



【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
7月休業日 5日・20日

○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9:00～午後6:00 土日午前9:00～午後5:00です。
- プレパパ・プレママ向けのプログラム等、一部電話申込やロゴフォームでの申込も可能です。電話受付時間は窓口と同じです。詳しくはプログラムの申込をご確認ください。



盆踊り フラザ下高 なつまつり 盆踊り

11日(土) ①10:30～11:30 ②14:00～15:30

プラザ夏のイベント!

みんなでお祭りを楽しみましょう。盆踊りや出店もあります♪

- 対象・定員 ■ ①未就園児・赤ちゃん親子向け 25組
②未就園児・幼児親子向け 30組
- 申込 ■ 6月27日(土)～
- 協力 ■ 母親クラブふたば会・民生委員・主任児童委員



保健師さんによる **小さなお子さんの熱中症対策のお話**
～体温調節や肌のケアについて～
6日(月) 11:00～11:35

暑さ対策の方法について、保健師さんにお話を聞きながら、夏を乗り切りましょう!

- 対象 ■ 乳幼児親子
- 定員 ■ 15組
- 申込 ■ 6月22日(月)～
- 協力 ■ 高井戸保健センター



電話申込OK **赤ちゃん心地よくつながる抱っこひも講座**

13日(月) 10:15～11:15

赤ちゃんも大人も安心できる、心地よい抱っこひもの仕方を学べます。使用している抱っこひもを快適に使えるようにしましょう!

- 対象 ■ プレパパ・ママ、乳幼児親子
*保護者のみのご参加もできます
- 定員 ■ 10組
- 申込 ■ 6月29日(月)～
- 講師 ■ 助産師 内田 綾子さん
助産師 白須 陽子さん



子どものヘアカット講座
15日(水)

1部<お話編>10:00～10:30
2部<実践編>10:45～11:30

髪の毛を切る際のちょっとしたコツを知ることができます。実践編では、講師のアドバイスをもらいながら実際にお子さまの髪を切ってみます。

- 対象 ■ 1部：乳幼児親子
2部：2歳以上親子向け
- 定員 ■ 1部：8組 2部：6組
- 申込 ■ 1日(水)～
- 講師 ■ 美容師 佐藤 祐輔さん



夏のコンサート

18日(土) 10:30～11:15

誰でも知っている曲や懐かしい曲を、ギターやドラムなどの楽しい演奏でお届けします。お子さまから大人まで、みんなで一緒に音楽のひとつときを楽しみましょう♪

- 対象 ■ 乳幼児親子・小学生・中学生
- 定員 ■ 25組
- 申込 ■ 7月4日(土)～
- 出演 ■ ヴィレッジセブン



親子でととのうヨガ時間

22日(水) 10:15～11:00

歌や音楽に合わせてヨガの動きを楽しみましょう♪体を動かして、ととのう時間を親子で体験しませんか?

- 対象 ■ 首の座った赤ちゃんから1歳半くらいの乳幼児親子
- 定員 ■ 15組
- 申込 ■ 7月8日(水)～
- 講師 ■ 中楯 めぐみさん



7月のハピハピ★バースデー

26日(日)、27日(月)
10:15～10:45

7月生まれのお友達集まれ!
みんなでお祝いをしましょう!

- 対象 ■
①7月生まれの乳幼児
②7月にハーフバースデーを迎える0歳児
- 申込 ■
26日参加者：7月12日(日)～7月25日(土)
27日参加者：7月12日(月)～7月26日(日)



乳幼児の熱中症を予防しましょう

子どもは体温の調節機能が十分に発達していないため、大人より熱中症になるリスクが高くなります。対策など詳しくは以下の杉並区役所のHPをご覧ください。

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/news/26542.html>



ほめるってどうするの?
～ほめて育てる育児のコツ～【全3回】

6月24日(水)、1日(水)、8日(水)
10:15～11:15

お子さんとのより良い関係づくりや子育てのアイデアを皆さんで共有する講座です!同室託児スペースもあります♪

■ 対象・定員 ■ 杉並区在住の1歳半～3歳のお子さんの保護者 ※3回連続参加が可能の方 6組

*申込は終了しております。

★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

3日(金) 13:30～14:30

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・定員 ■ 乳幼児親子 先着 12組



パパとかんかんタイム

4日(土) 10:00～11:30

ホールに線路を組んで電車で遊ぶことができる時間です。普段出していない特別な車輛や駅などもです。ママの参加もできます。

■ 対象 ■ 乳幼児親子



ちびっこカーランド

9日(木) 14:30～15:30

ホール全面を使ってコンピカーで遊べる時間です。道路標識やお店を置いて、ちいさな街をドライブできます！

■ 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！

毎週月～水曜日 16:00～16:45

乳幼児親子と小学生が一緒におまごとやプラレールをあそべます。

■ 対象 ■ 乳幼児親子・小学生



フラザでちょっと早い七夕飾り！

6月23日(火)～7月7日(火)

