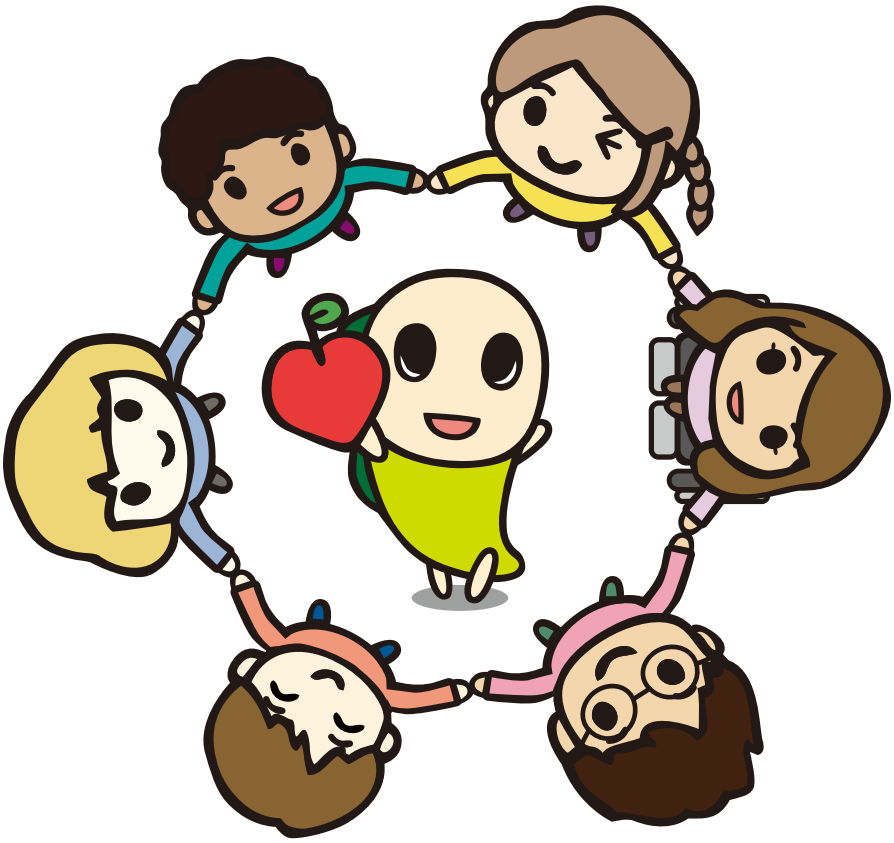
子育て応援券
すぎなみ

# 杉並子育て応援券
# ガイドブック

令和8年度版



最新情報や
区からのお知らせは
ここを Check ！

○　このガイドブックに掲載している情報は、令和８年３月１日時点のものです。
○　事業の最新情報は、区公式ホームページ「杉並子育て応援券」に掲載しています。
https://www.city.suginami.tokyo.jp/kosodate/ouenken/

杉並子育て応援券

# ガイドブック　もくじ


1　杉並子育て応援券事業とは …… 1

2　応援券の種類 …… 1

3　令和８年度に交付する応援券の金額及び有効期限 …… 2

- 無償券
- 有償券
- 有償券購入用 LoGo フォーム
- タクシー専用ゆりかご券

4　応援券で利用できるサービスと利用上限額 …… 5

5　応援券の利用方法 …… 6

- アプリ版応援券での支払い
- カード版応援券での支払い
- 応援券利用の際の“心得”　ご注意ください！
- 応援券での支払い例　～さまざまなケースがあります～
- 金額以外に利用制限があるサービス
- オンラインサービスについて

6　サービス利用のヒント …… 9

- 妊娠期から子育て中に使われている主なサービス
- 杉並マップ　ご自宅の近所でサービスを探す参考に
- 応援券Ｑ＆Ａ
- こんな事業者がいたときは

7　子育てに便利な公共サービス …… 11

- 子どもを預けるサービス
- 子育て支援サービス
- 子育ての輪を広げよう
- 子育てに関する相談窓口

**応援券が利用できるサービス一覧**

親子地域ふれあい …… 14

親（妊婦を含む）をサポート …… 33

子どもを預ける …… 53

その他 …… 59

## 1　杉並子育て応援券事業とは

杉並子育て応援券事業は、「親の子育て力」と「地域の子育て力」を高め、子どもが健やかに育ち、子育てを共に支える地域づくりを目指して実施している杉並区独自の事業です。この事業は、単なる経済的支援ではなく、有料の子育て支援サービスの利用を通じて、地域の子育て家庭や事業者とのつながりを育むことで、子育てに対する不安の解消や負担の軽減を図るための仕組みです。

## 2　応援券の種類

応援券は、アプリ版応援券とカード版応援券の２種類があります。それぞれ、無償で交付するもの（無償券）と、有償で購入できるもの（有償券）があります。

### アプリ版応援券

- スマートフォンで利用できるポイント式の応援券です。
- アプリ版応援券の利用には、アプリストアから「子育て応援券アプリ」をインストールする必要があります（対象の方には区からご案内を送付します）。




### カード版応援券

- スマートフォン未所持等でアプリ版応援券が利用できない方向けに交付するカード版の応援券です。
- 利用者の申出により、区がアプリ版応援券の利用ができない旨を確認の上、交付します。アプリ版応援券が利用できる場合、カード版応援券を選ぶことはできません。



**無償券**　無償で交付されるもので、ゆりかご面接を受けた妊婦、出生児若しくは１歳児又は２歳児の子どもと同一世帯の保護者が対象です。

**有償券**　１万円分の応援券を 4,000 円で購入できます。就学前の子どものいる保護者が対象で、子ども１人当たり年間最大３万円分の応援券（最大 12,000 円）を電子申請（LoGo フォーム）にて、いつでも購入できます。決済方法は、クレジットカード、PayPay 又は納付書による支払いです。

## 3　令和８年度に交付する応援券の金額及び有効期限

応援券は、交付される対象により、交付額と有効期限が異なります。利用時には有効期限の早いものから自動的にポイントが減算され、有効期限が過ぎたポイントは失効します。

なお、応援券は、小学校入学前の３月 31 日までのお子さんへのサービスにのみ利用できるため、有効期限内であっても、小学生以上のお子さんが受けるサービスに利用することはできません。

### 無償券

| 交付対象者 | | 交付額 | 有効期限 |
|---|---|---|---|
| ゆりかご面接を受けた妊婦本人 | 杉並区にお住まいの妊婦ご本人が対象です。交付のためには、お住まいの住所の担当保健センター等でゆりかご面接を受ける必要があります。面接の予約は各保健センターへお問い合わせください（申請は不要です）。 | 10,000pt | 令和 10 年３月 31 日 |
| 令和８年４月２日～<br>令和９年４月１日生（出生児） | 令和８年度に生まれたお子さんがいる世帯に交付します。出生届受理後、お子さんの住民登録を区で確認ができ次第、ご案内はがきを郵送します（申請は不要です）。 | 30,000pt | 令和 11 年３月 31 日 |
| （多子世帯） | | 35,000pt | |
| 令和７年４月２日～<br>令和８年４月１日生（０歳児） | 令和８年４月１日以前から区にお住まいの０歳児のいる世帯は無償券の交付対象外です。 | 交付なし | - |
| （令和８年４月２日以降転入） | 令和８年４月２日以降に区に転入した０歳児のいる世帯に交付します。住民登録を区で確認ができ次第、ご案内はがきを郵送します（申請は不要です）。 | 15,000pt | 令和 10 年３月 31 日 |
| （令和８年４月２日以降転入の多子世帯） | | 20,000pt | |
| 令和５年４月２日～<br>令和７年４月１日生（１・２歳児） | １歳児又は２歳児のお子さんがいる世帯に交付します。令和８年４月１日時点で区に住民登録がある方には４月中旬に、年度中に転入した方は、住民登録を区で確認ができ次第、ご案内はがきをお送りします（申請は不要です）。 | 15,000pt | 令和 10 年３月 31 日 |
| （多子世帯） | | 20,000pt | |
| 令和２年４月２日～<br>令和５年４月１日生（３～５歳児） | ３歳児以上のお子さんのいる世帯は無償券の交付対象外です（有償券の購入は可能です）。 | 交付なし | - |

※多子世帯　小学生以下の兄、姉が２人以上いる世帯

## 有償券

有償券を購入することができるのは０～５歳児のお子さん（今年度生まれた子を除く）がいる世帯です。４月中旬に対象の世帯には有償券の購入案内はがきを郵送します。（※以下の「有償券購入用 LoGo フォーム」からも申請可能です。）

申請は 24 時間いつでも可能ですが、申請内容の確認等を行うため、交付までは１か月程度お時間がかかります。また、５歳児のお子さん分の有償券については、有効期限の関係から申請期限が短くなっています。

有償券の購入を検討される際は下表の＜有償券購入表＞を参考にしてください。

## 有償券購入用 LoGo フォーム

有償券の購入申請は、電子申請（LoGo フォーム）により行います。

子ども１人当たり年間最大 30,000pt 購入可能ですが、１回でまとめて 30,000pt 購入することも、３回に分けて 10,000pt ずつ合計 30,000pt 購入することもできますので、計画的な購入とご利用をお願いします。

決済方法は、キャッシュレス決済（クレジットカード、PayPay）又は納付書による支払いです。

決済完了後のキャンセル・払い戻しは出来ませんので、ご注意ください。

https://www.city.suginami.tokyo.jp/s055/1130.html

※LoGo フォームの利用ができない方は、**杉並子育て応援券コールセンター（03-4354-0148）**までご相談ください。

＜有償券購入表＞

| 購入対象者 | 有効期限 | 決済手段 | 申請期限 | 申請から交付までの期間 | 年間購入可能額 |
|---|---|---|---|---|---|
| 令和３年４月２日～令和８年４月１日生（０～４歳児） | 令和 10 年３月 31 日 | クレジットカード、PayPay | **令和９年３月 31 日** | １か月程度 | 10,000pt×３＝30,000pt |
| | | 納付書 | **令和９年１月 29 日** | ２か月程度 | |
| 令和２年４月２日～令和３年４月１日生（５歳児） | **令和９年３月 31 日** | クレジットカード、PayPay | **令和９年１月 29 日** | １か月程度 | |
| | | 納付書 | **令和８年 12 月 28 日** | ２か月程度 | |

※子ども１人当たり年間最大 30,000pt 購入可能。

## タクシー専用ゆりかご券

タクシー専用ゆりかご券は、妊産婦タクシーのみ利用できる応援券（紙券）です。妊産婦タクシー利用をご希望の方は、タクシー専用ゆりかご券への交換が必要です。交換手続きの詳細は下記のとおりです。

**1　交付要件**

・　令和７年度以降にゆりかご面接を受けた妊婦で、応援券アプリのポイントが 5,000pt 以上ある

**2　交付内容**

・　応援券アプリのポイント（5,000pt）をタクシー専用ゆりかご券 1 冊（5,000 円分）と交換します。交換できるのは、ゆりかご面接１回につき、最大２冊（10,000 円分）までです。

**3　手続き方法**

・　タクシー専用ゆりかご券の交換申請は、電子申請（LoGo フォーム）により行います。

・　応援券アプリのユーザー登録を行い、ゆりかご券（10,000pt）が付与されていることを確認してからご申請ください。

https://www.city.suginami.tokyo.jp/s055/3039.html

※LoGo フォームが利用できない方は、**コールセンター（03-4354-0148）**までご相談ください。

**4　申請期限**

・　令和８年９月 30 日（令和７年度にゆりかご面接を受けた方）

・　令和９年９月 30 日（令和８年度にゆりかご面接を受けた方）

**5　注意点**

・　タクシー専用ゆりかご券は、妊産婦タクシーのみ利用できます。他の子育て応援券サービスには利用できません。

・　タクシー専用ゆりかご券を応援券アプリに戻すことはできません。

・　タクシー専用ゆりかご券の有効期限は令和 10 年３月 31 日です。

・　タクシー専用ゆりかご券が利用できるタクシー事業者は、上記の二次元コードからご確認ください。

## 4　応援券で利用できるサービスと利用上限額

応援券は、サービスによって１回当たりの利用上限額や利用対象が異なります。なお、すべてのサービスで、兄弟姉妹に交付された応援券が利用できます。

**単なる金券ではありません！**

応援券はあくまで子育て支援サービスに利用できるものです。換金、交換・譲渡・売買はできません。また、おむつやミルクなどの物品購入、飲食料、月極めの保育料、キャンセル料、入会金、年会費などの支払いにも利用できません。

| サービス分類 | | 主なサービス | １回の利用上限額 | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| 親子地域ふれあい | 親も子も楽しむ交流事業 | リトミック、ことば交流、音を楽しむ、ものづくり、からだを動かす、その他交流 | 利用する就学前の子どもの人数×3,000 円 | |
| | 親子の集い事業 | 集いのための「場」の提供 | | |
| | 親子で楽しむ地域イベント | 観劇・人形劇・コンサート | 利用する就学前の子どもの人数×6,000 円 | 応援券対象のお子さんの人数×上限額の範囲で、保護者と中学生以下の兄弟姉妹の参加費として利用できます。 |
| | | 区内で実施される「季節のイベント・お祭り」など | 利用する就学前の子どもの人数×3,000 円 | |
| 親（妊婦を含む）のサポート | 産前・産後の支援 | 妊産婦のお出かけ支援（妊産婦タクシー） | 5,000 円 | **タクシー専用ゆりかご券のみ** |
| | | 産前・産後のからだを動かす講座、産前・産後の日常生活のお世話、訪問型・来所型産後ケアサービス（出産・母乳育児相談） | 5,000 円 | |
| | | 宿泊型産後ケアサービス | １日につき30,000 円 | |
| | | 日帰り型産後ケアサービス | 15,000 円 | |
| | 子育て相談 | 国家資格者による子育て相談<br>子育て中の親のへのカウンセリング | 5,000 円 | |
| | | 子どもの口腔ケアの健康相談とフッ素塗布 | 5,000 円 | 子どもごとに年度内１回のみ利用できます。 |
| | | 子どもの健康相談と小児はり | 3,000 円 | |
| | 家事援助 | 調理・洗濯・掃除等日常の家事全般の援助 | 5,000 円 | エアコンクリーニング等、日常的でない家事には利用できません。 |
| | 子育て講座 | 子育て基本講座・講演会、ベビーふれあい講座、乳幼児・妊婦のための食育講座、その他子育てサポート講座 | 3,000 円 | |
| 子どもを預かる | 特定施設での一時保育 | ひととき保育、保育施設・幼稚園などでの一時保育、病児・病後児保育 | 利用する就学前の子どもの人数×20,000 円 | |
| | イベントなどの託児サービス | コンサートなどでの託児 | | |
| | 自宅での託児サービス | ベビーシッターなど | | |
| | 幼稚園での体験型保育 | 幼稚園の未就園児対象の保育 | | |
| その他 | 子どものインフルエンザ予防接種 | | 利用する就学前の子どもの人数×5,000 円 | |

## 5　応援券の利用方法

### アプリ版応援券での支払い

#### 1　事前準備

- アプリストア（Play ストア又は App ストア）から「子育て応援券アプリ」をインストールします。
- 応援券アプリを開き、ユーザー登録を行います。登録には、区から対象世帯に郵送するご案内はがきに記載された「ファミリーID」及び「パスワード」が必要です。

#### 2　利用方法

※利用方法の詳細は、区公式 HP 参照。操作方法等の詳細は、アプリ内「使い方」や「よくあるご質問」も参照。

- 利用するサービスをアプリ内の「サービスを探す」、区公式ホームページ「杉並子育て応援券」、ガイドブック巻末の応援券が利用できるサービス一覧から選びます。
- 利用する前に、事業者に『アプリ版応援券を使うこと』を伝えた上で、サービス内容や利用方法、支払方法などを確認します。また、利用前にアプリにポイント残高（有効期限内のポイント）があることも確認してください。
- サービス利用後、アプリ内「応援券を利用する」をタップし、事業者の提示する決済用二次元コードを読み取ります。利用したサービスを選択し、利用金額を入力の上、支払いを行います。
- アプリ内からサービスの利用履歴やポイントの付与履歴を確認することも可能です。



## カード版応援券での支払い



### 1　事前準備

- 事前の準備は特にありません。

### 2　利用方法

- 利用するサービスをガイドブック巻末の「応援券が利用できるサービス一覧」または区公式ホームページ「杉並子育て応援券」から選びます。
- 利用する前に、事業者に『カード版応援券を使うこと』を伝えた上で、サービス内容や利用方法、支払方法などを確認します（事業者によっては、カード版応援券が使用できない場合がありますので、必ずご確認ください）。
- サービス利用後、カード版応援券を事業者に提示してください。事業者が応援券の二次元コードを読み取りますので、利用金額を確認の上、支払いを行います。

## 応援券利用の際の“心得”　ご注意ください！

**サービスを選ぶのはあなた自身！**

サービスの利用は、あくまでも「利用者（あなた）」と「事業者」との契約です。内容などを事前にしっかりと確認した上で、サービスを利用しましょう。

**サービスを利用した日に支払いを！**

原則として、応援券の支払いはサービスを利用した日に行います。前払いのサービスを除き、未来に使うサービスの料金を事前に支払うことはできません。

**安易なキャンセルは控えて！**

応援券で利用できるからといって、安易なサービスのキャンセルは控えてください。やむを得ずキャンセルをする場合は、必ず事業者に連絡をしましょう。
キャンセル料が発生する場合もあるので、サービスを選ぶ際には、サービスの内容確認と一緒に、キャンセル時の対応についても事業者に確認しておきましょう。
なお、キャンセル料の支払いに応援券は使えませんので、ご注意ください。

