



【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
1（水）～5（日）、13（月）

子どもの成長と子育てを応援します。
乳幼児を連れてゆったりと自由に過ごすことができます。

事前申込制のイベント

<事前申込制のイベントの申し込みについて>

- 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、**事前に申込が必要**です。
- 杉並区在住の方は受付開始の日時から、**プラザの窓口にて、申込**ができます。＊申込は**杉並区民優先**となります。
区外の方は、プログラム実施日1週間前の14：00から空きがあれば申し込みができます。
※電話での申込はできません。・定員になり次第締め切ります。



ハワイアンリトミック
17（金）11：00～11：30

〈講師〉佐藤 久子 先生
〈対象〉1歳以上の親子
〈定員〉16組
〈申込〉1/6（月）14：00～



親子でふれあいあそびを、楽しみましょう。

ベビーマッサージ

31（金）11：00～11：30

〈講師〉稲垣 綾 先生（チャイルドボディセラピスト）
〈対象〉2ヶ月～7ヶ月までの乳児親子
（首の据わっているお子さん）

〈定員〉15組
〈参加費〉100円（オイル代として）
＊参加費を添えて申込下さい。
＊釣銭がないように、お願い致します。



〈申込〉17（金）14：00～
〈持ち物〉バスタオル 余ったオイルを持ち帰る容器
講師の方と一緒にベビーマッサージをします。
ホホバオイルを使います。

2月申込制講座のお知らせ

子育て支援講座 予告!
「ほめるってどうするの？」
～ほめて育てる育児のコツ講座～

2/21（金）・28（金）・3/7（金）10：15～11：15【全3回】

〈対象〉杉並区在住の1歳半～3歳のお子さんを持つ保護者
＊3回すべてに参加可能な方

〈定員〉6組
保護者の方のみの参加も歓迎です。
同室託児スペースもあります。希望の方はお申し出下さい。
〈申込〉1/31（金）14：00～



妊娠期のご家族対象プログラム

★こちらのプログラムのみ電話での申込ができます。
参加ご希望の場合は事前にお電話ください。

定例プログラム《施設見学&おまめタイム体験会》

16（木）10：00～10：45

利用案内後、出産してから赤ちゃんに参加できる
プログラムの見学ができます。



施設見学&ワンポイントタイム体験会

毎週水～金曜日（休業日を除く）

14：45～15：15

利用の説明と施設の見学、ミニプログラム体験ができます。



当日申込制イベント

キッズ工作	14（火）・29（水）15：30～16：30 （受付：15：25～16：10）	〈対象〉年少児～年長児の親子 〈定員〉当日先着12組 1回4組、20分交代制です。 受付時間内に受付をすれば参加できます。
パパと遊ぼう	12・19（日）11：30～11：45	〈対象〉父親と乳幼児 〈定員〉ありません。 親子でお手軽なふれあい遊びなどをして遊びます。 妊娠期のご家族の方、見学ができます。
ドレミファンランド	26（日）①10：15～10：45（受付：10：00～） ②11：00～11：30（受付：10：45～） 30（木）15：15～15：45（受付：15：00～）	〈対象〉乳幼児親子 〈定員〉16組 親子で楽しむ音楽プログラムです。

当日申込制

0・1・2・3歳児親子年齢別プログラム

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。
※当日の申込が必要です。直接、子ども・子育てプラザ高円寺へお越しください。

**1歳9か月～未就園児の
幼児親子対象
わかばタイム**
火曜 11:00～11:30
〈実施日〉14、21、28
〈定員〉先着 20組
〈受付〉当日 10:45～

**1歳～1歳8か月までの
幼児親子対象
ふたばタイム**
水曜 11:00～11:30
〈実施日〉15、22、29
〈定員〉先着 25組
〈受付〉当日 10:45～

**0歳6か月までの
乳児親子対象
おまめタイム**
木曜 10:15～10:45
〈実施日〉16、23
〈定員〉先着 16組
〈受付〉当日 10:00～

**0歳7か月～1歳までの
乳児親子対象
めばえタイム**
木曜 11:00～11:30
〈実施日〉16、23
〈定員〉先着 20組
〈受付〉当日 10:45～

《当日申込プログラムについて》

- 当日申込のプログラムは受付開始時間に定員を超えた場合、抽選となります。受付時間までに石鹸での手洗いと利用票の記入を済ませた方が抽選にご参加できます。
- 定員に達していない場合でも、プログラム開始後10分が過ぎましたら受付を締め切ります。
- 兄弟で参加される場合には、上のお子さんの年齢に合わせて、プログラムにご参加ください。
- 感染症対策のため、人数制限を行っています。年齢別プログラムは1週間にひとつ選んで申し込んでください。

**おまめタイム・めばえタイム
合同プログラム**
保健師さんに聞いてみよう！「睡眠について」
30(木) 10:45～11:30
〈対象〉0歳児の親子
〈定員〉30組程度
〈受付〉当日 10:30～
高円寺保健センターの保健師さんから赤ちゃんの睡眠についてお話が聞けます。質疑応答の時間もあります。
気になることを聞いてみるいい機会にしませんか？

* その他乳幼児親子対象プログラム *

小学生と乳幼児の交流プログラム
いっしょにあそぼ
毎週金曜日 16:30～16:45
小学生といっしょにダンスをしたりゲームをしてあそびます。
小学生占有タイム 16:45～17:45
*プレイホールは、小学生の占有の時間になります。

ワンポイントタイム
毎週火～金曜日 15:00～
〈対象〉乳幼児親子
*午後のプログラム実施日を除く
*午前のプログラムのない期間は11:00～も実施します。
ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなど、5分程度のプログラムを行います。

のりものタイム
〈実施日〉6(月)、10(金)、20(月)、24(金)、27(月)
子ども用の乗り物や屋根付きカーに乗って遊ぶことができます。○の日は、のりものタイムプラスの日で、ボールプールやトランポリンなどもあります。
〈申込〉事前の申込は必要ありません。

移動文庫みつばち
16(木) 14:30～16:30
講師:大野 由美 先生
一般社団法人日本アンガーマネジメント協会
認定ファシリテーター、主任児童委員
気持ちをテーマにした絵本や、子育てに役立つアンガーマネジメントの本などを紹介して頂いたり、直接先生とお話する事ができます。

光と音の癒しの空間/
スヌーズレンルーム
開所日は毎日実施
心がリラックスできる、光と音を楽しめます。
お子様からお母さん、妊婦さんまでゆったり過ごしませんか？

子ども・子育てプラザ高円寺はこんな施設です

☆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・つどろ・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1階のマルチルーム2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1階ラウンジをご利用ください。

一時預かり事業

1時間単位で就学前のお子さんをお預かりします。

- 区内在住の生後6か月から小学校就学前までの健康で集団生活が可能なお子さんが対象です。
- 利用料 1時間 800円(杉並子育て応援券利用可)
端数は現金払いになります。
- 初回利用の際は、事前に登録・面談が必要です。

〈ご予約・お問い合わせ〉
下記の番号に直接ご連絡下さい。

**一時預かり事業専用電話
03-6383-2616**

〈アクセス〉

JR中央線高円寺駅 下車徒歩7分
東京メトロ丸ノ内線 新高円寺駅 下車徒歩10分