短冊や七夕かざりを作ってみんなで七夕を楽しみましょう。

■ 対象 ■ 乳幼児親子・小学生



ちよっぴりこわ～いおはなし会

24日(金) 11:00～11:30

暑い夏にちよっぴりこわ～いおはなしを聞いて涼しくなってみませんか？

■ 対象・定員 ■ 乳幼児親子・小学生
■ 協力 ■ 石井 育代さん



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。



小学生タイムプラス

8日・22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。



プレイタイム

毎週(金) 17:15～17:45

プレイホールでボールなどであそべます。

■ 対象 ■ 乳幼児親子



プレイタイムプラス

25日(土) 11:00～11:30

土曜日にもプレイタイムを実施します！プレイホールでボールなどで遊べます。

■ 対象 ■ 乳幼児親子



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、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。

1学期：7月17日(金)まで。 2学期：9月8日(火)～開始予定となっております。

たまごちゃんタイム

【金曜日】

3日・10日・17日

10:15～10:45

【対象】ねんねの赤ちゃん親子
*10日はわらべうたとなります。



きんちゃんタイム

【金曜日】

3日・10日・17日

11:00～11:30

【対象】はいはいの赤ちゃん親子
*10日はわらべうたとなります。



もくちゃんタイム

【木曜日】

2日・9日・16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】

7日・14日

11:00～11:30

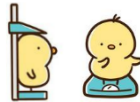
【対象】おおむね2・3歳児の親子



今月の計測の日は

17日(金) 11:35～12:00 です。

協力：民生児童委員



パパもぴよぴよタイム

26日(日) 15:00～15:20

日曜日にお子さんと一緒にふれあい遊びや絵本を一緒に楽しみませんか？
パパ大歓迎です♪

■ 対象 ■ ねんね～よちよちの赤ちゃん親子

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。こちらから予約してください⇒

<https://logoform.jp/form/Y4gR/1385634>



子どもの権利に関する条例クイズ

Q 権利って、いつからあるのかな？

- ① 小学校に入学したとき
- ② 言葉が話せるようになったとき
- ③ 生まれたときから

答えはいちばん下に書いてあるよ！

子ども家庭部子ども政策係 区HP「子どもの権利」⇒
<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/1263.html>

クイズの答え ③生まれたときから



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・つどう・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。



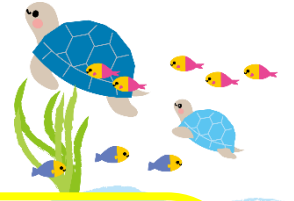
杉並区ホームページからプラザニュースをご覧ください。(毎月25日に更新)



【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





7月の定例プログラムの紹介

年齢別プログラム

たまごちゃんタイム

毎週金曜日 10:15～10:45

【対象】
ねんねの赤ちゃん親子

- 3日 ねんねアート「セタガーランド」
- 10日 「わらべうたで遊ぼう♪」講師 塚原先生
- 17日 「足形カードづくり～夏～」

2学期：9月11日（金）～ 始まります♪



きんちゃんタイム

毎週金曜日 11:00～11:30

【対象】
はいはいの赤ちゃん親子

- 3日 「セタガーランドとフォトブース」
- 10日 わらべうた 講師 塚原先生
- 17日 「足形カード作り～夏～」

2学期：9月11日（金）～ 始まります♪



もくちゃんタイム

毎週木曜日 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

- 2日 「運動遊び～体を動かしてあそぼう♪～」
- 9日 「リズム遊び～音楽に合わせて動こう～」
- 16日 「手形カードづくり～夏～」

2学期：9月10日（木）～ 始まります♪



せいちゃんタイム

毎週火曜日 11:00～11:30

【対象】
おおむね2・3歳児の親子

- 7日 「たなばた製作」
- 14日 「手形カードづくり～夏～」

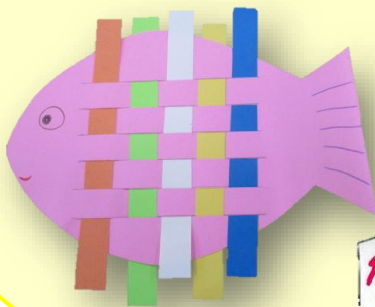
2学期：9月8日（火）～ 始まります♪



今月の工作

毎月新しい工作が2種類です！
作りたい人は受付スタッフまでお声がけください♪

おさかなを作ろう



ぐるぐるフレスレット



- 申込みなしでどなたでも作れます。
- 1作品1日1つまでです。