## 応援券での支払い例　～さまざまなケースがあります～

例 1

### 保育施設での一時保育

健診に出かけるので、子どもを 1 時間 800 円で 3 時間預ける場合（合計で 2,400 円）

アプリの残高が 10,000pt の場合、アプリで 2,400 円分全額支払うことができます（一時保育は 1 回当たり 20,000 円が利用上限額です）。

例 2

### 宿泊による産後ケア

もく浴、授乳、抱っこや抱っこ帯の調整、赤ちゃんケアを助産師さんが指導してくれる産後ケアを 1 泊 2 日で利用する場合
（1 日の利用料が 26,000 円の場合、合計 52,000 円）

アプリの残高が 40,000pt の場合、アプリで 40,000pt 支払うことができます（宿泊型産後ケアは 1 日につき 30,000 円が利用上限額です）。残りの 12,000 円分は現金払いになります。

例 3

### 家族でコンサート鑑賞

子ども 1,100 円・大人 2,000 円のコンサートを、3 歳・5 歳・小学生・両親の家族 5 人で鑑賞する場合（5 人で合計 7,300 円）
※「親子で楽しむ地域イベント」では、応援券の対象の子どもが参加していれば、対象でない小学生の子どもも含めて家族で応援券の利用できます。

アプリの残高が 10,000pt の場合、アプリで 7,300pt 全額支払うことができます（コンサート鑑賞は「親子で楽しむ地域イベント」で、1 回当たり子ども 1 人につき 6,000 円が利用上限額です）。

## 金額以外に利用制限があるサービス

**「子どもの口腔ケアの健康相談とフッ素塗布」**、**「子どもの健康相談と小児はり」**は、
年度内 1 回のみ対象のお子さんの応援券で支払いできます。

## オンラインサービスについて

一部のサービスでは、ご自宅や里帰り先でも利用することが出来る**「オンラインサービス」**を提供しています。

- アプリ内の「サービスを探す」からオンラインサービスを提供している事業者を検索できます。
- オンラインサービスでは、内容、料金等が対面のサービスとは異なる場合があります。
- オンラインサービスを申し込む前に、ご自身で必要な機器（PC、ヘッドセット等）やアプリケーション（Zoom 等）、インターネット回線など、オンラインサービスを利用できる環境が整っていることを確認してください。
- 対面とは異なるため、支払い時には必ず事業者とアプリでの支払い金額の確認などを、画面を通して行ってください。

# 6　サービス利用のヒント

## 妊娠期から子育て中に使われている主なサービス

**応援券利用の目印に！**
杉並子育て応援券を利用できる事業者が、PR に使用しているシンボルマークです

| | | | |
|---|---|---|---|
| 妊娠期から出産後まで | **妊産婦タクシー**<br>事由を問わずタクシーが利用できます。<br>※利用にはタクシー専用ゆりかご券への交換申請が必要です。詳細は４ページをご確認ください。 | 出産後から | **親子の集い**<br>親子が気軽に立ち寄り、交流できる場に参加できます。 |
| | | | **子育て相談・子育て講座**<br>子育てに関する様々なことを学んだり、専門家からアドバイスを受けたりすることができます。 |
| | **産前・産後のからだを動かす講座**<br>ヨガなどの産前・産後の体づくりやストレス解消に役立つサービスです。 | | **家事援助**<br>日常の家事をお手伝いします。 |
| | | | **一時保育**<br>様々な施設でお子さんを一時的に預かります。 |
| | **産前・産後の日常生活のお世話**<br>産前・産後のママの日常生活をサポートします。 | | **ベビーシッター**<br>ご自宅でお子さんを預かるシッターサービスを利用できます。 |
| | **産後ケアサービス**<br>助産師などによるケアが受けられます。 | 3歳以降 | **親も子も楽しむ交流事業**<br>リトミック・ダンス・ものづくりなどを親子で体験できます。 |
| | **ベビーふれあい講座**<br>ベビーマッサージなどの赤ちゃんとのスキンシップを促すサービスです。 | | **親子で楽しむ地域イベント**<br>観劇やコンサート、イベントを親子で楽しめます。 |

**応援券は、お子さんの成長にあわせて小学校入学前の３月 31 日まで利用できます**

## 杉並マップ　ご自宅の近所でサービスを探す参考に

●杉並区役所
❶荻窪保健センター・子どもセンター
❷高井戸保健センター・子どもセンター
❸高円寺保健センター・子どもセンター
❹上井草保健センター・子どもセンター
❺和泉保健センター・子どもセンター



## 応援券Q＆A

**Q 杉並区外に引っ越したら応援券は使えなくなりますか？**

応援券は利用できません。
区内転居の場合は、引き続き利用できます。

**Q 購入した有償の応援券は払い戻しができますか？**

有償の応援券は払い戻しできません。
計画的な購入をお願いします。

**Q 応援券でタクシー利用ができますか？**

ゆりかご面接を受けた妊婦に交付するゆりかご券１万ポイントと交換できる「タクシー専用ゆりかご券」のみ利用できます。応援券事業者登録のあるタクシーのみ利用可能です。

**Q 事前にポイントを利用しましたが、当日参加できずキャンセルしました。利用したポイントは戻せますか？**

利用済みのポイントを戻すことはできません。前払いの場合は必ず事業者からキャンセル対応について説明を受けてください。

**Q サービス利用中に事故があった場合、保険はどうなっているのですか？**

サービスを提供する事業者には、保険の加入を義務付けています。賠償責任保険・傷害保険などに必ず加入していますので、保険内容を事業者に確認してからサービスを利用しましょう。

**Q 上の子（小学生）が、下の子（３歳）の応援券を利用できますか？**

応援券が利用できるのは、小学校入学前の３月 31 日までのため、上の子（小学生）には利用できません。ただし「親子で楽しむ地域イベント」を利用する場合のみ、対象の子どもが参加していれば、サービスの上限額の範囲内で、中学生以下の兄弟姉妹を含む家族の利用ができます。

**Q 親だけでなく、祖父母も応援券を利用できますか？**

利用することはできません。ただし「親子地域ふれあいサービス」で祖父母が保護者の代わりとして参加する場合は利用可能です。

**Q 家族のインフルエンザ予防接種に応援券は利用できますか？**

応援券が利用できるのは、就学前のお子さんの予防接種のみです。

## こんな事業者がいたときは

**応援券が利用できるサービスを提供している事業者について困ったときは、
杉並子育て応援券コールセンター（03-4354-0148）までご相談ください。**

「応援券が余っているなら、私のサービスを利用したことにして換金してあげる」と言われた

事前に説明された料金より高額な請求をされた



不衛生・危険な遊具で遊ばせていた

講座に参加したら、怪しい商品を売りつけられそうになった・投資話をもちかけられた・宗教等に勧誘された

応援券対象外のサービスに応援券の利用を勧められた

なお、全ての事業者に対して、事故などに備え、賠償責任保険・傷害保険などへの加入を義務付けています。サービスを利用する前に、事故などがあった場合の補償について、事業者に説明を求めることができます。

# 7　子育てに便利な公共サービス

杉並区には「子育て応援券」のほかにも、子育てに役立つサポートがあります。

## 子どもを預けるサービス

のマークがある施設やサービスは、その利用に子育て応援券が使える場合があります。

| 区分 | サービス名 | 連絡先 | 内容 |
|---|---|---|---|
| ときどき預けたいとき | ファミリーサポートセンター | 杉並ファミリー・サポート・センター<br>☎5347-1021 | 子育ての手助けがほしい人（利用会員）と手助けできる人（協力会員）が、相互援助をする会員制の組織。子どもの短時間の預かりや送迎など。 |
| | 一時預かり（子ども・子育てプラザ） | 子ども・子育てプラザ和泉<br>一時預かり専用電話 ☎3328-6561<br>子ども・子育てプラザ天沼<br>一時預かり専用電話 ☎5335-9721<br>子ども・子育てプラザ成田西<br>一時預かり専用電話 ☎6915-1633<br>子ども・子育てプラザ高円寺<br>一時預かり専用電話 ☎6383-2616<br>子ども・子育てプラザ善福寺<br>一時預かり専用電話 ☎3395-9122 | 保護者の方が一時的にお子さんを預けたいときに、1 時間単位でお子さんをお預かりします。 |
| | ひととき保育 | 地域子育て支援課子育て支援係<br>☎3312-2111（代表）<br>ひととき保育上荻★ ☎3395-0135<br>ひととき保育八成★ ☎6915-0233<br>ひととき保育宮前★ ☎3333-5114<br>ひととき保育高井戸 ☎5346-1930<br>ひととき保育方南　☎6802-4084 | 保護者の方が一時的にお子さんを預けたいときに、1 時間単位でお子さん（生後 6 カ月～就学前）をお預かりします。<br>左記★印の施設は乳幼児親子の交流や育児相談ができる「つどいの広場」を併設しています。 |
| 出産や入院等で預けたいとき | 緊急一時保育 | 保育課保育支援係<br>☎3312-2111（代表） | 家庭で育児をしている保護者が出産・入院などで一時的に保育ができなくなったとき、区立保育園で子どもを一時的に預かる制度（保護者の病状などによっては、お預かりできない場合もあります）。生後 4 カ月～就学前の集団保育が可能な健康な乳幼児。 |
| | 子どもショートステイ | 杉並子ども家庭支援センター「ゆうライン」相談専用窓口<br>☎5356-2601 | 保護者が病気・出産・育児疲れなどで一時的に子どもの養育が困難となった場合、区内の乳児院・児童養護施設において宿泊で子どもを預かります。0 歳～12 歳（小学生まで）。<br>1回概ね 7 日以内（年度内の合計は 28 日以内）。 |
| 子どもが体調不良のとき | 病児・病後児保育 | 保育課保育支援係<br>☎3312-2111（代表） | 保護者の就労等で保育施設等に通っている子どもが、病気等で登園できない場合に、区が委託する病児保育室で一時的にお預かりする制度。病児保育室の利用にあたっては区への事前利用登録が必要です。事前利用登録の方法や病児保育室への利用予約の方法については区公式ホームページをご確認ください。 |

## 子育て支援サービス

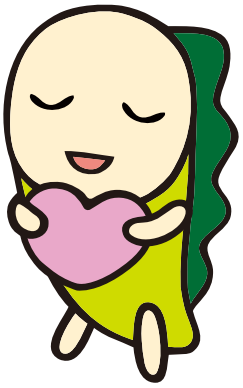
| サービス名 | 連絡先 | 内容 |
|---|---|---|
| 訪問育児サポーター | 杉並区社会福祉協議会<br>ささえあい係訪問育児サポーター事業<br>☎5347-1018 | 0 歳のお子さんのいる家庭を、育児や子育て支援活動経験がある研修を受けたサポーターが訪問し、お話を聞いたり、育児について一緒に考えます。1 回 2 時間、3 回まで（多胎児 6 回）。無料。 |
| 産前・産後支援ヘルパー | 地域子育て支援課子育て支援係<br>☎3312-2111（代表） | 産前・産後の家事や育児の支援が必要な家庭をヘルパーが訪問して、家事援助等を行います。利用できる方は、妊娠中の方及び出産後 1 歳未満の子を養育中の方。 |
| 杉並区産後ケア事業 | 地域子育て支援課母子保健係<br>☎3312-2111（代表） | 産後 7 か月未満の母子に対し、健康状態の確認や授乳のアドバイスなどの各種ケアを行います。利用前に申請が必要です。詳細は区公式 HP をご確認ください。 |

## 子育ての輪を広げよう

| サービス名 | 連絡先 | 内容 |
|---|---|---|
| つどいの広場 | 地域子育て支援課子育て支援係<br>☎3312-2111（代表） | ひととき保育に併設して、民間事業者が運営する「つどいの広場」が区内に 3 カ所あります。0 歳から就学前のお子さんまで、親子で利用できます。専任のスタッフがあたたかく迎えてくれるので、いつでも気軽に遊びに行けます。 |
| 子ども・子育てプラザ | 児童青少年課<br>☎3393-4760 | 妊娠期～子育て期の親子がいつでも気軽に立ち寄れ、ゆったりと過ごすことができる、つどいのひろばです。子育てに関する講座・講習や遊びのプログラムに参加したり、子育ての悩み相談や支援サービスの利用相談をしたりすることができます（乳幼児親子を主たる対象とする施設ですが、小学生や中・高校生も利用できる部屋があります）。 |
| 児童館 | 児童青少年課<br>☎3393-4760 | 0 歳～18 歳未満の児童がいつでも自由に遊びに行くことができる、子どもの居場所です。子ども達が遊びや自主的な活動を通して、心身ともに健やかに成長できるよう支援しています。乳幼児親子は乳幼児室で遊んだり、手遊び、体操などのプログラムや季節行事、子育て講座に参加したりすることができます。 |
| ふれあい保育 | 問い合わせ及び申し込みは、希望する区立保育園に直接お電話ください。 | 区内在住の就学前の乳幼児と保護者が保育園生活を体験する中で、保育士や看護師、調理職員から育児に関するアドバイスを受けられます。詳細は各区立保育園へ。 |

## 子育てに関する相談窓口

| サービス名 | 連絡先 | 内容 |
|---|---|---|
| 杉並子ども家庭支援センター | 「ゆうライン」相談専用窓口<br>☎5356-2601 | 育児の不安や悩みなど、0 歳～18 歳の子育てに関する相談が受けられます。 |
| 保健センター | ・荻窪保健センター ☎3391-0015<br>・高井戸保健センター ☎3334-4304<br>・高円寺保健センター ☎3311-0116<br>・上井草保健センター ☎3394-1212<br>・和泉保健センター ☎3313-9331 | 育児相談や保護者の心の相談が受けられます。乳幼児歯科相談、離乳食講習会も開催。 |
| 子どもセンター | ・荻窪子どもセンター ☎5347-2081<br>・高井戸子どもセンター ☎5941-3839<br>・高円寺子どもセンター ☎3312-2811<br>・上井草子どもセンター ☎3399-1131<br>・和泉子どもセンター ☎3312-3671 | 子育て支援サービスの情報や利用の相談、保育施設の利用相談、申込みができます。<br><br>※高円寺子どもセンターは工事のため令和 8 年 6 月から令和 8 年 9 月（予定）まで一時休止します。 |



## 応援券が利用できるサービス一覧

※令和8年3月1日時点の情報です。

●サービスの利用はあくまでも「利用者（あなた）」と「事業者」との契約です。内容などを事前にしっかり確認した上で、サービスを利用しましょう。
●実施日等の詳細については、事業者へお問い合わせください。

## 親子地域ふれあい

### 親子で楽しむリトミック

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ミュージックワーク | 親子リトミック　さわる・聞く・音遊び（阿佐谷） | 月2～3回 1回50分 親子でリトミックと音遊びをしながら音感と楽器を楽しんで交流します。 | 阿佐谷北 | 1回1,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3337-5797 |
| イワイスタジオ１０１ | 親子でリトミック | 月3回午前 1回30分 手遊びやリズム運動を通し、音楽への興味を育て、参加者全員で楽しく交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 阿佐谷北 | 月謝制3,000円（体験1,500円） | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-3426-8419 |
| 阿佐ヶ谷アイネビッテ音楽教室 | 親子で楽しむリトミック | 月3回 1回40～50分 音楽を使って親子やお友達とのふれあい活動を行います。年齢ごとに分かれたプログラムです。 | 阿佐谷北 | 1回2,200円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5364-9544 |
| さいとう音楽教室 | 親子リトミック | 月1～2回午前45分 音楽に合わせて親子でリズム活動、歌、わらべ歌遊びをし、同年代の子どもと親のふれあいができます。 | 阿佐谷南 | 1回2,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8776-8062 |
| ばんびらんど | 親子で楽しむリトミック　ばんびらんど | 月2～3回 水・土曜45分 音楽に合わせて親子のスキンシップを楽しむ場です。楽器などを使い参加者で交流します。絵本の読み聞かせや工作も行います。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 阿佐谷南 | 月謝制4,000円（月3回）／3,000円（月2回） | 0～3歳の子どもと親 | 可 | bambiland.music@gmail.com |
| ジュピター音楽教室 | 親子で楽しむリズミック　リズム読譜楽器の導入 | リズムに合わせて身体を動かしたり、音符やリズムを読み取り楽器を使ったり色々な体験をしたりします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 天沼 | 1回2,000円（月4回5,000円） | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-1700-3759 |
| （ＮＰＯ）エルブ | 親子で楽しく！リトミック体操 | 第1･3･5火曜 15:30～16:30 予約不要　音楽に合わせて体を動かし、仲間と楽しく交流するリトミックのプログラムです。 | 天沼 | 1回500円 | 0～3歳の子どもと親 | 不可 | 03-6383-6080 |
| ぷりも･リトミック | 親子でリトミック | 月3回程度60分 6か月からのお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。リズムにのって楽しくダンスや造形のリトミックを交流しながら行います。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 井草 | 1回1,500円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 090-3596-3054 |
| ＹＯＫＯピアノ＆リトミック教室 | 親子で楽しくリトミック | 月3回 木曜午前 リズム遊びや親子のふれ合い遊び、楽器遊び、簡単な工作や読み聞かせを通して交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 井草 | 月謝制4,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-6656-6954 |
| はるもキッズクリニック | はるもリトミックくらぶ | 毎月第1･3水曜午後　音楽療法士による親子で楽しむリトミックです。様々な楽器を使いながら身体を動かすプログラムです。 | 和泉 | 1回2,750円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5726-9518 |
| ヨガまる | ヨガまる親子リトミック | 親子の触れ合いや、他の親子との触れ合い、お子さんの持つ想像性を大事に進めていきます。 | 梅里 | 1回2,900円(体験2,000円)<br>3回8,000円 | 生後6か月位～就学前の子どもと親 | 不可 | 080-1162-9548 |
| 総合音楽プロデュース流星 | ウタノホシおとあそび親子コース | 月4回 60分 リトミック･ボディパーカッション･ダンスワークの手法を使って、表現することの喜びを体感していくワークショップです。 | 梅里,三鷹市 | 1回1,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-8478-6623 |
| 高円寺地域区民センター(セシオン杉並) | 親子で楽しむバレエリトミック | 月1回、日曜日午前 1回60分 親子で楽しくコミュニケーションをとって、バレエの音楽に合わせてリズムをとって体を動かします。 | 梅里 | 1回1,000円 | 2～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3317-6611 |
| トムズ･ランゲージ･スクール | 親子で楽しくリトミック | 月2～4回50分 親子で一緒に楽器を使って音楽やリズムに合わせ身体を動かします。 | 永福 | 1回2,500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6279-7041 |
| ママ＆ベビーＭＵＳＩＣコミュニケーション“Ｌａ　Ｊｏｌｌａ” | ママと楽しむ絶対音感リトミック | 1回45分 ドレミは世界の共通語です。楽しい歌、元気なリズム、心でいっぱい感じたらみんなひとつの音仲間です。プロが贈るとびきり楽しい音の世界を楽しみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回3,300円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-8729-1789 |
| ピアチェーレ音楽教室 | 親子で楽しむリトミック | 月1～2回 1回60分 グランドピアノでの演奏を聴き、感じ動いて表現することを楽しみます。同年齢のお友達とのコミュニケーションも促します。 | 上井草 | 1回2,000円 | 就学前の子どもと親 | 不可 | 070-4157-9841 |
| よみうりカルチャー荻窪 | 幼児リトミック | 1クール3か月 6回 土曜40分 1歳～3歳（未就園児）のお子さんと親を対象に、親子で歌やピアノに合わせて体を動かし、親子のコミュニケーションと参加者との交流を楽しみます。料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 1クール17,325円～、1日体験3,305円 | 1～3歳の子どもと親 | 不可 | 03-3392-8891 |

