

令和8年

3月



子ども・子育て

パラザ
和泉



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。

編集・発行：児童青少年課
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】

《月～金》 9:00～18:00

《土・日》 9:00～17:00

【休業日】

毎月第1日曜日・祝日・年末年始

■3月の休業日■

1日(日)、20日(金)

知ってほしい! すべての子どもは権利を持っています

その6

「個別の必要に応じて支援を受ける権利」



●違いを理由に
差別されません

●その子に合った
サポートをしてもらえます

区HP「杉並区子どもの権利に関する条例」→
子ども政策担当課



<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/kodomokenri/zyourei.html>

申込みについて

～申込み方法は、左上のマークをご確認ください～

【窓口受付】開所時間と同じ

【電話受付】平日 10:00～18:00 土日 10:00～17:00

窓口
受付

窓口・電話
受付

2次元
コード

申込
不要

窓口
受付

アンガーマネジメント講座

～がんばりすぎない子育て～

13日(金) 10:30～11:30



イライラとの上手なつき合い方を、一緒に学んでみませんか?
毎日の子育てや日常生活に役立つヒントがいっぱいです♪

- 対象 ■ 乳幼児保護者
※託児はありませんが、お子さん連れでご参加いただけます。
- 定員 ■ 20組程度
- 申込日 ■ 2月27日(金)～
- 講師 ■ 一般社団法人日本アンガーマネジメント協会認定
アンガーマネジメントファシリテーター、主任児童委員
大野 由美さん

窓口
受付

ベビーマッサージ

2日(月) 10:15～10:45



ピュアオイルを使用するベビーマッサージです!
48時間以内に予防接種を受けている方、ジクジク
湿疹がある方は参加をお控えください。

- 対象 ■ 生後2か月～ねんねの赤ちゃん親子
- 定員 ■ 10組
- 申込日 ■ 2月16日(月)～
- 費用 ■ 90円(オイル代)
- 講師 ■ 樹田 智佳子さん

※申込時に必ず
現金でお持ちください。

2次元
コード

パパと一緒に親子ヨガ

14日(土) 15:30～16:05



ヨガが初めての方、体の硬い方、大歓迎です!
体をほぐしながら、お子さんとスキンシップを楽しみましょう♪

- 対象 ■ パパ
乳幼児(首すわり～歩き始め前)
- 定員 ■ 8組
- 申込日時 ■ 2月28日(土) 10:00～
- 講師 ■ 松平 麻美さん

お申込みはこちら



<https://logoform.jp/form/Y4gR/1434322>

窓口
受付

マオ先生と英語でリトミック!

17日(火) 10:30～11:30

- ① 10:30～10:55 1歳児親子(歩けるお子さん)
- ② 11:05～11:30 2～6歳児(未就学児)

ネイティブスピーカーのマオ先生によるリトミックです。

- 定員 ■ 各回 16組
- 申込日 ■ 3月3日(火)～
- 講師 ■ マオ・マッキニーさん



2次元
コード

夜泣き講座

6日(金) 10:30～11:30



赤ちゃんの夜泣きや寝ぐずり、お昼寝してくれないなど赤ちゃんの眠りに悩んでいませんか?睡眠問題の2大要因である「生活リズム」と「寝かしつけ」について、睡眠の生理的メカニズムや行動学に基づいた改善策をわかりやすくお話していただきます。

- 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ 5組
0～2歳児保護者 15組
- ※託児はありませんが、お子さん連れでご参加いただけます。
- 申込日時 ■ 2月20日(金) 10:00～
- 講師 ■ NPO法人 赤ちゃんの眠り研究所
山口 英里さん

お申込みはこちら



<https://logoform.jp/form/Y4gR/1414685>

2次元
コード

マタニティ椅子ヨガ

18日(水) 13:30～14:30



椅子ヨガは、妊娠中の体に負担をかけすぎず、それぞれに合ったペースで呼吸とやさしい動きを味わえ、妊娠中のマイナートラブルにアプローチしていくことができます!

- 対象・定員 ■ プレママ 8名
- 申込日時 ■ 3月4日(水) 10:00～
- 持ち物 ■ 汗拭きタオル、飲み物
- 講師 ■ ヨガインストラクター まちゃ先生

お申込みはこちら



<https://logoform.jp/form/Y4gR/1041995>

※上のお子さん・父親の同伴はできません。

※プログラム終了後、図書館員によるプレママパパ向け図書講座があります。

申込
不要

おもちゃのひろば

22日(日) 14:00～15:30



お子さんだけでなく、大人の皆さんも、
積み木や木のおもちゃに触れて、たくさん遊んでください。
癒されること間違いなしです♪※時間内は出入り自由です。

- 対象 ■ 乳幼児親子
- 協力 ■ 長谷川 弘子さん

「図書館によるプレママパパ講座」

14:30～14:45

生まれたばかりのお子さんに本を読むってどういうこと?本を選んだり、読み聞かせをしたりする時に大切なことってあるの?杉並区のブックスタート事業とあわせて、お話します。また、図書館員がプレママパパに読み聞かせもします。

