



○子どもの成長と子育てを応援します。
 ○乳幼児を連れていつでも気軽に遊べ、ゆったりと自由に過ごすことができます。

**申込制
 プログラム**

事前申し込み方法について

- 事前申込制のプログラム(講師の先生のプログラムや行事等)は、**事前に申し込みが必要**です。
- 申込受付時間は平日午前 10:00～午後 6:00 土日午前 10:00～午後 5:00 です。受付窓口にて申込をお受けします。
- プレパパ・プレママ向けのプログラムのみ電話申込可能です。受付時間は窓口と同じです。

たかささんまつり
10月27日(日)10:00～13:10

小学生や地域の方によるお店屋さんが出ます。今年は子ども・子育てプラザ下高井戸で実施します。準備・片付けのため、25日～29日は部屋の利用に制限がかかる場合があります。詳しくはプラザ内のポスターまたは2日(水)配布の申込用紙をご覧ください。

～子ども・子育てプラザ下高井戸で楽しもう～
ハロウィンイベント特集

ハロウィンを楽しもう★

ハロウィンにちなんだゲームやフォトブースなどを親子で楽しめます♪

■ 対象 ■ 乳幼児親子※申し込みはいりません

★ハロウィンラリー

7日(月)～31日(木) 10:00～12:00/14:00～16:00
 館内を探検してお化けを探そう!

★HAPPY★ハロウィンフォトブース

21日(月)～31日(木) お子さんの記念撮影にどうぞ♪

★ハロウィン福笑い

1日(火)～31日(木) マルチルームで遊んでね!

★ハロウィンサーキット

30日(水) 14:30～15:00 ホールで体を動かそう♪

★ **こんぺいとうさんが送る
 ハロウィンコンサート**
20日(日) 11:00～11:30

大型絵本やパネルシアターを、すてきな音楽と共に楽しめます! プレパパママもどうぞご参加ください!

ハロウィンの衣装をしておの参加も大歓迎しています。

■ 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ・乳幼児親子 30組

■ 申込 ■ 10月7日(月)～

■ 出演 ■ こんぺいとう

かぼちゃの収穫祭

15日(火) 14:45～15:15

かぼちゃの収穫やかぼちゃ運び、箱詰めレースなど盛沢山の収穫祭、体をいっぱい動かして遊びましょう!

■ 対象・定員 ■ 年少～年長親子 12組

■ 申込 ■ 10月1日(火)～

ベビーマッサージ

2日(水) 10:15～11:00

大好きなママの手で赤ちゃんのからだところを育みます! お子さんの嬉しい・楽しい・気持ちいいを感じる可愛い姿に癒されましょう!

■ 対象・定員 ■ ねんねの親子: 8組

■ 申込 ■ 9月18日(水)～

■ 費用 ■ オイル代 100円

*プログラム内でパッチテストを行います。

杉並で子育て中のパパFPが、こっそり教えます!!
★この秋から、どう変わる??こどもと家族のお金の話★
5日(土) 10:00～11:00

子育てにかかるお金と教育資金の準備、国や自治体からの各種手当やサポート、税金や控除の話、お住まいのお金、資産運用、iDeCoの話など、普段はなかなか聞けない話をゆっくり聞いてみませんか?? プレパパママも一緒にぜひご参加ください。

■ 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ・乳幼児親子 8組

■ 申込 ■ 9月21日(土)～

■ 講師 ■ 杉並区で子育て中の現役パパファイナンシャルプランナー



10月のハピハピ★バースデー

9日(水) 10:15～10:45

10月生まれのお友達集まれ! みんなでお祝いしましょう!

■ 対象 ■ ①10月生まれの乳幼児

②10月にハーフバースデーを迎える0歳児

■ 申込 ■ 9月25日(水)～

10月8日(火)



いらすと教室

9日(水) 15:00～16:00

身近な画材や秋の植物を使って楽しくお絵かきを教えてもらいます。最後に先生に好きな絵を描いてもらえます。

■ 対象・定員 ■ 年少～年長児親子 10組

■ 申込 ■ 9月25日(水)～

■ 講師 ■ イラストレーター 越川理佐さん



～子どもはみんな芸術家～

きっずアート

「光のこぼこを作ろう!」

**23日(水) ①15:00～15:25
 ②15:30～15:55**

きっずアートは幼児さん向けのお絵かきや工作の時間です。

■ 対象・定員 ■ 年少～年長親子 各回5組

■ 申込 ■ 10月9日(水)～

赤ちゃんとおママのためのリフレッシュタイム!

～心も体もすっきりしよう!～

19日(土) 10:00～10:30

ベビーマッサージで赤ちゃんとのスキンシップを楽しんだり、お家でもできるパパママのストレッチも紹介します! 今回は赤ちゃんの便秘解消につながる内容です!