## 親子で楽しむリトミック

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| よみうりカルチャー荻窪 | リトミック発展 | 1クール3か月 6回 土曜40分 音楽に合わせて親子で楽しく体を動かします。親子のつながり・親子同士のつながりを大切にしたリトミックです。<br>年齢ごとにクラス分けがあります。 | 上荻 | 1クール18,480円～、1日体験3,498円 | 年少～年長の子どもと親 | 不可 | 03-3392-8891 |
| 親子リトミック　スマイル♪ | 親子でのリトミック講座 | 午前40分の親子リトミックです。絵本等を使い、親子で見る・聴く・動く・歌う・造ることを通して、音楽に親しみ、想像・創造力を育みながら交流します。年齢によってクラス分けがあります。 | 上荻,清水,高円寺南 | 1回1,500円 | 1～3歳児の子どもと親 | 可 | 080-1466-1773 |
| 親子リトミック　スマイル♪ | 親子でLet's enjoy リトミック♪ | 年6回程度 絵本等を使い、親子で見る・聴く・動く・歌う・造ることを通して、音楽に親しみ、想像・創造力を育みながら交流します。 | 上荻,清水,高円寺南 | 1回1,500円 | 1歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 080-1466-1773 |
| Ｒｉｔｏｍｉｃｏ幼児音楽教室 | 親子で楽しむえいごリトミック | 1レッスン40～50分。世界中の子どもたちが歌っている童謡や英語絵本、リズム遊びなどを親子で楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 1回2,750円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5335-9805 |
| Ｒｉｔｏｍｉｃｏ幼児音楽教室 | 親子で楽しむリトミック | 1レッスン40～50分。ピアノの音に合わせて踊ったりステップしたり、馴染みのある童謡や季節の歌を歌ってたのしく体を動かします。2回目以降はご入会制となります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 1回2,750円 | 生後5か月～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5335-9805 |
| 音楽プロジェクトここふた | 親子で楽しむ和のリトミック | 月3回程度　琴・尺八・太鼓など、和楽器の生演奏でリトミック。日本の四季を感じながら楽しく交流します。 | 上高井戸 | 1回1,500円 子ども1人追加500円 | 生後1か月～就学前の子どもと親 | 不可 | 090-3788-4733 |
| ハッピーリトミック | 親子でプチさんすうリトミック | 月1～3回 1回40分 午前 年齢別のクラス分けもあります。 幼稚園・保育園の先生が教える「さんすうリトミック」です。音感やリズム感を養いつつ、お友だちと一緒に音やリズムの数を探しながら交流を深めていきます。 | 上高井戸,高井戸西,三鷹市 | 1回2,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | ohmai337@gmail.com |
| 学校法人野上学園久我山幼稚園 | 子育てひろばｐｉｃｏｂａｂｙ（親子リトミック） | 月1回40分 6か月のお子さんから参加できる親子リトミックです。ピアノに合わせて体を動かすことでお子さんの創造性や感受性を育みます。年齢別にクラスがあります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 1回2,000円 | 生後6か月～2歳児の子どもと親 | 可 | 03-3333-7777 |
| 高円寺リトミックとピアノのひろば香田音楽教室 | 親子で楽しむリトミック | 日曜 月2回 1回約45分 身体全体で音を聴き、楽しく暖かい雰囲気を感じてリトミックで交流します。年齢によるクラス分けあります。 | 高円寺南 | 1回2,000円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-8720-3640 |
| （ＮＰＯ）ゆるゆるｍａ～ｍａ | まゆ先生のカラフル音楽室★ | 毎月第2・第4水曜日 11：00～11：45 乳幼児親子のためのミュージッククラスです。音楽に合わせて動いたり、他の親子同士で交流しながら音楽を楽しむ教室です。体験レッスンあります。 | 下井草 | 1回2,000円 | 0～3歳までの子どもと親 | 可 | 090-6129-3631 |
| ヒロミュージックスクール | 親子でリトミック | 月3回 平日・土曜 午前 1回40分 生後6か月～就学前のお子さんと親を対象に、音感・リズム感を育み、親子のコミュニケーションを深め、交流できます。 | 下井草 | 月謝制4,400円 | 生後6か月～就学前の子どもと親、妊婦 | 可 | 03-6804-0807 |
| おとの森ー音楽教室・英語教室ー | 親子参加のリトミック | 月3～4回 1回45～60分 身体活動・楽器演奏・造形活動を親子で楽しみ交流します。年齢に応じたプログラムがあります。単発参加も可能。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 下井草 | 月謝制4,400円～7,000円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 090-3689-4923 |
| ハナハウス | 英語でリトミックSing & Move,Fun！（月4回） | 1回50分 午前 音楽を通して家庭同士の交流の場を広げ、親子の日常を豊かにし、親子がより笑顔になれる時間を提供します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵,西荻北 | 月謝 1クール(3か月/6回)<br>19,140円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6750-8677 |
| りさピアノ教室 | 親子で楽しむリトミック | 月2～3回午前40分 親子で音楽遊びを楽しみます。お友達との交流も深め、年齢に合った動きで成長を促します。 | 高井戸東 | 1回1,500円 | 生後4か月～3歳くらいまでの子どもと親 | 可 | 090-9007-1130 |
| 杉並リトミックワールド | 親子リトミック | 月曜～土曜 40分又は45分 親子のふれあいを大切に、音感・リズム感を養いながらお友達との交流を楽しみます。年齢別クラスもあります。 | 高井戸東,宮前 | 1回 平日1,650円～ 土曜2,200円～ | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5941-6530 |
| abcリトミック | 親子で楽しむ英語リトミック | 1回約40分 ピアノの音色と英語の音に合わせて歌ったり体を動かしながら親子で楽しむリトミックです。 | 高井戸東 | 1回1,500円 | 上手に歩けるようになってから～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6567-4479 |
| 杉並区立コミュニティふらっと成田 | 親子で楽しむリトミック | 月2～4回 水曜・日曜 1回40～45分 講師2名によるレッスンです。親子でピアノや歌に合わせて体を動かし、リズム遊びや楽器遊び、工作をします。お友だちとの交流も楽しみます。 | 成田西 | 月謝制（月2回・材料費込）：3,500円～ 単発（1回・材料費別）：1,500円～ 体験1回：1,000円 | 生後4か月～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3318-2061 |

## 親子で楽しむリトミック

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 阿佐ヶ谷セレスタ | 親子で楽しむリトミック | 毎週 日曜 午前 1回45分 親子で集まり、お友達や先生と一緒にリトミックレッスンを楽しみます。 | 成田東 | 1回1,500円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | selesta@outlook.com |
| たから幼稚園 | とんとんリトミックランド | 毎月1回 45分 音に敏感な1・2・3歳の時期に親子でスキンシップをはかりながら、リズムや音楽に楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 1回1,500円 | 1～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3333-9162 |
| ミュージック スクール「Ｓｏｔｔｏ ｖｏｃｅ」 | 親子で楽しむリトミック！ | 水・土・日 1回30分 生後6か月～の親子を対象に、音を感じ、リズムで遊び、親子で音楽の楽しさを交流しながら感じる時間です。 | 西荻南,荻窪,武蔵野市 | 1回3,000円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8344-8873 |
| リトミックランド | 親子でリトミック | 月3回 1回40分 親子で歌やピアノの音に包まれながら体を動かし、自然と音感、リズム感、想像力が育ち、笑顔で心豊かに過ごせる交流の場です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 月謝制6,000円～（体験1,500円） | 0歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3335-1808 |
| いずみ子育ての会 | ０才からとあんよからのリトミック | 1回50分 0・1歳 9：45～10：35 1歳～3歳 10：45～11：35 0歳～年少のリトミックです。年齢に合わせたクラスでお子さんの集中力、リズム感、音感を身につけ、親子の絆を深めます。 | 方南,和泉 | 1回2,000円 | 0～3歳児までの子どもと親 | 可 | izumi.childrearing@gmail.com |
| Love'it音楽教室 | 親子で楽しむリトミック☆Love'it | 月3回 音楽を通して感じたことを表現したり、親子でスキンシップを図ります。発達に合わせた年齢別プログラムなので無理なく楽しむことができます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 方南,中野区,渋谷区 | 月謝制5,000円～ | 0歳（首すわり頃）～就学前の子どもと親 | 可 | loveit.eurhymics2019@gmail.com |
| Maison de Music 音楽の家 | 親子リトミック | 年36回 1回45分 リトミック指導資格を持つ講師が親子での音楽遊びを通して未来への基礎作りと地域の交流をお手伝いします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 堀ノ内 | 月6,500円（年36回） | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5913-7204 |
| りんのは | 親子一緒にふれあいハワイアンリトミック | 月1～4回 1回60分 ハワイアンアレンジの童謡に合わせて、フラをモチーフにした手の動きやステップを楽しみます。 | 堀ノ内,和泉 | 1回2,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | rinnoha.hawaiian@gmail.com |
| ミュージックワーク | 親子リトミック さわる・聞く・音遊び（松ノ木） | 月2～3回 1回50分 親子でリトミックと音遊びをしながら音感と楽器を楽しんで交流します。 | 松ノ木 | 1回1,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3337-5797 |
| Sea Spray | 親子で一緒に！音とリズムのプレ英語(2～6歳児対象) | 月1～2回 1回45分【リズムや歌】を通して、親子で英語を身近に感じていく【英語リトミック】です。講師２人体制でテンポよく繰り広げるレッスンでは、発話・読み聞かせ・歌・指遊び・フォニックス・リトミックを取り入れ全身で英語を楽しむ時間を提供します。 | 桃井,上荻 | 1回1,800円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 不可 | jun_muroi@hi-lights.co.jp |
| AHA DANCE SCHOOL | 親子で楽しむハワイアンリトミック | 月2～4回午前60分 親子で童謡などの音楽を通して手足を動かし、見る、聞く、動くことを楽しみながらスキンシップを深めます。 | 世田谷区 | 1回2,500円 | 生後4か月～2歳の子どもと親 | 可 | 090-6547-9319 |
| おとぴよ | 親子ふれあいリトミック | 1回30分 月1～3回 手遊び歌を楽しみ、楽器など季節感のある教具を使ったリトミックです。手先や脳を刺激しながら絶対音感へアプローチする、親子一緒の楽しい時間です。 | 世田谷区 | 1回1,500円 | 0歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-1735-8488 |
| 中野キッズリトミック教室 | 親子で楽しむリトミック♪ | 月3回、平日と土曜日 1回35分～ 講師の弾くピアノに合わせて親子で歌ったり体を動かしながら、音感やリズム感を育みます。お友達とも楽しく交流します。年齢によってクラス分けあり。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制4,500円～ | 0歳（首すわり頃）～就学前の子どもと親 | 可 | 050-3562-4024 |
| カリーノ・ムジカ リトミックａｎｄモンテッソーリ教室 | 親子リトミック | 月3回 音楽を楽しみながら親子一緒に楽しむリトミックです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 練馬区 | 月謝制5,500～6,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3999-8934 |
| 株式会社エミーズ | ０歳からの親子ふれあいリトミック講座 | 月1～2回 平日または土日 1回40分の親子リトミックです。スキンシップをとりながら全身で音楽を感じ楽しく交流します。 | 武蔵野市 | 1回2,000円 | 生後2か月～就学前の子どもと親 | 不可 | info@emis-utabebima.com |
| ママ＆ベビーＭＵＳＩＣコミュニケーション“Ｌａ Ｊｏｌｌａ” | （オンライン）ママと楽しむ絶対音感リトミック♪ | 月2回 大切な我が子には本物の音楽を。国立音大卒のプロの講師が贈るとびきり楽しい音の世界を楽しみましょう。 | 利用者宅 | 月謝制3,300円（月2回） | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-8729-1789 |
| 杉並リトミックワールド | （オンライン）親子リトミック | 火・水・金・土曜 40分または45分 親子でスキンシップを楽しみながら、音感・リズム感を養います。オンラインで交流を楽しみます。年齢別のクラス分けあります。 | 利用者宅 | 年齢別クラス月謝制7,000円（月3回）<br>0～6歳クラス1回2,500円（月2回） | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5941-6530 |

## 親子で楽しむことば交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ラボ・パーティ　阿佐ヶ谷 | 英語で楽しむ絵本とうた | 月4回 マザーグースや絵本を英語で楽しみ交流する時間です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 阿佐谷北 | 月謝制5,830円～ | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3336-0665 |
| (有)前川研究所 | 米国式　親子で楽しむ英語（歌やリトミック）教室(受賞多数) | 親子や仲間と協力しながら英語を広く楽しみます。歌で五回優勝、東京都でもベストパフォーマンス受賞。 | 阿佐谷北,阿佐谷南,桃井 | 1回1,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6014-3399 |
| Ｌ＆Ｌイングリッシュスクール | 親子英語クラス（ミュージック&ムーブメント） | 月3～4回 45分 ボール遊びやゲームをして、英語と音楽を通じて笑顔で楽しく交流します。年1回季節のイベントプログラムもあります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 阿佐谷南,松庵,中野区 | 月謝制8,800円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6276-9309 |
| ラボ・パーティ　荻窪・高円寺 | 英語で楽しむ絵本とうた | 月4回 土曜午前 A:6か月～2歳 B:3歳～就学前 親子でマザーグースや絵本を英語で楽しみ交流する時間です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 天沼,桃井 | 月謝制<br>A:5,830円<br>B:7,700円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2300-8960 |
| ＥＣＣジュニア井草北教室 | 親子で楽しむ英語・英会話（2・3歳児クラス） | 週1回午後40分 親子で英語遊び、読み聞かせなどを楽しみ交流するクラスです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 井草 | 月謝制6,600円 | 2～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3396-5806 |
| ラボ・パーティ　明大前 | 英語で楽しむ絵本とうた | 午後 マザーグースや絵本を英語で楽しみながら親子の時間を過ごします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和泉,世田谷区 | 月謝制5,830円～ | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3323-1163 |
| ラボ・パーティ和泉 | 親子で楽しむ絵本とうた | 1回60分 マザーグースや絵本を英語で楽しみ交流する時間です。無料体験があります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和泉 | 月謝制5,830円～ | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5938-8599 |
| 英語教室　Kurosaki | 親子で楽しむ英語アクティビティ Angel Class | 1回60分 親子・お友達と英語と日本語で交流します。英語の歌やチャンツ、絵本の読み聞かせもあります。 | 和泉 | 1回1,000円 | 0～3歳の子どもと親 | 可 | 070-1414-0208 |
| ＥＣＣジュニア今川１丁目教室 | 親子で楽しむ英語・英会話（２・３歳児クラス） | 週1回 土曜午前40分 年43回。英語を使って外国のわらべ歌・手遊び・歌・ダンス・パズルなど、楽しく英語に親しみ交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 今川 | 月謝制6,600円 | 2～3歳の子どもと親 | 可 | 03-5382-4147 |
| ラボ・パーティ和田 | 英語で楽しむ絵本とうた | 月4回 A：6か月～2歳 火曜 午前60分・土曜 午後60分 B：3歳～5歳 土曜 午後60分 親子でマザーグースや絵本を英語で楽しみ交流する時間です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 梅里,和田 | 月謝制<br>A：5,830円<br>B：7,700円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | niwako77@gmail.com |
| トムズ・ランゲージ・スクール | 親子でふれる英会話 | 月2～4回50分 ネイティブ講師と英語で歌ったりゲームを通して交流し英語にふれます。 | 永福 | 1回2,500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6279-7041 |
| ＳＫＹ　ＷＯＲＬＤ　ＥＮＧＬＩＳＨ | 親子でＡＢＣ　ｂａｂｙ　ＣＬＡＳＳ | 土曜 午後30分 音楽・クラフト・絵本を使って、外国人講師や友達と簡単な英会話を楽しみながら親子で交流します。 | 永福 | 1回1,500円 | 0～1歳の子どもと親 | 可 | 03-6715-7878 |
| ＳＫＹ　ＷＯＲＬＤ　ＥＮＧＬＩＳＨ | 親子でＡＢＣ　ＣＬＡＳＳ | 月・木・土曜 50分 アルファベットやフォニックスを使って、外国人講師や友達と簡単な英会話を楽しみながら親子で交流します。 | 永福 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6715-7878 |
| ナタリス学院インターナショナル | 親子で楽しむ英語と異文化理解コース | 週1回50分 親子でネイティブ講師と一緒に楽しく英会話と英語の文化に触れるサービスです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回2,500円（月謝制8,800円） | 4歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3392-7733 |
| 中村英語フランス語教室 | 親子で楽しくＳａｙ　Ｈｅｌｌｏ！ | 週1回30分 ネイティブ先生と親子で楽しく英語に親しみ交流します。無料体験があります。時間はご相談下さい。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3391-5523 |
| 中村英語フランス語教室 | 親子で楽しくフランス語 | 月1～2回30分 ネイティブ先生と親子で楽しくフランス語に親しみ交流します。無料体験あります。時間はご相談下さい。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3391-5523 |
| ECCジュニア<br>上井草3丁目教室 | 親子で楽しむ英語・英会話（2～3歳児クラス） | 週1回 40分 遊びを通して楽しみながら英語に触れていきます。すべてのプログラムを親子で一緒に行い、同年齢の親子間での交流もできます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上井草 | 月謝制6,600円 | 2～3歳児の子どもと親 | 可 | 050-5269-6960 |