- 協力 ■ 杉並区立図書館

窓口・電話
受付

年齢別プログラム

開始5分を過ぎるとご参加いただけません。



どれか1つのタイムを選んでご参加ください。
わからないことがありましたら、ご相談ください。

いちごタイム

毎週水曜日 (定員 30 組程度)
14:00~14:30

■対象 ■ねんねのお子さん

- 4日 ふれあい遊び
- 11日 ハンドマッサージでリフレッシュ!
- 協力 ■アルビレオ・リフレッシュ (定員 16 組)

申込開始 2月25日(水)~

みかんタイム

毎週水曜日 (定員 30 組程度)
10:30~11:00

■対象 ■ずりばい、はいはい、つかまり立ちのお子さん

- 4日 サーキット
- 11日 お楽しみ会

申込開始 2月25日(水)~

りんごタイム

毎週木曜日 (定員 20 組程度)
10:30~11:00

■対象 ■歩き始めたお子さん

- 5日 サーキット
- 12日 お楽しみ会

申込開始 2月26日(木)~

ぶどうタイム

毎週火曜日 (定員 20 組程度)
10:30~11:00

■対象 ■おおよそ2歳以上のお子さん

- 3日 ひなまつり工作
- 10日 お店屋さんごっこ

申込開始 2月24日(火)~

申込
不要

でんしゃランド



毎週(土) 10:00~11:30

この時間だけの特別な電車で楽しく遊びましょう♪オリジナルの線路も作れます!パパのご参加も大歓迎です♪

■対象 ■乳幼児親子



申込
不要

フォトタイム

26日(木) 10:30~12:00

お子さんの写真が撮れるフォトスポットをご用意します。幼児のお子さんも歓迎です♪

■対象 ■乳幼児親子



申込
不要

おもちゃ病院



5日(木) 13:00~15:00

【受付時間】9:00~14:00

おもちゃドクターが大切なおもちゃを修理してくれます。直してほしいおもちゃがあればお持ちください!(ひと家庭につき1点まで)

■対象 ■乳幼児親子、小学生親子
(必ず保護者の方がお持ちください)

■協力 ■杉並おもちゃドクターズさん

※精密機器は修理できません。
(電子ゲーム、トイカメラなど)

申込
不要

身長体重測定

11日(水) 11:10~11:40

■対象 ■乳幼児親子
■協力 ■民生児童委員さん
主任児童委員さん



申込
不要

手形・足形タイム

9日(月) 10:30~11:00

汚れても良い服装でご参加ください。

■対象 ■乳幼児親子
■持ち物 ■ウェットティッシュ



申込
不要

いっしょにあそぼ!

毎週(木) 16:30~16:45

小学生のお兄さんお姉さんと一緒に身体を動かしたりゲームをしたりして楽しみましょう♪

■対象 ■3歳以上の親子、小学生

※このあとの時間、ホールは小学生の占有利用となります。

申込
不要

絵本ライブ

19日(木) 14:45~15:15

「対話式」絵本の読み語りの会です。

■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
代表 井原 太一さん



申込
不要

ベビータイム

(月)~(金) 15:30~15:40

平日に毎日開催しているミニプログラムです♪親子で絵本やふれあい遊びを楽しみましょう。4日・11日は、小学生と一緒に参加します♪

■対象 ■0~1歳児親子



一時預かりのご案内

1時間単位で就学前のお子さんをお預かりします

※初回利用の際は事前に登録・面談が必要です。面談・ご利用の予約をする場合は、一時預かり利用申込みシステムからお申込みください。

利用申込み
システムのご案内



杉並区一時預かり
利用申込みシステム



一時預かり
専用電話

03(3328)6561

(電話での予約はできません。)

利用料 1時間 800円

【現金・子育て応援券(紙券/デジタル)・キャッシュレス支払可】
詳細は左記の番号にお問い合わせください。

小学生のリクエスト企画

いっしょにあそぼ! フラス

ベビータイム編 4日・11日(水)

ベビータイム内で、小学生が絵本の読み聞かせや手遊びをしてくれます♪小学生と赤ちゃんのふれあいプログラムです。

■対象 ■小学生・0~1歳児親子

☆利用できる方(対象)☆

- 乳幼児とその保護者
乳幼児を主たる対象とする施設ですが、小学生や中高生はクラフトルームで過ごすことができます。乳幼児だけの利用はできません。(大人の付き添いが必要です)
- これから子育てをはじめの方
(妊娠中の方とそのパートナー)



☆相談予約ができます☆

子育ての悩みなど身近に相談できます。(相談室もあります)ご家庭のニーズに応じて「どのようなサービスがあるか」「どう利用すればよいか」等、区や地域の子育て支援サービスの利用相談と情報提供を行います。

ご予約は
こちら→



<https://logoform.jp/form/Y4gR/1380372>



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