー休憩室5F 1F 化粧室



3,5F 化粧室



※多目的トイレ内にあり

開 10:00~21:00 休 不定休

MEMO ベビーカー貸出あり(5F)、
5Fベビー休憩室にてオムツ販売、給湯設備