## 親子で楽しむことば交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 学校法人野上学園 久我山幼稚園 | 親子で楽しむ英語遊び | 月1回45分 親子で絵本の読み聞かせや言葉あそびを通して英語に触れあい、交流を深めます。年齢別にクラスがあります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 1回2,000円 | 1～3歳児の子どもと親 | 可 | 03-3333-7777 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞久我山センター　えいごデビュー | 月1回45分 生後6か月～11か月までのお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。月ごとに変わる季節のイベントを英語を用いて親子で楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制4,400円 ※別途教材費有り | 生後6～11か月の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞久我山センター　えいごでいっしょ | 月3回50分 1歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子一緒に歌い、身体を動かすことで英語特有の音・リズム・イントネーションを楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制7,040円 ※別途教材費有り | 1歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞久我山センター　リズムポケット | 月3回50分 2歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で歌ったり、身体を動かしながら英語の音・リズム・イントネーションに親しみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制7,040円 ※別途教材費有り | 2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞久我山センター　ポップコーントーク | 月3回50分 3歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で歌と音楽を通して英語のリズムに親しみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制7,040円 ※別途教材費有り | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | この夏！親子であそぼ！～ヤマハ英語教室（２・３歳クラス）久我山センター | 午前45分 8月の3日間を親子で歌や踊りを通じて英語に親しみます。開催については事業者へお問い合わせください。 | 久我山 | 3回4,950円 | 2～3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | この夏！親子であそぼ！～ヤマハ英語教室（４・５歳クラス）久我山センター | 午後45分 8月の3日間を歌や踊り、ゲームを通じて英語に親しみながら、地域の親子の交流を図り、親子のふれあいを育みます。開催については事業者へお問い合わせください。 | 久我山 | 3回4,950円 | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| アメリカン・ランゲージスクール久我山校 | 親子でアメリカ人講師と英語で遊ぼう | 月4回60分 素敵なアメリカ人講師と歌やゲームをして、親子で楽しみながら楽ーと英語を覚え交流しましょう。振替も無制限でできます。 | 久我山 | 月謝制8,800円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3333-5440 |
| てぃだてぃだ | 親子で楽しむ絵本とわらべうた | 1回90分 絵本の読み聞かせ、わらべうた、手遊びうたを通して楽しみ親子で交流します。 | 久我山 | 1回1,000円 | 0～5歳までの子どもと親 | 可 | 090-8558-1066 |
| 英会話スクール　ジー・ケー・エー | 親子で楽しく異文化・言語にふれる | 月4回 1回50分 1993年開校からの経験を誇る内容豊かな時間です。外国人講師とあいさつなど、様々な言葉を歌・ダンスを通じて発話していく楽しいクラスです。 | 高円寺北 | 月謝制9,200円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3330-4106 |
| イングリッシュ　ポケット | 親子で遊ぼう！In English（M＆Tクラス） | 週3回50分 お子さんとお母さんで歌、ダンス、工作、絵本の読み聞かせなどを通して英語に親しみます。 | 高円寺南,上荻,世田谷区 | 1回2,500円 | 1～2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3314-5595 |
| イングリッシュ　ポケット | 英語で楽しむ親子の季節イベント | 月1回50分 ハロウィン、クリスマス、バレンタイン、イースターなど季節のイベントを英語を通して楽しみます。 | 高円寺南,上荻,世田谷区 | 1回2,700円 | 1歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3314-5595 |
| Positive kids | Positive Kids 英会話 | 毎週 土曜 日曜 10：00～ 4～5歳　11：00～ 走ることができる年齢～3歳　親子一緒に遊びながら英語を楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 1回3,000円 2回目まで体験料金（500円） | 走ることができる年齢～5歳の子どもと親 | 可 | 070-9173-9973 |
| ヒロミュージックスクール | 英語でグループピアノコース | 月3回 1回40分 3歳からのお子さんと親を対象に、「聴く力」が優れた乳幼児期に導入するのが最適な英語と音楽を楽しむサービスです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 下井草 | 月謝制7,280円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6804-0807 |
| ヒロミュージックスクール | 英語でベイビーミュージックコース | 月3回 月曜～日曜 1回40分 6か月からのお子さんと親を対象に、親子で一緒に英語の歌に合わせて、ダンスや体操をして楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 下井草 | 月謝制5,500円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6804-0807 |
| おとの森ー音楽教室・英語教室ー | 親子で楽しむ英会話・音楽あそび | 年齢別クラスで歌や絵本の読み聞かせ、親子同士のふれあいを通して、聴く耳・まねる力・感じる心の素地を養います。「英語を理解すること」よりも「音楽・身体感覚と一緒に英語に触れること」を大切にしています。 | 下井草 | 1回2,200円～3,300円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-3689-4923 |

## 親子で楽しむことば交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ハナハウス | 英語で遊ぼう！Claft & Play | 月4回 1回60分 ネイティブの先生と絵本や歌、様々な遊び、工作を通して親子で英語に親しみ、交流を深めます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵,西荻北 | 月謝 1クール(3か月/6回)<br>19,140円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6750-8677 |
| ＳＴＵＤＹ　ＳＴＡＹ　ＡＵＳＴＲＡＬＩＡ | 親子で学べるアートイングリッシュ | 外国人講師と一緒に物作りを通して英語を学び、親子で交流します。毎回メニューを変えて行うので飽きる事なく続けられます。 | 善福寺 | 1回2,640円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 070-6660-6661 |
| 「おやこみゅ」ＮＰＯ法人親子コミュニケーションラボ | ことばを通して親子でコミュニケーション遊び | 全6回45分 生後6か月からのお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子でオリジナルのことばを使ったボール遊びを楽しみながら子どもの心に届くことばかけのポイントなどをお伝えします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東,高井戸西,久我山 | 月謝制12,000円 | 生後6か月～2歳児の子どもと親 | 可 | info@oyakoom.com |
| 「おやこみゅ」ＮＰＯ法人親子コミュニケーションラボ | 英語を通して親子でコミュニケーション遊び | 全5回45分 生後6か月からのお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で英語の歌や遊びを通してコミュニケーションを図ります。イギリスと日本の子育て文化の違いについてもお話しします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東,高井戸西,久我山 | 月謝制10,000円 | 生後6か月～2歳児の子どもと親 | 可 | info@oyakoom.com |
| Butterfly　Kids English | 親子であそぼう！親子のエンターテイメントイングリッシュ | 0～3歳 1回40分 4歳 1回50分 どんな音も聞き分けられる能力を持った時期に英語を始めて親しみを深めます。親子で歌、ダンス、ゲームを楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 成田西 | 月謝制0～3歳児クラス5,000円／月謝制4歳児クラス6,000円 | 0～4歳の子どもと親 | 可 | 080-4422-7083 |
| ラボ・パーティ　成田東 | 英語で楽しむ絵本とうた | 月4回　親子でマザーグースや絵本を英語で楽しみ交流する時間です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 成田東 | 月謝制5,830円～ | 就学前の子どもと親 | 可 | etsuko503@hotmail.com |
| Nook　Nook | 親子英語で杉並コミュニケーション！ | 月4回50分 ネイティブの先生と英語で歌を歌い、楽器で音を鳴らしたりダンスしたり。みんなで英語の楽しさを感じながら交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻北 | 月謝制9,000円 | 4歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-9393-4514 |
| 英会話カフェメルティングポット | ママとキッズでＥｎｇｌｉｓｈＴｉｍｅ | 親子でネイティブ先生と英語に親しみ、多文化を体験し、交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 1回2,200円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-6454-2924 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞浜田山センター　えいごデビュー | 月1回午前45分 生後6か月～11か月までのお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。月ごとに変わる季節のイベントを英語を用いて親子で楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制4,400円<br>※別途教材費有り | 生後6～11か月の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞浜田山センター　えいごでいっしょ | 月3回午前50分 1歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子一緒に歌い、身体を動かすことで英語特有の音・リズム・イントネーションを楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制7,040円<br>※別途教材費有り | 1歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞浜田山センター　リズムポケット | 月3回午前50分 2歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で歌ったり、身体を動かしながら英語の音・リズム・イントネーションに親しみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制7,040円<br>※別途教材費有り | 2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ英語教室＜親子＞浜田山センター　ポップコーントーク | 月3回午後50分 3歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で歌と音楽を通して英語のリズムに親しみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制7,040円<br>※別途教材費有り | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | この夏！親子であそぼ！ヤマハ英語教室（２・３歳クラス）（浜田山） | 午前45分 8月の3日間を親子で歌や踊りを通じて英語に親しみます。開催については事業者へお問い合わせください。 | 浜田山 | 3回4,950円 | 2～3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | この夏！親子であそぼ！ヤマハ英語教室（４・５歳クラス）（浜田山） | 午後45分 8月の3日間を歌や踊り、ゲームを通じて英語に親しみながら、地域の親子の交流を図り、親子のふれあいを育みます。開催については事業者へお問い合わせください。 | 浜田山 | 3回4,950円 | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| パシフィックランゲージスクール | 親子で楽しむＰＬＳ英語教室（１・２歳） | 月2回 1回40分 お父さんやお母さんと一緒に歌やゲームを通じて、英語に触れながら楽しい時間を外国人の先生と交流しながら過ごしましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制5,500円 | 1～2歳の子どもと親 | 不可 | 03-5306-6050 |

## 親子で楽しむことば交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| パシフィックランゲージスクール | 親子で楽しむＰＬＳ英語教室（２・３歳） | 月4回 1回40分 お父さんやお母さんと一緒に歌やゲームを通じて、英語に触れながら楽しい時間を外国人の先生と交流しながら過ごしましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制10,450円 | 2～3歳の子どもと親 | 不可 | 03-5306-6050 |
| パシフィックランゲージスクール | 親子で楽しむＰＬＳ英語教室（３・４歳） | 月4回 1回40分 お父さんやお母さんと一緒に歌やゲームを通じて、英語に触れながら楽しい時間を外国人の先生と交流しながら過ごしましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制10,450円 | 3～4歳の子どもと親 | 不可 | 03-5306-6050 |
| Ｍｅ ａｎｄ Ｙｏｕ Ｅｎｇｌｉｓｈ Ｃｌｕｂ | 親子で楽しむ英会話 | 親子参加型の音楽やアクティビティーで英語・英会話に親しみ交流する時間です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松ノ木 | 月謝制6,500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | meandyoueng@gmail.com |
| Ｍｅ ａｎｄ Ｙｏｕ Ｅｎｇｌｉｓｈ Ｃｌｕｂ | 親子で楽しむ英語　絵本読み聞かせ | 1回60分 英語の絵本を使って親子で楽しく英語を体験できる講座です。 | 松ノ木 | 1回500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | meandyoueng@gmail.com |
| Ｍｅ ａｎｄ Ｙｏｕ Ｅｎｇｌｉｓｈ Ｃｌｕｂ | 親子で楽しむ赤ちゃんと一緒の英語の歌とあそび | 親子で英語の歌や手遊び、英語絵本で遊ぶ時間です。 | 松ノ木 | 1回1,500円～ | 0～3歳の子どもと親 | 可 | meandyoueng@gmail.com |
| (株)BunBuKids | エディ先生の親子英語 | 月1回 10:00～10:30(1歳6か月まで)・10:45～11:25(1歳6か月から)外国人講師のネイティブな英語を聞きながら、一緒に楽しく英語に触れたり遊んだりしながら交流します。 | 宮前 | 1回500円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3333-5114 |
| ECCジュニア　桃井北教室 | 親子で楽しむ英語・英会話（２・３歳児クラス） | 週1回 1回40分 親子で歌やダンス・ゲームを英語で楽しみ交流します。ネィティブに近い発音で読み聞かせも行います。英語が楽しくなるクラスです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 桃井 | 月謝制6,600円 | 2～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3399-3332 |
| サニーインターナショナルスクール東高円寺校 | 親子で学ぶ英語クラス | 月3回45分 親子で英語の歌や手遊びを通して楽しく英語に親しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和田 | 月謝制6,600円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | sunny-inter@iconnection.co.jp |
| サニーインターナショナルスクール東高円寺校 | 親子で学ぼう楽しい英語クラス | 月3回45分 親子で英語の歌や手遊びを通して楽しく英語に親しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和田 | 月謝制6,600円 | 生後2か月～3歳の子どもと親 | 可 | sunny-inter@iconnection.co.jp |
| サニーインターナショナルスクール東高円寺校 | 親子で楽しむ英語タイム／ベビー・プレクラス | 月3回　木曜日11:15～（45分）ベビー・プレクラスでは、歌や手遊び、読み聞かせを通して親子で楽しく英語に親しみます。子育て経験のあるイギリス人講師が担当します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和田 | 月謝制6,600円 | 生後2か月～2歳の子どもと親 | 可 | sunny-inter@iconnection.co.jp |
| サニーインターナショナルスクール東高円寺校 | 親子で楽しくＡＢＣサタデークラス | 月3回45分 親子で英語の歌や手遊びを通して楽しく英語に親しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和田 | 月謝制6,600円 | 生後2か月～就学前の子どもと親 | 可 | sunny-inter@iconnection.co.jp |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ英語教室＜親子＞中野坂上センター　えいごでいっしょ | 月3回 親子で歌ったり身体を動かしながら英語特有の音、リズム、イントネーションに親しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制6,930円 | 1歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ英語教室＜親子＞中野坂上センター　リズムポケット | 月3回 親子で「生活」や「遊び」に密着したオリジナル曲に合わせて英語特有の音、リズム、イントネーションに親しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制7,480円 | 2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ英語教室＜親子＞中野坂上センター　ポップコーントーク | 月3回 親子で「気持ち」や「意思」をテーマにしたオリジナル曲に合わせて歌ったり身体を動かしたりします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制7,480円 | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ英語教室＜親子＞ミュージックセンター中野　えいご☆デビューＥｎｇｌｉｓｈ Ｗｉｔｈ Ｂａｂｙ | 月2回 英語圏のイベントをテーマに親子で気軽に参加し子育て仲間との交流を楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制3,850円 | 0歳児（生後6か月～）の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ英語教室＜親子＞ミュージックセンター中野　えいごでいっしょ | 月3回 親子で一緒に英語特有の音、リズム、イントネーションを楽しみながら交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制6,930円 | 1歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ英語教室＜親子＞ミュージックセンター中野　ポップコーントーク | 月3回 親子で「気持ち」や「意思」をテーマにしたオリジナル曲に合わせて歌ったり身体を動かしたりします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制7,480円 | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |

