



# プレママ・プレパパの みなさんへ♡



プラザ和泉は乳幼児を連れていつでも気軽に遊べる施設です。  
出産後に安心して楽しく子育てができるよう、お子さんが生まれる前に、  
見学にいっしょにいませんか？出産前に参加できるプログラムもあります。  
来所した時には受付でお声かけいただければ職員が館内をご案内いたします。



## 今月のプレママ・プレパパ向けイベント

### マタニティヨガ

10月25日(金) 13:30~14:15

お腹の赤ちゃんと一緒にヨガでリラックスしませんか？  
当日は、動きやすい服装でお越しください。  
(プラザで着替えることもできます)



申込みは  
こちら



- 対象 ■ プレママ 5組
- 申込日 ■ 10月4日(金) 10:00~  
\*右記QRコードから申込みができます。
- 持ち物 ■ タオル、バスタオル(ブランケット可)、飲み物
- 講師 ■ ヨガインストラクター まちゃ先生
- ・パパの同伴はできません。
- ・プログラム終了後、図書館の職員による絵本の紹介があります♪

### つーちゃんのわらべうた

10月31日(木) 11:00~11:20

わらべうたは“言葉の離乳食”と言われています。  
心地よい言葉のリズムを、お腹にいる赤ちゃんと一緒に楽しみましょう♪

- 対象 ■ プレママ・プレパパ  
0~2歳児親子
- 申込み ■ 不要
- 講師 ■ 塚原 道子さん



### 生まれたら

### いちごタイム

対象:ねんねのお子さん



水曜日(定員 15組) 14:00~14:30

\*申込みが必要です。詳しくはプラザニュースをご覧ください。

### ◆施設のご紹介◆

入り口には  
ベビーカー置き場があります

身長計と体重計を  
いつでもお使いいただけます



ホールにはコンビカーなど  
色々な遊具があります

ベビールームには  
調乳器や授乳室があります



井の頭線「永福町駅」「明大前駅」徒歩15分  
東京メトロ丸の内線「方南町駅」徒歩20分

### ◇お問い合わせ◇

杉並区立 子ども・子育てプラザ和泉

〒168-0063 杉並区和泉2-36-14  
TEL: 03-3328-6550

◇開所時間◇ 平日 9:00~18:00  
土日 9:00~17:00

10月の休業日 6日(日)、14日(月)