



○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。受付窓口にて申し込みをお受けします。
- 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。



### 5月のハピハピ★バースデー 11日(月)、17日(日) 10:15～10:45

5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 ■  
①5月生まれの乳幼児  
②5月にハーフバースデーを迎える0歳児
- 申込 ■  
11日参加者：4月7日(火)～5月10日(日)  
17日参加者：4月7日(火)～5月16日(土)



### フラキャン！ ～餃子の皮で あつあつミニピザをつくっちゃお～ 16日(土) 14:00～15:15

プラザのお庭でプチアウトドアクッキングを楽しもう！パパの参加も大歓迎です♪

- 対象 ■ 年少～年長さん親子
- 定員 ■ 8組 ※1組2名
- 材料費 ■ 1組350円
- 持ち物 ■ 紙皿、飲み物、エプロン、三角巾、軍手、長そで・長ズボンを着用  
※詳しくは申込書をご覧ください。
- 申込 ■ 4月25日(土)～

### ママのための アロママッサージ 18日(月) 10:30～11:15

手のひらや足の裏をマッサージしてリフレッシュしませんか。お家でできる簡単なマッサージを知ることができます。

- 対象・定員 ■  
ねんね～はいはいの親子8組
- 申込 ■ 1日(金)～
- 講師 ■ 棚橋 菜々子さん



### いらすと教室

22日(金) 14:45～15:45

カケアミの手法や、色々な道具を使ったスタンプアートをしながら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8組
- 申込 ■ 8日(金)～
- 講師 ■ イラストレーター 越川 理佐さん



### さっこ先生のリトミック 25日(月)

①10:15～10:45 ②11:00～11:30

音楽に合わせて親子でスキンシップあそびを楽しみましょう♪

- 対象 ■  
①はいはい～よちよち歩きの乳幼児親子  
②あるき始め～2歳の幼児親子
- 定員 ■ 各回15組
- 申込 ■ 11日(月)～
- 講師 ■ 土澤 咲子さん



### トイトレ講座

27日(水) 10:30～11:30

トイレトレーニング開始時期のベストは実は1歳半～2歳！イヤイヤ期の前にオムツがとれるメリットがいっぱいです。子どもの自主性を大切にすトイトレを紹介します。

- 対象 ■ 乳幼児親子・プレパパ、プレママ  
※保護者のみでも参加できます。
- 定員 ■ 15組
- 申込 ■ 13日(水)～
- 講師 ■ ささお らんさん



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

### 5月からリニューアルしました♪ パパとかんかんタイム 2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。実施時間中は出入り自由に遊べます。ママの参加もできますのでお気軽にご参加ください。

- 対象 ■ 乳幼児親子



### のりもの大すき！ ちびっこカーランド 14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



### 自分だけのスペシャルデザイン！ オリジナル名札作り 20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



〈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

5月から実施の曜日が増えました！ぜひ、遊びに来てください♪

乳幼児親子と小学生が一緒におままごとやブラレールであそべます。毎週(火)の16:00～16:30はシャボン玉遊びになります。

■ 対象 ■ 乳幼児親子・小学生

〈乳幼児親子と小学生の交流プログラム〉

### みんなであそぼう！プラス

#### 9日(土)10:00～11:45

きょうだい児と一緒に遊びにきませんか？

乳幼児親子と小学生が一緒におままごとやブラレールであそべます。

■ 対象 ■ 乳幼児親子・小学生



### 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

#### 13日・27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

#### 23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。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】



#### 1日・8日・15日

#### 22日・29日

#### 10:15～10:45

【対象】

ねんねの赤ちゃん親子  
プレパパ・プレママの見学も  
ご案内できます。

### きんちゃんタイム

#### 【金曜日】



#### 1日・8日・15日

#### 22日・29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】

#### 7日・14日・21日・28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】

#### 12日・19日・26日

#### 11:00～11:30

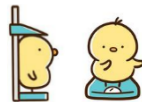
【対象】

おおむね2・3歳児の親子

今月の計測の日は

26日(火)11:35～12:00です。

協力：民生児童委員



### パパも♪びよびよタイム

#### 31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・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)

●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)



## 知ってほしい! 子どもの権利

- 子どもが安心して暮らすために大切なものです。←
- すべての子どもが生まれながらに持っています。



「杉並区子どもの権利に関する条例」に関する内容を毎月紹介していきます!子ども家庭部子ども政策担当 区HP「子どもの権利」⇒

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/1263.html>



### 【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