## 親子で楽しむことば交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ英語教室＜親子＞ミュージックセンター中野 リズムポケット | 月3回 親子で「生活」や「遊び」に密着したオリジナル曲に合わせて英語特有の音、リズム、イントネーションに親しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制7,480円 | 2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| Ｅｉｍｉｅ’ｓ Ｅｎｇｌｉｓｈ Ｓｃｈｏｏｌ | エイミー先生と親子で楽しく英語で交流 | 水・土曜 1回40分 絵カード・スカーフ・英語の歌など楽しく英語に触れながら交流します。 | 中野区 | 1回2,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 070-1261-8887 |
| Ｔｗｉｎｋｌｅ Ｓｔａｒ | ママといっしょに英語で手遊び | 月1回 平日午前45分 英語の絵本や歌、手遊びなどを通じて英語とお友達にふれ合い楽しく交流します。親同士の交流も図ります。 | 練馬区 | 1回1,000円 | 0～3歳の子どもと親 | 可 | 090-7243-6967 |
| クロック キッズ イングリッシュ | 親子で楽しく遊びながら学ぶネイティブイングリッシュ（三鷹教室） | 月4回 週1回 平日・土曜 45分 1歳～3歳のお子さんと親を対象に、オリジナルダンスやゲームを取り入れて親子で楽しく英語にふれ交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 三鷹市 | 月謝制8,800円 | 1～3歳の子どもと親 | 可 | 0422-71-9669 |
| （ＮＰＯ）プレシャスネット | 親子で英会話 | 1回40分 親子で交流しながら、ネイティブ講師による歌や遊びで英語に親しめます。 | 武蔵野市 | 1回2500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 070-6948-0874 |
| (株)宮地商会小金井支店（宮地楽器） | ヤマハ英語教室(親子) | 月3回 親から子への語りかけや子育てにまつわる英語、家庭内での親子の会話などを体得し、親子一緒に楽しみながら英語に触れられます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 武蔵野市 | 月謝制7,260円～ | 1～3歳児の子どもと親 | 可 | 0422-21-7191 |

## 親子で音を楽しんで交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (有)前川研究所 | 親子で歌と踊りを楽しもう(受賞多数) | 歌ったり踊ったりしながら親子で交流します。（英語でも対応可能です）東京都でもベストパフォーマンス受賞。 | 阿佐谷北,阿佐谷南,桃井 | 1回1,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6014-3399 |
| 総合音楽プロデュース流星 | ウタノホシ親子で唄おう！ | 月2回 60分 ヴォイスワーク・リズムサークルなどで、表現することの喜びを体感していくワークショップです。 | 阿佐谷北,阿佐谷南,三鷹市 | 1回1,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-8478-6623 |
| (株)ニュースター楽器 | ヤマハ音楽教室＜親子＞阿佐ヶ谷センター | １～５歳まで年齢に合わせたコースがあります。親子で音楽に親しみ、自然に交流もできます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 阿佐谷南 | 月謝制6,380円～9,130円 | 1歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5307-8001 |
| さいとう音楽教室 | 親子でピアノ | 午後30分 ピアノを使い、親子で音あてゲーム、リズム叩き、歌などで楽しい時間をみんなと交流しながら過ごします。 | 阿佐谷南 | 1回2,000円 | 4歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8776-8062 |
| コアラ会リトミック＆ピアノ教室 | 親子で楽しいピアノ＆音・リズム遊び | 1回30分 親子で鍵盤遊びや歌、リズム遊びを楽しみます。身体で音楽を感じてスキンシップを図ることで情操を高めます。 | 今川 | 1回2,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6043-3494 |
| 音楽教室Poco a poco | 1歳からのママと一緒に音遊び | 1回45分 音楽のリズムを感じたり、身体を動かしたりして、音楽を楽しみます。 | 今川 | 1回1,000円 | 1～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3397-5160 |
| 音楽教室Poco a poco | お母さんと一緒にピアノと遊ぼう | 1回45分 一緒に音楽を通してふれあったり、ゲームをしたり、楽しい時間を過ごします。 | 今川 | 1回1,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3397-5160 |
| ピアノ教室・スタジオArNote | 親子でエンジョイ！うたと絵本とはじめてのピアノ | 親子で歌と絵本とピアノに触れて楽しみます。 | 荻窪 | 1回2,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-1857-8120 |
| ヤマハ音楽教室 荻窪ミュージックセンター | ヤマハ音楽教室＜親子＞荻窪ミュージックセンター ぷらいまりーコース | 月3回 年少～年長のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で歌を歌ったり、絵本や楽器を使ったリズム遊びをします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 月謝制8,250～9,900円 | 3歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3393-0920 |
| ママ＆ベビーＭＵＳＩＣコミュニケーション“Ｌａ Ｊｏｌｌａ” | ドレミでママと一緒に絶対音感♪小さなピアニスト♪ | 1回45分 リトミック的要素をふんだんに盛り込んだプロが贈るグランドピアノの世界をみんなで楽しみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回3,300円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8729-1789 |
| ミュージックワーク | 音・きく・見る・動く親子コンサート | 年3回 1回90分 パパがなかなか子育てに参加しにくいため、音楽・リズム体操をして普段の遊びのヒントになればと思います。家族で楽しんでください。 | 上荻 | 1回5,000円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3337-5797 |
| ヤマハ音楽教室 荻窪本店センター | ヤマハ音楽教室＜親子＞荻窪本店センター ドレミらんどらっきークラス | 1歳児のお子さんがいる親子を対象にした40分のサービスです。音楽を通して心地よさや楽しさを体感していただき、リラックスできる時間を提供します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 月謝制6,600円 | 1歳児の子どもと親 | 可 | 03-3398-9812 |

## 親子で音を楽しんで交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ヤマハ音楽教室　荻窪本店センター | ヤマハ音楽教室<親子>荻窪本店センター　ドレミらんどぷっぷるクラス | 2～3歳児のお子さんがいる親子を対象にした40分のサービスです。親子のコミュニケーションを基本に楽しみながら音楽を聴いたり、身体を動かして豊かな感性を育てます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 月謝制6,600円 | 2～3歳児の子どもと親 | 可 | 03-3398-9812 |
| ヤマハ音楽教室　荻窪本店センター | ヤマハ音楽教室<親子>荻窪本店センター　ぷらいまりーコース | 3～5歳児のお子さんがいる親子を対象にした50分のサービスです。親子一緒に遊び感覚にあふれた音楽体験の中で豊かな情操を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 月謝制8,250円～（平日）／8,800円～（土日） | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3398-9812 |
| (有)オマタ・エステート | 親子でゆったり音楽タイム | 月1～2回程度 60分 音楽家による優しい歌声とピアノやウクレレの音色でリラックスしながら、一緒に歌ったり親子でリズム遊びを楽しみます。 | 上荻 | 1回2,000円 | 0歳～2歳の子どもと親 | 可 | 03-5303-7299 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 久我山センター　ドレミらんど（ラッキー） | 月3回40分 1～2歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒に先生の演奏を聴いたり、楽器に触れながら音楽体験をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制6,710円 ※別途教材費有り | 1～2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 久我山センター　ドレミらんど（ぷっぷる） | 月3回40分 2～3歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒に先生の演奏を聴いたり、楽器に触れながら音楽体験をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制6,710円 ※別途教材費有り | 2～3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 久我山センター　ぷらいまりー1 | 月3回50分 3歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒にドレミ合唱をしたり、リズムにのって身体を動かします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制8,360円（平日）／8,910円（土日） ※別途教材費有り | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 久我山センター　ぷらいまりー2・3 | 月3回60分 4～5歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒に歌ったり、鍵盤・演奏をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制9,460円（平日）／10,010円（土日） ※別途教材費有り | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| モモレコーズ | 親子で楽しむ青空ウクレレ教室 | 1回60分 親子でウクレレを弾きます。初心者でも大丈夫です。 | 久我山,世田谷区 | 1回2,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5932-6261 |
| モモレコーズ | 親子で楽しむセッションとムーヴメント | 週1回45分 英語の歌を使って親子でセッションします。声と身体と少しの打楽器を使い親子で交流、触れ合いながら音作りを楽しみます。 | 久我山 | 9回22,000円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5932-6261 |
| DRUMS　PROSHOP GATEWAY | 親子で楽しむ打楽器アンサンブル | 月1回金曜 11：30～12：30 ブラジルの音楽、サンバのリズムを色ーな打楽器でアンサンブルし、親子同士楽しく交流します。 | 久我山 | 1回3,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6671-5998 |
| (株)東音楽器　高円寺センター | ヤマハ音楽教室 <親子> 高円寺センター　ぷらいまりー1 | グループ月3回50分 3歳児（年少）のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。楽器体験、リズム遊びなど親子同士のコミュニケーションを通して社会性や協調性を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 月謝制8,800円～9,350円 | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3314-2661 |
| (株)東音楽器　高円寺センター | ヤマハ音楽教室 <親子> 高円寺センター　ぷらいまりー2 | グループ月3回50分 4～5歳児（年中・年長）のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。楽器体験、リズム遊びなど親子同士のコミュニケーションを通して社会性や協調性を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 月謝制9,900円～10,450円 | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3314-2661 |
| ヒロミュージックスクール | 親子で打楽器コース | 月3回 平日 午前 1回40分 3歳からのお子さんと親を対象に、親子でボディーパーカッション・ドラム・マリンバをたたきながらリフレッシュを図り楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 下井草 | 月謝制7,280円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6804-0807 |
| ヒロミュージックスクール | 親子でピアノグループレッスンコース | 月3回 1回40分 3歳からのお子さんと親を対象に、親子で一緒に楽しくうたを取り入れながらピアノを弾きます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 下井草 | 月謝制7,280円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6804-0807 |
| ハナハウス | 英語でリズム！Rythem of English | 1回60分 欧米の幼児絵本をリズムを通して歌いながら読み、英語や海外の文化に触れ、みんなで楽しく交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵,西荻北,西荻南 | 月謝 1クール(3か月/6回) 19,140円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6750-8677 |

## 親子で音を楽しんで交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 「おやこみゅ」ＮＰＯ法人親子コミュニケーションラボ | 親子で楽しく音遊び | 全5回45分 生後6か月からのお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で音・歌・楽器・童謡に親しみからだ全体で音楽を楽しみ交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東,高井戸西,久我山 | 月謝制10,000円（体験2,000円） | 生後6か月～2歳児の子どもと親 | 可 | info@oyakom.com |
| おんがくルーム　Ｏｔｏｔｏｅ | 親子で楽しむ歌・ピアノ・楽器遊び | 月1～2回 月～金曜 10：00～14：00 リトミックや楽器を使ったアンサンブルなど、親子同士楽しい音遊びで交流します。 | 成田東 | 1回1,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | ototoe.music@gmail.com |
| アフリカンたいこ教室 | 親子で楽しむアフリカの太鼓ジャンベ | 月3回 1回45分 アフリカの太鼓ジャンベでさまざまなアフリカのリズムとアンサンブルを楽しみながら親子同士交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 成田東 | 1回3,000円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 070-5555-0501 |
| 中北ピアノ教室 | 親子で楽しいピアノの時間 | 月2回午後40分 友達やママと一緒にピアノを弾いて楽しく交流できます。無料体験があります。 | 西荻北 | 月謝制7,000円 | 4歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5932-3490 |
| ミュージック スクール「Ｓｏｔｔｏ ｖｏｃｅ」 | 親子で一緒に楽しむピアノ！ | 水・土・日 1回30分 生後6か月～の親子を対象に、実際に楽器にふれて親子でピアノを楽しみ交流します。 | 西荻南,荻窪,武蔵野市 | 1回3,000円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8344-8873 |
| (株)ニュースター楽器 | ヤマハ音楽教室 <親子> 西荻窪センター | １～５歳まで年齢に合わせたコースがあります。親子で音楽に親しみ、自然に交流もできます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 月謝制6,380円～9,130円 | 1歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5307-8001 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 浜田山センター　ドレミらんど（ラッキー） | 月3回40分 1～2歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒に先生の演奏を聴いたり、楽器に触れながら音楽体験をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制6,710円 ※別途教材費有り | 1～2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 浜田山センター　ドレミらんど（ぷっぷる） | 月3回40分 2～3歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒に先生の演奏を聴いたり、楽器に触れながら音楽体験をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制6,710円 ※別途教材費有り | 2～3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 浜田山センター　ぷらいまり－１ | 月3回50分 3歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒にドレミ合唱をしたり、リズムにのって身体を動かします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制8,360円（平日）／8,910円（土日） ※別途教材費有り | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| 菅波楽器株式会社 | ヤマハ音楽教室 <親子> 浜田山センター　ぷらいまり－２・３ | 月3回60分 4～5歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一緒に歌ったり、鍵盤・演奏をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 月謝制9,460円（平日）／10,010円（土日） ※別途教材費有り | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3425-9151 |
| スタジオれもんの木 | グランドピアノを囲んで親子で音楽を体験 | 1回45分 日曜・水曜クラス有 ピアノやハンドベルなど様々な楽器を体験しながら、音楽と親しむグループレッスンです。リトミックを中心に、アンサンブル体験や工作、プチ演奏会を実施します。 | 方南 | 1回2,500円 追加子ども1人2,500円 | 生後6か月～就学前の子どもと親 | 可 | studio.lemontree77@gmail.com |
| アマンテデラムジカ | 音で交流！親子で楽しくピアノを弾こう | 親子で一緒にピアノを弾いたり、歌ったり音楽を楽しむことによってたくさんの人たちと交流できます。 | 堀ノ内 | 月謝制6,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2471-0594 |
| 株式会社ネーブル | 親子ＤＥ音あそび | 親子で楽しみながら楽器などを使って、同世代の親子達と交流します。 | 桃井 | 1回1,000～3,000円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-6913-5171 |
| (株)川上楽器店 | ヤマハ音楽教室 <親子> 下高井戸センター　ぷらいまり－2・3 | 年40回60分 親子一緒に音楽の楽しさを体験します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 世田谷区 | 月謝制10,120円～10,670円 | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3409-4411 |
| (株)川上楽器店 | ヤマハ音楽教室 <親子> 下高井戸センター　ぷらいまり－１ | 月3回午後50分 親子でリズムをとって動いたり、ドレミ唱を楽しく体験します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 世田谷区 | 月謝制7,800円～（平日）／８,300円～（土日） | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3409-4411 |
| (株)川上楽器店 | ヤマハ音楽教室 <親子> 下高井戸センター　ドレミらんど　ぷっぷるクラス | 月3回午前40分 親子で音楽とふれ合い、豊かな感受性を育てます。親子で歌ったり、踊ったり、共に楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 世田谷区 | 月謝制6,600円 | 2～3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3409-4411 |
| (株)川上楽器店 | ヤマハ音楽教室 <親子> 下高井戸センター　ドレミらんど　らっきークラス | 月3回午前40分 親子で音楽を楽しんでいただけるイベントです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 世田谷区 | 月謝制6,600円 | 1～2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3409-4411 |
| (株)ニュースター楽器 | ヤマハ音楽教室 <親子> 鷺宮センター | １～５歳まで年齢に合わせたコースがあります。親子で音楽に親しみ、自然に交流もできます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制6,600円～9,350円 | 1歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5307-8001 |

## 親子で音を楽しんで交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞中野坂上センター らっきークラス | 月3回 親子のための楽しい音楽体験です。質の高い「音」や「音楽」に触れることで心の成長を促します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制6,930円 | 1～2歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞中野坂上センター ぷっぷるクラス | 月3回 親子で音楽を聴いたり、歌ったり身体を動かすプログラムです。楽しい音楽体験を通して感受性を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は別途お問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制6,930円 | 2～3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞中野坂上センター ぷらいまりー１ | 月3回 親子で音楽を聴いたり、歌ったり身体を動かすプログラムです。イメージを広げながら鍵盤に触れてみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は別途お問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制8,580円～ | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞中野坂上センター ぷらいまりー２ | 月3～4回 「きく」「うたう」「よむ」「つくる」という音楽体験を通して豊かな心を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者へお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制10,230円～ | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞ミュージックセンター中野 らっきークラス | 月3回 親子のための楽しい音楽体験です。質の高い「音」や「音楽」に触れることで心の成長を促します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制6,930円 | 1～2歳の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞ミュージックセンター中野 ぷっぷるクラス | 月3回 親子で音楽を聴いたり、歌ったり身体を動かすプログラムです。楽しい音楽体験を通して感受性を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は別途お問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制6,930円 | 2～3歳の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞ミュージックセンター中野 ぷらいまりー１ | 月3回 親子で音楽を聴いたり、歌ったり身体を動かすプログラムです。イメージを広げながら鍵盤に触れてみましょう。応援券対象外費用があります。詳細は別途お問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制8,580円～ | 3歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)松栄楽器店 | ヤマハ音楽教室＜親子＞ミュージックセンター中野 ぷらいまりー２ | 年40回 「きく」「うたう」「よむ」「つくる」という音楽体験を通して豊かな心を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者へお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制10,230円～ | 4歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3382-0666 |
| (株)ニュースター楽器 | ヤマハ音楽教室＜親子＞カシス武蔵関センター | １～５歳まで年齢に合わせたコースがあります。親子で音楽に親しみ、自然に交流もできます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 練馬区 | 月謝制6,600円～9,350円 | 1歳児～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5307-8001 |
| (株)宮地商会小金井支店（宮地楽器） | ヤマハ音楽教室１歳児「ドレミらんど らっきークラス」吉祥寺センター | 月3回午前40分 親子でたくさんの音楽を聴いたり、楽器やグッズを体験したり、リズムに合わせて参加したり音楽の心地よさを体感します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 武蔵野市 | 月謝制6,930円～ | 1歳児の子どもと親 | 可 | 0422-21-7191 |
| (株)宮地商会小金井支店（宮地楽器） | ヤマハ音楽教室２歳児「ドレミらんど ぷっぷるクラス」吉祥寺センター | 月3回午前40分 親子で一緒に身体全体でリズムを感じ、のびのびと表現していきます。加えて様々な音楽の対比など聴きわけ、音楽に集中して聴くことができる姿勢を育みます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 武蔵野市 | 月謝制6,930円～ | 2歳児の子どもと親 | 可 | 0422-21-7191 |
| (株)宮地商会小金井支店（宮地楽器） | ヤマハ音楽教室３歳児「ぷらいまりー１コース」吉祥寺センター | 月3回午後50分 楽しく歌ったり、名曲や絵本の鑑賞をしたりしながら、複数の親子同士が交流しながらプログラムを進めることで豊かな想像力を育み、音楽表現力の基礎を養います。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 武蔵野市 | 月謝制9,130円（平日）／9,680円（土日） | 3歳児の子どもと親 | 可 | 0422-21-7191 |
| (株)宮地商会小金井支店（宮地楽器） | ヤマハ音楽教室４・５歳児「ぷらいまりー２コース」吉祥寺センター | 月3回50分 親子一緒にレッスンに参加することで、他のお子さんの演奏を聴いたり、親のサポートを受けたり交流しながら、「きく」「うたう」「ひく」「よむ」「つくる」という総合的に音楽を体感します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 武蔵野市 | 月謝制10,230円（平日）／10,780円（土日） | 4歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 0422-21-7191 |
| モモレコーズ | （オンライン）親子で楽しむ青空ウクレレ教室 | 1回60分 親子でウクレレを弾きます。初心者でも大丈夫です。おうちでも親子で音楽を楽しめるようサポートします。 | 利用者宅 | 1回2,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5932-6261 |