■ 対象・定員 ■ ねんね～ずりばい前までの赤ちゃん親子 8組

■ 申込 ■ 10月5日(土)～

■ 講師 ■ チャイルドボディセラピスト 永井美仁さん



はやねはやおき4回食

28日(月) 10:15～11:15

楽しい育児は生活リズムを整えるところから始めましょう。はやねはやおきと、おいしく食事が食べられるコツをお伝えします。

■ 対象 ■ 0歳～2歳児親子

■ 定員 ■ 10組

■ 申込 ■ 10月15日(火)～

■ 協力 ■ 東京第二友の会



★当日参加プログラムののご案内★ 当日、開始時間までに会場にお越しください。

自分だけのスペシャルデザイン！
オリジナル名札作り

16日(水)

①10:00～10:45 ②11:00～11:45

フェルトでお子さんのオリジナル名札を作りましょう。

- 対象 ■ 乳幼児親子
- 定員 ■ 各回先着 12 組
- 申込 ■ 各回 30 分前～窓口受付



絵本ライブ

16日(水) 15:00～15:30

「対話式」絵本の読み語りの会です。ぜひ、お気軽にご参加ください。

- 対象 ■ 乳幼児親子、小学生
- 協力 ■ こどもの成長を護る杉並ネットワーク 井原 太一さん



フレイタイム

毎週火・金曜日

15:00～15:30

プレイホールでボールなどで遊べます！

- 対象 ■ 乳幼児親子



＜乳幼児親子と小学生の交流プログラム＞

プレイホールでみんなであそぼう！

毎週木曜日 16:30～16:45

乳幼児さんと小学生と一緒に遊ぶ時間です。

- 対象 ■ 乳幼児親子・小学生

みんなであそぼう！
たのしもう♪



フレイタイムプラス

12、26日(土)

15:00～15:30

土曜日にもフレイタイムを実施します！

- 対象 ■ 乳幼児親子



小学生タイム

毎週木曜日 16:45～17:45

小学生がホールを使って遊ぶ時間です。ボールや一輪車などで遊べます。(一輪車で遊ぶ時には上履きが必要です)



小学生タイムプラス

9日・23日(水) 17:00～17:45

ホール全面で遊ぶプログラムです。一輪車は使えません。

※「小学生タイム」「小学生タイムプラス」中、乳幼児親子のホール利用はできません。ご理解・ご協力をお願いします。



ハロウィンおぼけをさがそう♪

7日(月)～31日(木)

10:00～12:00 14:00～16:00

館内を探検しながらおかしを持ったおぼけを探そう！全部見つけたら何かもらえるかも！？



年齢別プログラム

年齢に合わせたふれあい遊びや工作、親子体操などを親子で楽しめます。当日、受付でお申し込みください♪ 詳しいプログラム内容はプラザの掲示板をご覧ください。プログラムの進行の関係で、開始10分経ちましたら受付を終了させていただきます。

たまごちゃんタイム

【金曜日】

4日・11日・18日

★25日

10:15～10:45

【対象】

ねんねの赤ちゃん親子



きんちゃんタイム

【金曜日】

4日・11日・18日

★25日

11:00～11:30

【対象】

はいはいの赤ちゃん親子



もくちゃんタイム

【木曜日】

3日・10日・17日

★24日・31日

11:00～11:30

【対象】

歩きはじめ～しっかり歩くまで(おおむね1歳児)の親子



せいちゃんタイム

【火曜日】

1日・8日・15日

★22日・29日

11:00～11:30

【対象】

しっかり歩ける(おおむね2・3歳児)親子



★のついている日のプログラムは計測の日です。手形・足形もとれます。 協力：民生児童委員

子ども・子育てプラザ下高井戸はこんな施設です。

☆利用相談事業

ご家族のニーズに応じて、「どのようなサービスがあるか」「どう利用すればよいか」等の利用相談と情報提供を行います。

☆居場所事業～ほっと・つどい・つながる～

- ・乳幼児を連れていつでも気軽に立ち寄り、ほっと過ごすことができます。
- ・年齢に応じた玩具などで、親子で遊ぶことができます。
- ・子どもの成長や子育てに関する講座や遊びのプログラムなどを実施します。
- ・これから子育てを始める方(妊娠中の方)も利用できます。



☆子ども・子育てプラザを利用できる方(対象)

●乳幼児親子

- ・0歳～未就学児親子
- ・乳幼児だけで利用はできません。(大人の付き添いが必要です)

●これから子育てを始める方

(妊娠中の方とそのパートナー)

●小中高生

小中高生はマルチルームとラウンジのみ利用できます。未就学のお子さんと一緒に遊ぶ場合にはマルチルームをご利用ください。

杉並区ホームページからプラザニュースをご覧ください。(毎月25日に更新)



【アクセス】

- ・京王井の頭線「西永福駅」南口下車徒歩15分
- ・京王線「桜上水駅」北口下車徒歩12分
- ・すぎ丸バス(浜田山駅⇄下高井戸駅間)「塚山公園」下車 徒歩10分

定期的な危機管理訓練を行っています。

安心安全にご利用いただけるようご協力をお願いいたします。