## 親子で楽しむものづくり交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (有)前川研究所 | 親子で楽しむアップサイクル工作(受賞多数) | 月1回60分 不用品から、切り貼りだけの簡単リメイク工作を親子で楽しみます。（英語でも対応可能です）アップサイクルで受賞多数。 | 阿佐谷北,阿佐谷南,桃井 | 1回1,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6014-3399 |
| 杉並アートくらぶ | 親子アートワークショップ | 月1回 午前 1回120分 親子で、専門知識を持つ「臨床美術士」と対話しながら共に絵を描いたり、オブジェ制作を行います。制作プロセスを楽しみ、その過程や鑑賞会において参加者同士が交流を深めます。 | 阿佐谷北 | 1回3,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | yashirokae@gmail.com |
| アトリエ風雅 | 親子で楽しむ陶芸・手作り講座 | 年4回120分 親子で楽しめる簡単な陶芸を中心とした手作り講座で親子のコミュニケーションと参加者の交流を図ります。 | 阿佐谷南 | 1回3,000円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6768-9880 |
| コモモスタ | 親子で楽しむリボン・レジンアクセサリー作り | 月1回 午前 お好みの素材を選び、親子でアクセサリーを作ります。 | 天沼,成田東,梅里 | 1回2,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | komomosta@gmail.com |
| コモモスタ | 親子で楽しむパーティーグッズ作り | 月1回 午前 お好みの素材を選び、親子で季節のイベントやお家で飾れるパーティーグッズを作りながら交流します。 | 天沼,成田東,梅里 | 1回3,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | komomosta@gmail.com |
| アトリエ星のまど | 親子で楽しむアート＆ハンドメイド | 1回90分 お子さんの年齢に合った内容でアートやハンドメイドを親子で楽しみ、創作を通して親子のコミュニケーションを深め作品を見ながら参加者同士で楽しく交流します。 | 天沼 | 1回3,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-7965-9700 |
| yu's kitchen & place | 楽しく交流 親子モノづくりワークショップ | 平日 午前開催 布・毛糸・ビーズ・折り紙・粘土を使って季節のモチーフや小物を親子で作り交流します。開催日はメールにてお問合せください。 | 井草 | 1回3,000円 | 2歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 050-3327-0491 |
| Ｓａｌｏｎ ｄｅ Ａｓｓｅｍｂｌｅ | 親子で楽しむポーセラーツ | 月8～10回 1回90～120分 好みのデザインでベビープレートや乳歯ＢＯＸなどを作ります。ティータイムなどで他の親子と交流でき、情報交換の場にもなります。 | 井草 | 3,000円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | porcelarts_assemble@yahoo.co.jp |
| アトリエ「マーブル」美術造形教室 | 親子でいっしょに楽しむ工作 | 水～土曜 午後60分 絵を描いたり工作をして交流します。みんなの作品を見ながら楽しく作品を作ります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和泉 | 1回3,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5307-8677 |
| Ange Blanc アンジュブラン | 親子で楽しむものづくり フラワー＆ポーセラーツ | 1回90分 10：30～12：00 親子で一緒にオリジナルの食器や雑貨、フラワーアレンジメントやハーバリウムを作りながら参加者同士楽しく交流します。 | 和泉 | 1回3,000円～ | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | angeblanc1114@gmail.com |
| (一社)ハーブブレンドスタイル協会 | 親子で楽しむハーブブレンド | 1回90～120分 ハーブを使ったクラフト体験やハーブブレンド体験です。親子で五感を使い交流を楽しみます。 | 今川 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-1403-8470 |
| 花くらぶ | 親子で楽しむフラワーアレンジメント（生花・プリザーブ・造花） | 月2回60分 生花に接して名前を覚えたり、親子一緒にフラワーアレンジメントを楽しみながら参加者と交流します。 | 梅里,阿佐谷南,中野区 | 1回3,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8740-7304 |
| Home Made Sweets Kaopan | 親子で小麦粉粘土でつくるパン＆お菓子の雑貨づくり | 1回90分 親子で小麦粉粘土でパンやお菓子をモチーフにしたマグネットやキーホルダー等の雑貨を作り交流します。 | 永福 | 1回3,000円～ | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2491-6904 |
| 気軽におけいこ natural | 親子で思い出作り スクラップブッキング | 月2～4回120分 親子で手作りアルバムを作ります。参加者同士楽しくお話しながら交流を深めます。 | 荻窪 | 1回2,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3304-7671 |
| COCO YAYA JJ ART （ココヤヤジェイジェイアート） | 親子でアート ＣＯＣＯ ＹＡＹＡ Ａｒｔ | 月1～5回 1回60～90分 親子でいろいろな素材を使ってお絵かきや工作する楽しさを体験し、交流します。 | 上井草 | 1回2,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | ayayacoco.gen@me.com |
| 学校法人野上学園 久我山幼稚園 | 親子絵画教室 | 月1回60分の絵画教室です。オリジナル傘やエコバック作りなど、子どものやってみたいという気持ちを大切にした親子で楽しむサービスです。 | 久我山 | 1回2,000円 | 2～3歳児の子どもと親 | 可 | 03-3333-7777 |
| てぃだてぃだ | 親子で楽しむものづくり ワークショップ | 月1回 親子で季節に応じた様々なものづくりを行います。参加者同士で楽しく制作しながら、情報交換をしたり、交流を深めるワークショップです。 | 久我山 | 1回2,500円～3,000円 | 生後8か月～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8558-1066 |
| プリザーブドフラワープチラパン | 親子で色んなお花を使ってアレンジメント | 1回60分 親子で楽しくプリザーブドフラワーアレンジを作成します。 | 高円寺北 | 1回3,000円 | 4歳～就学前の子どもと親 | 可 | 050-1256-8395 |
| プリザーブドフラワープチラパン | 西洋からくり人形をイメージしてワイヤーオートマタを作ってみよう | 西洋からくり人形・オートマタを簡単なワイヤーワークで作り上げます。小さなお子さんも楽しく制作できます。 | 高円寺北 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 050-1256-8395 |
| レクトサンドカフェ | 親子でつくろう～季節のイベントに合わせた簡単工作～ | 月1～2回 廃材などの身の回りの物を使って、季節に合わせた飾りやおもちゃなどを親子で工夫して作り交流します。 | 高円寺南 | 1回2,500円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5929-9207 |
| 手作り教室 water melon bikini（ウォーターメロンビキニ） | 親子で楽しむ手作りワークショップ | 月2回 土曜 10：00～11：00 主に布を使ったワークショップです。親子で一緒に貼ったり、描いたり、ペイントしたりなど、楽しく簡単に作品を作ります。 | 清水 | 1回1,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 080-6559-0668 |

## 親子で楽しむものづくり交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ＡＰＣＯＮＣＥＰＴ | コドモと楽しむ「モノづくりワークショップ」 | 1回90分 親子でアート制作（ランプシェードや木工）などの創作を楽しみます。開催は不定期です。 | 下井草 | 1回3,000円～ | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 070-6635-1515 |
| ミミンヌ | 親子でキャンドル作り | 月5~8回 60分 親子で一緒にアイディアを考え、カラフルなキャンドルやアロマキャンドルを作りながら交流します。 | 下高井戸,和泉,堀ノ内 | 1回3,000円～ | 生後3か月～就学前の子どもと親 | 可 | negishimichiyo@hotmail.co.jp |
| ミミンヌ | 親子で楽しむファースト食器づくり | 月5~8回 午前と午後 親子で白磁のカップやお皿・お茶碗などに転写紙を貼ってオリジナルの作品を作ります。参加者と交流しながらものづくりの時間を楽しみましょう。 | 下高井戸,和泉,堀ノ内 | 1回2,000円～ | 生後3か月～就学前の子どもと親 | 可 | negishimichiyo@hotmail.co.jp |
| ハナハウス | 英語で楽しむ！親子Science（月1回） | 月1回 日曜 午前75分 親子で一緒に自然と科学にふれあい、楽しい実験を通して親子間・家族間の交流を図ります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵 | 1回4,130円(1クール6回) | 4歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6750-8677 |
| Ｓａｌｏｎ ｄｅ ｃａｃｃｏ、 | 親子フラワーサロン | ピーマンやフランスパンなどを花材と一緒に使って、花だけではなく食べ物を違う観点から見つめて親子で工夫してアレンジメントを制作します。花材などの話題を提供し、交流しやすい環境づくりをしています。 | 松庵 | 1回4,000円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | musubi.inf@gmail.com |
| アルバム作り教室 Enjoy Scrapbooking! | 親子で簡単！可愛い！アルバム作り | 1回90分 スクラップブッキングの手法を用いて、親子で仲良く思い出の写真をアルバムに綴ります。参加者同士見せ合い交流を図ります。自宅他親子カフェにて開催。 | 松庵 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2494-3176 |
| Baby Salon はぴねっこ | 手形足形アート | 月1～2回 午前 1回60分 お子さんの手形足形で可愛いアートを作ります。ご希望により、ご兄弟や親御さんの手形足形も追加できます。 | 善福寺 | 1回1,500円 | 生後1か月～就学前の子どもと親 | 可 | hapinekko@gmail.com |
| 「おやこみゅ」ＮＰＯ法人親子コミュニケーションラボ | 親子で季節の工作あそび | 全7回45分 生後6か月からのお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。親子で一つ一つの材料を触ったりにおいを嗅いだりしながら工作を楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東,高井戸西,久我山 | 月謝制14,000円（体験2,000円） | 生後6か月～2歳児の子どもと親 | 可 | info@oyakom.com |
| こどもと楽しむワークショップ「ママフォト」 | 親子で手作りおしゃべり会 | 月1回60分 小さなお子さんでも安心な自然素材を使った手作りワークショップです。親子同士おしゃべりしながら交流を深めましょう。 | 高井戸東,上高井戸,世田谷区 | 1回2,500円～ | 2歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 070-5570-3836 |
| こどもと楽しむワークショップ「ママフォト」 | 親子で手作りメモリアルフォト（出張含む） | 月1回90分 親子で一緒にフォトフレームやスクラップブッキングの作成や親子同士の交流を楽しみます。 | 高井戸東,上高井戸,世田谷区 | 1回5,000円 | 2歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 070-5570-3836 |
| ベビーマッサージ「Ｒｉｏｎ'Ｒｏｏｍ～りおんの部屋」 | 親子で楽しむものづくり交流会 | 月1回午前60分 親子でクレヨン、写真、手形足型スタンプなどを使って乳幼児期の思い出になる工作をし、交流します。 | 高井戸東,下井草,久我山 | 1回500円～2,000円 | 1～3歳の子どもと親 | 可 | 090-3537-2665 |
| ボーセラーツサロン ｐｒｉｍａｖｅｒａ | 親子で楽しむ食器づくり | 週3回 1回90分 毎日使うお茶碗やカップを好きなデザインで作り、親子で交流します。 | 高井戸東 | 1回4,000円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6671-1936 |
| ジューンベリー －プランツ＆アロマー | 親子で楽しむ植物やアロマを使った季節のものづくり | 1回120分 親子で植物やアロマを使って、生活の中で楽しみながら活用する方法をものづくりをしながら体験し、交流を深めます。 | 成田西 | 1回3,000円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6313-0094 |
| Refine | 親子で楽しむアロマ体験講座 | 月2回 1回60～90分 アロマグッズ作りやオイルブレンドなど体験し、家族で役立つグッズ作りを親子で楽しみ交流しましょう。体験コースもあります。 | 西荻北 | 1回3,000円～ | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | refine.kaoris@gmail.com |
| クレヨン・キッズ・アート | 心を育てる！親子お絵かき・工作 | 1回60分 モーツァルトを聞きながら、親子でお絵かきや工作・絵手紙・造形遊びを楽しみ交流します。絵本の読み聞かせを通して皆と一緒に思い出を作りましょう。 | 西荻北 | 1回2,500円 子ども1人追加1,500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6454-7735 |
| 手作り教室 麦の風 | 親子で一緒にクラフト・雑貨作り教室 | 紙バンドなど色々な材料を使い、暮らしの中で使える雑貨を親子で楽しみながら作ります。 | 西荻北 | 1回3,300円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-7266-1737 |
| (株)東京富士カラー | 親子で楽しむスクラップブッキング | 週1回90分 持ち寄った写真を入れる台紙フレームに親子で楽しく飾り付けして、みんなで一緒に交流します。 | 西荻南 | 1回3,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3390-8385 |
| Salon+ atelier polka | 親子で楽しむものづくり講座 | 1回60分 季節のイベントを取り入れた物作りと思い出作りの講座です。フォトフレーム・Ｔシャツ・カード作りなどを親子で楽しみます。 | 西荻南 | 1回3,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5941-6532 |
| アトリエ太陽の子 浜田山画室 | 親子みんなで楽しむ絵画・造形クラス | 親子で楽しみながら作品を作成し、他の親子と交流します。 | 浜田山 | 2,000円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5930-1777 |
| Flower Cube | 親子で楽しめるフラワー＆バルーンなどを使用するものづくりの会 | 月2回 1回90分 親子でものづくりを楽しみます。生花・プリザーブドフラワー・造花やバルーンなどを使って作品を作ります。 | 方南,中野区 | 1回2,500円～ | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2541-0010 |

## 親子で楽しむものづくり交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| たまねヒュッテ. | 親子で楽しむ染物体験 | 月1～2回 染め物（藍染・べんがら染・草木染・ダイダイ染） 体験を通じて、親子のコミュニケーションと参加者同士の交流をはかります。料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 方南,中野区 | 1回2,000円～ | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6875-5149 |
| たまねヒュッテ. | 親子で楽しむオリジナル小物作り | 隔月2回90分 ハギレ・ビーズ・毛糸や消しゴムはんこ等で、カード・バッグ・Ｔシャツや靴下などをデコレーションしてオリジナル小物を作ります。親子及び参加者同士の交流をはかります。 | 堀ノ内 | 1回1,500円～ | 0歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6875-5149 |
| 図画工作室太陽のいろ | みんなで心と体を使って感じたり作ったり「楽しい！」を発見する会 | 年4～5回 身近な素材でカンタンに作れる物から普段出来ないことまで！気軽に参加してモノづくりのヒントを持ち帰ってください。 | 松ノ木,中野区,地域不特定 | 1回500円～3,000円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-3140-3828 |
| アトリエチャイルド | 親子で参加する絵画・工作教室 | 1回90～120分 親子で絵を描いたり、造形作品を作ります。出来上がった作品を見せ合いながら楽しく交流します。 | 南荻窪 | 1回2,000円～ | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3395-3072 |
| (株)BunBuKids | 親子で楽しくパステルシャインアート | 月1回午後60分 パステルを削って、指でのばして描くパステルシャインアートを楽しみながら親子で交流します。 | 宮前 | 1回800円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3333-5114 |
| アルバム作りで楽しい子育ての会 | かわいいわが子の手作りアルバム講座 | 月10回 平日・日曜120分 親子で楽しむスクラップブッキングです。親子で作りながら交流を深めます。3組以上で出張可能です。 | 桃井 | 1回2,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 080-3520-1961 |
| happy SOSOs | 親子でつくろう！グラスサンドアート | 毎月第2土曜日午前 1回90分 親子で協力し合い、砂の色選び・模様づくり・飾り付けを楽しんで交流を深めるグラスサンドアート体験です。 | 世田谷区 | 1回3,300円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | sandart@happysosos.com |
| アトリエ百千鳥 | 月いち親子でアート | 1回90分 親子で色や形を楽しむ造形ワークショップです。他の親子と楽しく交流します。 | 練馬区 | 1回2,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3996-1823 |
| キッズ・アトリエ | キッズ・アトリエ 親子クラス | 月3回～4回 金曜 14：30～15：25 粘土遊びや、季節の飾り物など親子で毎回楽しいテーマのアート（ものづくり）を通して交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 練馬区 | 1回2,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 042-465-5454 |
| （ＮＰＯ）プレシャスネット | 親子でフラワーアレンジメント | 月1回 参加者同士で交流して、親子でフラワーアレンジメントを楽しみます。 | 武蔵野市 | 3,500円～ | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 070-6948-0874 |
| アトリエ・ブルージュ | 親子で楽しむ季節のフラワーアレンジメント | 1回120分 季節やイベントに合わせて、生け花やプリザーブドフラワーを親子で楽しみ交流します。 | その他区外,武蔵野市 | 1回3,000円～ | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 080-3511-0615 |

## 親子で体を動かして交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| スタジオ・オズ（オズの会） | 親子で楽しむプレバレエ | 1回60分 親子で体を動かすことの楽しさや音楽を感じながら、参加者と交流します。 | 阿佐谷北 | 1回1,500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6383-1210 |
| (有)前川研究所 | 親子で楽しむ各種ダンス講座(受賞多数) | サルサ、フラメンコ、ベリーダンス等を親子で英語でも楽しみます。東京都でもベストパフォーマンス受賞。 | 阿佐谷北,阿佐谷南,桃井 | 1回1,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6014-3399 |
| kirayoga | 親子で一緒にヨガタイム | 1回75分 ベビトレヨガはお子さんの体の可動域トレーニング、ママトレは凝った体をほぐし筋肉を鍛えます。ヨガを通して親子で触れ合う時間を提供します。 | 井草 | 1回2,200円 | 生後2か月～3歳の子どもと親 | 可 | twinklestar_yoga@icloud.com |
| Physio Athlete Support | 親子で楽しく体幹＆リズムトレーニング | 1回60分 年齢別の親子運動プログラムです。運動の基礎となる様々な感覚を親子で楽しくトレーニングしていきます。 | 和泉 | 1回3,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-6313-6119 |
| ヨガまる | 親子ヨガ | 親子で一緒にスキンシップを取り入れながらヨガを楽しんで心と身体をリフレッシュします。パパも大歓迎です。 | 梅里 | 1回2,900円（体験2,000円）<br>3回8,000円 | 就学前の子どもと親 | 不可 | 080-1162-9548 |
| ヨガまる | エンジョイ英語リズム体操 | 1回45分 英語と音楽（リズム）に触れながら、親子で楽しめるふれあい体操です。 | 梅里 | 1回2,900円（体験2,000円）<br>月謝４,500円 | 1～4歳の子どもと親 | 不可 | 080-1162-9548 |
| ヨガまる | 親子で英語 コンテンポラリーダンス | 1回45分 英語と日本語を交えながら、親子で楽しめるふれあいダンスです。型にはまらないコンテンポラリーダンスは、お子さんが本来持つ自由な発想・感性を大事にした動きを大切にします。 | 梅里 | 1回2,900円（体験2,000円）<br>3回8,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 080-1162-9548 |
| (株)帯三京 フイ フラオ レイアロハ | ママといっしょにフラダンス | 月2回 土曜日 午後 1回60分 ママと子どもで一緒にフラダンスを楽しみます。終了後は今日のレッスンを振り返って自由トークで交流します。初回体験無料です。 | 永福 | 1回2,500円 | 0歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3469-0715 |
| （株）セカンドプレイス | 英語で楽しむ運動あそび「spoglish(ｽﾎﾟｸﾞﾘｯｼｭ)」 | 週2～3回 1回50分 英語でコミュニケーションをとりながら、遊びの要素を盛り込んだ運動「スポグリッシュ」で親子同士交流します。 | 永福 | 1回3,300円 | 1～4歳の子どもと親 | 可 | 03-6379-4523 |

## 親子で体を動かして交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pule Aloha Hula | フラダンスを親子で楽しもう | 月1～3回 1回50分 親子で一緒にフラダンスを楽しみます。踊りだけでなく遊び感覚でハワイ音楽を使いながら参加者同士で交流します。 | 永福,和泉 | 1回1,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | pulealohahula@gmail.com |
| Mille BALLET STUDIO | 親子で楽しむ はじめてプレバレエ | 月1回60分 9：30～10：30 性別関係なく、親子で楽しく音楽に合わせてバレエの動きを混ぜながら身体を動かしてバレエの世界に親しみます。 | 永福 | 1回1,500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | mille_ballet_info@yahoo.co.jp |
| 株式会社 天稟 | 親子の体育教室 | 月3～4回 木曜午後60分 親子で楽しく基礎体力と運動神経を伸ばし、挨拶マナーも取り入れ、交流しながら運動します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 大宮 | 1回2,000円<br>体験1回500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 080-1078-5658 |
| ヨガBeyond 荻窪駅前教室 | ママ（パパ）とキッズのヨガ | 週3回 1回75分 親子で楽しむヨガクラスです。遊び歌も取り入れて楽しく身体を動かします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回2,500円<br>体験1,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-4405-4512 |
| コナミスポーツ・杉並建物総合管理事業協同組合共同事業体 | Sunday!親子体操 | 1クール10回 1回60分 ボールやとび箱、平均台、マットなどの用具を使い、親子で遊びながら体を動かす楽しさを知ってもらい、体力をつけます。同年代の親子と体を動かすことで、ふれあいと仲間づくりを目指します。 | 荻窪 | 1クール10回<br>7,500円 | 1歳6か月～4歳の子どもと親 | 不可 | 03-3220-3381 |
| 上井草スポーツセンター | 親子体操 | 親子でスキンシップを取りながら、楽しく運動します。 | 上井草 | 月謝制5,020円 | 2～4歳の子どもと親 | 不可 | 03-3390-5707 |
| 上井草スポーツセンター | はじめて親子プール教室 | 親子でスキンシップを取りながら、楽しく水慣れをします。 | 上井草 | 月謝制2,720円～ | 2～3歳の子どもと親 | 不可 | 03-3390-5707 |
| 上井草スポーツセンター | 親子サッカー教室 | 親子で楽しくボールを使って体を動かします。 | 上井草 | 1回570円 | 2～4歳の子どもと親 | 不可 | 03-3390-5707 |
| 藤間 駒季 日本舞踊教室 | 親子で楽しむ日本舞踊教室 | 月数回 土日開催 1回50分 親子で古典の曲に合わせて体を動かします。着付けや礼儀も自然に身に付けながら交流ができます。 | 上井草 | 1回2,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-5324-4147 |
| Ｒｉｔｏｍｉｃｏ幼児音楽教室 | ママと赤ちゃんが楽しい親子ヨガ | 1回90分。赤ちゃんとふれあいながら楽しく身体を動かし、赤ちゃんの体幹作りやママの体力作りをサポートします。レッスン後はフリータイムでママ同士の交流も深めます。 | 上荻 | 1回3,300円 | 生後2か月～3歳までの子どもと親 | 可 | 03-5335-9805 |
| スタジオ・ハートビート(株)WILL EVER | 英語で親子リトルＨＩＰＨＯＰ | 午後45分 英語でコミュニケーションを取りながらリズムに乗って親子で楽しく踊れるHIPHOPクラスです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 1回3,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6794-7712 |
| スタジオ・ハートビート(株)WILL EVER | 親子プレバレエ | 午後60分 リズムやスキップなどで楽しく音を感じたり、ストレッチをしたりします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 1回3,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6794-7712 |
| スタジオ・ハートビート(株)WILL EVER | 親子リトルヒップホップ | 午前60分 親子で楽しくヒップホップを踊ります。 | 上荻 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6794-7712 |
| スタジオ・ハートビート(株)WILL EVER | 親子ベリーダンス | 午後60分 ベリーダンスのリズムに合わせて動いたり、振り付けを踊ったりしながら、親子、他の親子のとコミュニケーションを図り、一緒に踊りを作り上げる喜びを体験します。 | 上荻 | 1回2,500円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6794-7712 |
| 学校法人野上学園 久我山幼稚園 | 子育てひろばｐｉｃｏｂａｂｙ（親子体操教室） | 月1回50分 親子で全身を使って楽しく交流します。年齢別にクラスがあります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 1回2,000円 | 1～2歳児の子どもと親 | 可 | 03-3333-7777 |
| てぃだてぃだ | ふれあいベビーヨガ | ヨガの動きやわらべ歌・手遊びを交え親子で体を動かし、交流を楽しみます。 | 久我山 | 初回2,500円（2回目以降2,000円） | 0～2歳の子どもと親 | 可 | 090-8558-1066 |
| HanariyaYoga | 親子キッズヨガ | 1回60分 心身両面の健康をサポートするキッズヨガ。姿勢やバランス力等、身体を整え、五感や心に働きかけます。手遊び歌や工作、骨盤ケアグループワークも。開催日時等、詳細はHPでご確認ください。 | 高円寺北,三鷹市 | 1回1,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | hanariya@hanariya.com |
| （ＮＰＯ）杉並フットボールクラブ | 親子サッカー教室 | 原則月1回土曜午前　2歳～3歳・4歳～就学前、各30分　走ったりボールを蹴ったり、参加者同士のコミュニケーションを図りながら子どもの運動能力を育てましょう。 | 高円寺南 | 1回1,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 080-4205-1979 |
| Aromam＆Babe子育て応援団 | 親子ＺＵＭＢＡ | 午後60分 親子で一緒にZUMBAダンスを楽しみます。ラテン系のリズムに乗って、身体をいっぱい動かしましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 1回2,000円（初回1,000円） | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-1808-4615 |
| Aromam＆Babe子育て応援団 | 親子で楽しいダンス | 1回60分 音楽に合わせて楽しく身体を動かすことで、親子のスキンシップも取り入れながら、また他の親子とも交流しながら、コミュニケーションを深めていきます。 | 高円寺南 | 1回2,000円（初回1,000円） | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-1808-4615 |

## 親子で体を動かして交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| バレエスタジオ　ベルアロンジェ | ママと一緒♪２歳からのバレエ（プチクラス） | 月16回前後 水・木・土・日曜 1回30分。クラシック音楽に合わせて親子でバレエを踊り、交流しましょう。月謝一律で何回でも通えます。無料体験4回・平日割あり！保護者の方はバレエ未経験でOK！パパも大歓迎！ | 高円寺南 | 月謝制5,000円（月16回前後） | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | mie_ballet_2005@yahoo.co.jp |
| 和 | おやこ体軸体操 | 月1～2回 運動神経の土台を作る「体軸体操」で正しい身体の使い方を学びます。親子の交流を深めながら、運動遊びで体力作りを行い、運動不足を解消します。 | 高円寺南,阿佐谷北 | 親子1組（4人まで）3,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-7964-4396 |
| 和 | 体軸ベビー | 月1～2 回90 分 パパママの体軸を整え、赤ちゃんへ体軸だっこや体軸スイングを行いながら親子の交流を深めます。 | 高円寺南 | 親子1組3,500円 | 生後2か月～2歳の子どもと親 | 可 | 090-7964-4396 |
| HERO　KIDS | 親子体操教室 | 月2回 全4回45分 11：05～11：50 親子で体を動かし、幼少期に必要な感覚や力を身につけます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南,和田 | チケット4回券8,000円（体験1,000円） | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 070-1507-1107 |
| コナミスポーツ・杉並建物総合管理事業協同組合共同事業体 | 親子チャレンジ体操 | 1クール6回 1回60分 ボールやとび箱、マットなどの用具を使い、親子で遊びながら体を動かす楽しさを知ってもらい、体力をつけます。同年代の親子と体を動かすことで、ふれあいと仲間づくりを目指します。 | 高円寺南 | 1クール6回4,500円 | 2歳6か月～4歳の子どもと親 | 不可 | 03-3220-3381 |
| ベビーマッサージ「Ｒｉｏｎ'Ｒｏｏｍ～りおんの部屋」 | 親子で身体を動かして交流会 | 1回60分 親子で手遊び、ハイハイレース、お尻歩きレースなどで身体を動かし、参加者同士交流します。 | 下井草,高井戸東,久我山 | 1回1,000円 | 0～2歳の子どもと親 | 可 | 090-3537-2665 |
| フィットネスクラブティップネス下井草 | 親子水泳（ベビースイミング） | 1回45分 親子で一緒に楽しみながら、ゆっくりと水慣れから始めるクラスです。親子でプールに入り、歌に合わせて楽しく行います。 | 下井草 | 月4回7,700円（平日）／8,140円（日） | 生後4か月～3歳までの子どもと親 | 不可 | 03-3301-7667 |
| すぎなみ体づくりキャラバン | 親子体づくり教室 | 午後60分 子どもも大人も、みんなでいっしょに体づくり！楽しくゲームをしながら交流します。 | 下高井戸 | 1回1,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-8062-4606 |
| りんたん | 親子で楽しむ体操教室 | 週2回 平日・日曜 年齢によるクラス分けあり。親子で楽しむ体力づくりと遊びのプログラム。遊びの要素を取り入れながら楽しく運動して交流しましょう。 | 下高井戸 | 2歳まで1回３,000円 3歳～2,000円 1人追加1,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-2303-1915 |
| 藤間明海　日本舞踊教室 | 親子ではじめる日本舞踊 | 1回45分 親子でお持ちの浴衣を着て、季節のわらべ唄や古典曲に合わせて踊り、交流しましょう。 | 下高井戸 | 1回2,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-9808-1376 |
| 杉並スポーツ・カルチャー共同事業体 | 親子体操 | 1クール10回 1回45分 親子で安心して思い切り身体を動かし、親子のスキンシップを取り入れた運動で、体力向上とお子さんの情操を育みます。 | 下高井戸 | 1クール10回8,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5374-6191 |
| 西荻まこと幼稚園 | 土曜日親子体操教室 | 月1回 2歳～のお子さんと親を対象に、親子のコミュニケーション作りのために、お父さんと一緒に運動すると共に、参加者と交流する教室です。 | 松庵 | 1回1,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3334-7223 |
| ハナハウス | 英語でDance！ | 全6回 ネイティブのプロのダンス講師と親子で体を動かし、健康を保つと共に親子間の交流を深めます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵 | 1クール 6回17,820円 | 2～4歳の子どもと親 | 不可 | 03-6750-8677 |
| ゼスク（善福寺スタディ＆スポーツ） | 親子サッカー | 毎週土曜13：00～14：30 年中からのお子さんと親を対象に、善福寺公園子どもひろばで、親子で楽しくサッカーのミニゲームなどで交流します。見学・体験もできます。 | 善福寺 | 月謝制2,000円 | 4歳～就学前の子どもと親 | 可 | zssc1980@yahoo.co.jp |
| たらちね助産院 | ふれあいベビーヨガクラス | 4か月～2歳未満のお子さんと親を対象に、わらべうたや手遊び歌を交えて、ヨガの動きで交流を深めます。ペアレンツクラスも開催しています。 | 高井戸東 | 1回3,000円（2回目以降2,500円） | 生後4か月～1歳までの子どもと親 | 可 | 03-3331-5606 |
| 親子教室ママンジュ | 遊びの親子教室 | 月2～3回 1回50分 親子でふれ合い、手や五感を使い、季節を感じ、からだを動かして交流します。 | 高井戸東 | 1回2,000円（体験1,000円） | 生後2か月～3歳の子どもと親 | 可 | mamanpge@gmail.com |
| ＷａＷａＰＡＲＫ | 笑顔で弾む！親子バランスボール | 1回60分 ボールに座り、音楽に合わせて弾みます。簡単なストレッチ・筋トレなども行います。お母さん同士の交流もあるレッスンです。 | 高井戸東,上高井戸 | 1組2,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-2719-9710 |
| きままヨガ | 親子で楽しいヨガタイム | 月3～4回 午前 手遊びやふれあい遊びを交えて、親子のコミュニケーションを深めながら、体を動かしていきます。 | 成田西,和泉,高円寺南 | 1回2,000円 | 生後3か月～就学前の子どもと親 | 可 | formama.yoga@gmail.com |
| Refine | 親子でふれあいストレッチ | 月2回 1回60～90分 親子でストレッチを楽しみ交流します。年齢により2クラスあります。体験コースもあります。 | 西荻北 | 1回3,000円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | refine.kaoris@gmail.com |
| (株)東京アスレティッククラブ | 親子で体操～ピヨピヨくらぶ～ | 親子でマットや鉄棒などの運動器具を利用してコミュニケーションを図ります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 月謝制6,350円 | 1歳の子どもと親 | 可 | 03-3384-2131 |

## 親子で体を動かして交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| フラメンコプーロ | 母と子のフラメンコ教室 | 1回60分 親子が同じ空間でコミュニケーションしながら、運動不足やストレスを解消します。リズムを養い体を動かす喜びを学びます。 | 西荻南,西荻北 | 1回3,000円（月4回10,000円） | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-4173-4412 |
| スポーツハイツスイミングスクール　株式会社スリーループ | ベビースイミング | 生後6か月～3歳のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。水を通して親子のスキンシップや子育て仲間の輪を広げます。体験もあります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 堀ノ内 | 事業者HPをご確認ください。 | 生後6か月～3歳児の子どもと親 | 可 | 03-3316-9981 |
| スポーツハイツスイミングスクール　株式会社スリーループ | 親子水泳 | 1回60分 3歳～就学前のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。水を通して親子のスキンシップや子育て仲間の輪を広げます。 | 堀ノ内 | 事業者HPをご確認ください。 | 3歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3316-9981 |
| スポーツハイツスイミングスクール　株式会社スリーループ | パパといっしょにベビースイミング＆親子水泳 | 1回60分 お父さんと一緒に水に親しむプログラムです。水を通して親子のスキンシップや子育て仲間の輪を広げます。 | 堀ノ内 | 1回1,650円 | 2歳児～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3316-9981 |
| (NPO)障害者就労支援センター どんまい福祉工房 | リトミック遊び | 第2・4 水曜 10：00～11：00　第1 日曜 13：00～14：00 その他年2回イベントあり。1回 60分 子どもの年齢に合わせた音楽との楽しいふれあいを通し、親子でゲーム感覚で体を動かしたり、リズムダンスや体操で楽しい時間を過ごします。 | 本天沼 | 1回1,100円 | 0歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-5310-4633 |
| ヴィムスポーツアベニュウ（株）幸和企画 | 親子ふれあいスイミング | 1回60分 プールで水遊びや水泳指導のスイミング教室です。水中運動やゲームなどで交流しながら楽しむことができます。2歳6か月（オムツが取れたお子さん）からご参加いただけます。 | 宮前 | 1クール 全7回 18,480円 | 2歳6か月～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3335-6644 |
| Ｄｒｅａｍ Ｙｏｇａ | キッズ＆ママＹｏｇａ | 月4回 1回60分 お子さんとママが一緒に楽しむヨガクラスです。他の親子とペアになって交流を深めながら進めます。3組以上で出張可。 | 桃井 | 1回1,500円 体験1,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 090-3002-3209 |
| ひろみの輪 | 親子で楽しむふれあいヨーガ | 月1回土曜 13：30～ 親子のスキンシップとやさしい呼吸でヨガのポーズを楽しみ、リフレッシュと交流を図ります。 | 桃井 | 1回1,500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2738-0130 |
| 森利子バレエ研究所 | ママと楽しむ初めてのバレエ（クララクラス） | 1回45分 クラシックバレエの基本を取り入れ、親しみやすい内容で、家庭とは違った親子の触れ合いを楽しみ交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 和田 | 1回1,500円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-3542-9715 |
| AHA　DANCE SCHOOL | キッズダンスヒップホップママorパパと一緒 | 親子で楽しくヒップホップにチャレンジします。ダンスを通して親子同士の交流も深めることができます。 | 世田谷区 | 1回2,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6547-9319 |
| AHA　DANCE SCHOOL | 親子で楽しむマット運動 | 月2回午後60分 親子一緒にマット運動などスキンシップを図りながら身体を動かすプログラムです。 | 世田谷区 | 1回2,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6547-9319 |
| AHA　DANCE SCHOOL | 親子で楽しむハワイアンフラ | 月2回午前60分 親子で一緒に楽しめるハワイアンフラのプログラムです。ハワイアンミュージックに合わせて身体を動かしましょう。 | 世田谷区 | 1回2,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-6547-9319 |
| (株)東京アスレティッククラブ | 親子水泳（ママコース・パパコース） | 指導スタッフのアドバイスのもと、パパやママがお子さんの水慣れを促し親子のコミュニケーションを図ります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制8,580円 | 生後6か月～2歳の子どもと親 | 可 | 03-3384-2131 |
| (株)東京アスレティッククラブ | 親子で楽しくあくあファントリム | 親子でコミュニケーションを取りながら水に親しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 月謝制8,580円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3384-2131 |
| イトマンスイミングスクール上石神井校 | 親子水泳（ベビースイミング） | 午前 年齢別のクラス分けなので同じ年齢の子どもと親が楽しく交流しながら水に慣れていくことができます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 練馬区 | 月謝制4,950円～ | 生後6か月～3歳の子どもと親 | 不可 | 03-3928-0777 |
| イトマンスイミングスクール富士見台校 | 親子水泳（ベビースイミング） | 親子でスイミングを楽しみ、他の参加者と触れ合い交流します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 練馬区 | 月謝制4,950円～ | 生後6か月～3歳の子どもと親 | 不可 | 03-3926-8121 |
| (株)エルシエロ | ボールで遊ぼう 親子サッカー | 1回50～60分。年齢によるクラス分けあり。年齢に合わせた簡単なボール遊びやゲームなど、親子のふれ合いを大切にしながら楽しく体を動かします。 | 三鷹市 | 1回2,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2525-1847 |
| ヨガBeyond 荻窪駅前教室 | （オンライン）ママ（パパ）とキッズのヨガ | 第1日曜 1回30分 親子で楽しむヨガ遊びクラスです。 | 利用者宅 | 1回1,000円 体験500円 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-4405-4512 |
| 藤間明海　日本舞踊教室 | （オンライン）親子ではじめる日本舞踊 | 1回45分 親子でお持ちの浴衣を着て、季節のわらべ唄や古典曲に合わせて踊ります。 | 利用者宅 | 1回2,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-9808-1376 |
| ＷａＷａＰＡＲＫ | （オンライン）笑顔で弾む！親子バランスボール | 1回60分 バランスボールを使って、音楽に合わせて弾んだり、ストレッチ、筋トレを行います。有酸素運動を行うことで、身体と心がすっきりします。 | 利用者宅 | 1回2,500円 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-2719-9710 |

## 親子で楽しむその他交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 親子英語遊びサークル Ｏｙａｋｏ | 親子で一緒に英語であそぼう | 1回90分 10：00～11：30「親子で＋英語で＋遊ぶ」活動を行います。親子一緒に読み聞かせや歌・ダンス・制作・ゲームなどを楽しみ、親子の交流を通して心の絆を深めます。活動を通して他の親子とも交流します。 | 阿佐谷北,永福,渋谷区 | 1回1,500～3,500円 追加500～1,000円 | 生後10か月～就学前の子どもと親 | 可 | oyako2011@gmail.com |
| （学）レストナック学園レストナック幼稚園 | 親子ルーム | モンテッソーリ教育のはじめの一歩を学ぶ他、季節の行事を楽しむこと等年齢にあった遊びを提供します。お友達とのかかわりから保護者同士の情報交換の場でもあります。年数回、幼稚園を見学していただけるプログラムも開催します。応援券対象外費用(登録料)有。詳細はお問い合わせください。 | 和泉 | 1回1,000円 | 1歳半～就園前の子どもと親 | 不可 | 03-3323-1666 |
| すぎなみママコラボの会 | 和の文化を通じて心を育てる♪親子いけばなの会 | 1回120分 日本のよき文化「華道」を体験し交流します。 | 和泉 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 090-2628-9673 |
| あそびらぼ 道生庵 | おもちゃの広場 | 毎週 土・日 1回120分 質の良いおもちゃに触れて遊びます。遊び方も披露します。積み木ショーやボードゲーム大会、絵本の読み語りなどで楽しい時間を過ごします。 | 今川 | 1回1,000円 | 生後5か月～就学前の子どもと親 | 可 | hihasegawa12@gmail.com |
| にしおぎ幼児教室 アクティブエンジェル | いっしょにあそぼう 親子のサロン | 10：30～11：30 月齢に応じたおもちゃで遊びます。絵本の読み聞かせ・うた・リトミック・うんどう・制作等のプログラムがあります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 今川 | 1回1,000円 | 生後2か月～1歳の子どもと親 | 可 | 080-2246-1088 |
| 恒川 由紀 | 親子で聞く「いのちの話」講座 | 3～5歳児のいる親を対象にした講座です。「どうやって生まれてきたの？」そんな子供の問いに対し、命の現場にいる助産師が心に届く言葉でお話します。ぜひ親子でご参加ください。土日と春夏冬休みに開講します。 | 荻窪 | 5,000円 | 3～5歳児の子どもの親 | 可 | 080-3470-0394 |
| 宝陽幼稚園 | 1～2歳児の親子で楽しむぴょんぴょんサークル | 毎週1時間、親子で楽しめるプログラム(音楽遊び・製作・わらべうた遊び等)を行っています。宝陽幼稚園に入園予定のない方でも参加できます。 | 上高井戸 | 1回750円 | 1～2歳児の子どもと親 | 可 | 03-3332-5916 |
| 学校法人野上学園 久我山幼稚園 | 2歳児親子教室（ピコらんど） | 月3回 2歳児のお子さんがいる親子を対象にしたサービスです。一緒に音楽的な表現、運動遊び、造形活動、絵本やお話などを専任の保育者と共に体験します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 月謝制5,000円 | 2歳児の子どもと親 | 可 | 03-3333-7777 |
| 光塩幼稚園 | 未就園児２歳児・３歳児クラス「そら組」（親子クラス） | 1回90分 製作や園庭遊び等を親子で楽しみます。先生からのお楽しみもあります。親同士も専任教諭といろいろな子育ての話をしませんか。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 1回1,000円 | 2～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3315-0512 |
| （ＮＰＯ）子ども未来研究所（杉並まぶりっく） | 親子のアートセラピー | 月1回土曜 120分 親子で色ーな素材を使った創作を通して、自分を表現します。自己肯定感や想像力、自他共に認め合う大切な心を養い交流を深めます。体験レッスンあります。 | 下井草 | 1回3,000円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | suginami.mablik.art@gmail.com |
| 学校法人アルウィン学園 こどもの木かげ 玉成幼稚園 | 親子グループふたつの芽 | 週1回または2回 午前 1回120分 園庭や保育室で親子で自由遊びの他、専任の保育者と共に歌や手遊び・工作・絵本・運動遊びなどを楽しみます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵 | 1回1,300円 | 2歳児の子どもと親 | 可 | 03-3332-5973 |
| ハナハウス | 英語リトミック！Sing & Play | 月2回 土曜 1回50分 英語による歌・ダンス・工作など、楽しいアクティビティを通して親子間・家族間の交流を深めます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵,西荻北 | 月謝 1クール(3か月/6回) 19,140円 | 4歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-6750-8677 |
| すぎなみシェアリングネイチャーの会 | 自然と遊ぼう！ネイチャーゲーム | 年2回 日曜午後 4歳からのお子さんを対象に、区内の公園にてネイチャーゲームを行って親子で楽しく遊びながら自然とふれあうプログラムで交流を深めます。 | 善福寺 | 1回600円 | 4歳～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5932-2664 |
| 学校法人 松峯学園 井草幼稚園 | 親子参加保育 | 月2回 1回100分 9：30～11：10 親子で「作って遊ぼう」「リトミックと歌を楽しむ」「人形劇や紙芝居を楽しむ」など、その日ごとに主テーマを決めて幼稚園でのひとときを過ごします。 | 善福寺 | 1回500円 | 2～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3399-4131 |
| 杉並東洋幼稚園 | 親子で楽しむ幼児教室 ひよこルーム | 1回60分 午前 手遊び・工作・リトミック等の遊びを通して複数の親子の交流が生まれるプログラムです。 | 成田東 | 1回1,500円 | 2歳の子どもと親 | 不可 | 03-3311-0086 |
| たから幼稚園 | 父親（母親）・子ども参加のふれあい遊び | 月1回 午前 60分 探究型ワークショップ(英語でのワークショップ有り)を通じて子どもの探究心を育みながら親子間や他の家族との交流を深めましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 1回1,500円 | 2歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3333-9162 |

## 親子で楽しむその他交流

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 学校法人　山本学園 明愛幼稚園 | たまごクラス | 年5回 平日60分 リトミック・製作・絵本の読み聞かせ等、親子で体験するクラスです。 | 和田 | 1回1,700円 | 1～2歳の子どもと親 | 不可 | 03-3381-4590 |
| 学校法人　山本学園 明愛幼稚園 | チューリップクラブ | 月3回 平日60分 リトミック・製作・絵本の読み聞かせ等、親子で体験するクラスです。 | 和田 | 1回1,700円 | 1～2歳の子どもと親 | 不可 | 03-3381-4590 |
| おとりえ | 親子で楽しむ積木ワークショップ | 月1回 木曜・土曜 1回60分　親子で一緒にたくさんの積木で思いっきり遊びます。創造活動を通じて、表現する素晴らしさや子育ての楽しさを感じます。 | 和田 | 1回3,000円 | 生後8か月～就学前の子どもと親 | 可 | 090-9143-0573 |
| カリーノ・ムジカ リトミックａｎｄモンテッソーリ教室 | 親子で楽しむ活動の時間 | 月1回（土曜日午前中）　乳幼児期にモンテッソーリ教育に基づいた親子で楽しむ活動です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 練馬区 | 1回 3,000円 | 1歳～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3999-8934 |
| (社)ヴァルドルフの森 キンダーガルテンなのはな園 | 親子で遊ぼう（2～3歳児クラス） | 1回午前90～120分 子育て環境やシュタイナー幼児教育の話、交流、人形劇鑑賞などを行います。 | 三鷹市 | 7,500円～ | 2～3歳の子どもと親 | 不可 | info@nanohana-en.com |
| (社)ヴァルドルフの森 キンダーガルテンなのはな園 | なのはな園での親子シュタイナー一日体験 | 1回90分 自然素材のおもちゃで遊び、リズム遊びや手遊びを楽しむこと、人形劇を見ることなど親子の触れ合いを中心にして参加者同士の交流も持ちながらシュタイナー園を実際に体験していただける講座です。 | 三鷹市 | 90分2,000円～ | 就学前の子どもと親 | 不可 | info@nanohana-en.com |

## 親子の集い（場の提供）

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 阿佐ヶ谷教会（日本基督教団）子育て広場　〝つぼみ" | 子育て広場〝つぼみ〟 | 1回120分 良質な遊具や絵本が揃っているゆったりした空間で、親子で自由に遊んだり、交流や情報交換ができます。楽しいプログラムもあります。 | 阿佐谷北 | 1回500円 | 0～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3337-5879 |
| 内田　綾子 | 助産師のいる子育てひろば | 毎週火曜日 親子又は妊婦が自由に参加できる子育てひろばです。参加者同士の交流や助産師への相談ができます。 | 和泉 | 1回500円 | 1か月健診後～2歳の子どもと親、妊婦 | 可 | 090-4206-4133 |
| （ＮＰＯ）すぎなみ子育てひろば　ｃｈｏｕ　ｃｈｏｕ | 親子のつどいの場～赤ちゃんカフェ～ | 毎週水曜 9:00～11：00 0歳児の親子を対象に交流や情報交換できる場です。 | 上荻 | 1回1,000円 | 0歳児の子どもと親 | 不可 | 03-3395-0135 |
| 学校法人野上学園 久我山幼稚園 | 子育てひろば　pico baby | 10:00～12:00の間で入退出自由な親子の集いです。専任教諭が親子同士の出会いをサポートし、交流を深める場を提供します。 | 久我山 | 1回500円 | 0～2歳児の子どもと親 | 可 | 03-3333-7777 |
| キッズカフェ　フルハウス | 親子で楽しめる集いの場 | お子さんはたくさんのおもちゃで遊び、お母さんはお子様を見守りながら交流やリフレッシュできる場所です。別途、追加料金・延長料金がかかります。 料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 1時間1,000円～ | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5913-7323 |
| （学）井口学園 中瀬幼稚園 | 親子グランドひろば～はらっぱで親子の集い～ | 9：15～11：00　毎週水曜日（1～3歳）　不定期（0歳）　遊びを通して感覚を育て意欲の芽を広げていく場を提供します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 下井草 | 1回500円 | 0～3歳の子どもと親 | 可 | 03-3395-3636 |
| 杉並こどもプロジェクト | 子育てママの情報交換ひろば | 月1回 第3木曜日 10:00～12:00 交流や息抜きの場として気軽に立ち寄れる場所です。楽しいイベントも開催します。 | 本天沼 | 1時間1,000円 | 就学前の子どもと親、妊婦 | 可 | 090-2472-3519 |
| 産前産後ケアハウス Umbilicus | おやこCafe Umbilicus 親子の集いの場 | 木曜～月曜 10：30～16：00 親子や妊婦さんが気軽に立ち寄れる場です。育児のお悩みなど、助産師に相談もできます。開催日は企画により変動があります。事前に予定カレンダーにて確認できます。 | 中野区 | 1回700円 | 就学前の子どもと親、妊婦 | 不可 | 03-6454-1033 |

## 観劇・人形劇・コンサート

●実施場所・料金・対象等は演目により異なります。詳細は各事業者にお問合せください。

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 杉並親子劇場 | 親子で生の舞台を楽しむ | 年２～３回　休日午後の鑑賞会です。演劇・人形劇・コンサートなど多彩な演目のライブを親子で楽しみます。 | – | – | – | 不可 | 03-3331-4381 |
| （ＮＰＯ）すぎなみ子育てひろば　ｃｈｏｕ　ｃｈｏｕ | シュシュリトミック　季節のコンサート | 季節ごとにテーマを設けて、講師の歌や楽器の演奏を楽しみます。音楽に合わせて体を動かしたり楽器を使うなどで、親子で音楽に親しみます。 | – | – | – | 不可 | 03-3395-0135 |
| こどもの成長を護る杉並ネットワーク | 絵本コンサート | 大型スクリーンへの投影を使った対話式絵本の読み聞かせ、ミニコンサート、参加型合唱体験を行います。 | – | – | – | 可 | 03-6763-1697 |

## 観劇・人形劇・コンサート

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ｔｏ Ｒ ｍａｎｓｉｏｎ | 親子で楽しむ舞台公演 | ダンス・パントマイム・人形・影絵など、視覚的に強い演習で統合芸術を親子に届ける舞台公演です。ベイビーシアターも実施します。 | – | – | – | 可 | 080-3410-8000 |
| ヒロミュージックスクール | マタニティママと０歳からの親子コンサート | 年数回　ピアノ・フルート・ヴァイオリンの演奏や声楽を中心に、子ども向けに映像・お話を交えたコンサートです。 | – | – | – | 不可 | 03-6804-0807 |
| ほんわか村事務局 | 大人と子どもに贈るコンサート | 親子で楽しめるコンサートです。くつろいだ雰囲気でクラシックの名曲やお話の世界をお楽しみください。 | – | – | – | 可 | 090-9809-8428 |
| ピアノ教室・スタジオArNote | 親子でエンジョイ！コンサート | ０歳から入場できる親子で楽しめるコンサートです。歌やピアノの生演奏の他、手遊びや楽器作りも体験できます。 | – | – | – | 可 | 090-1857-8120 |
| 人形劇団プーク | 親子で楽しむ人形劇 | 生の舞台の感動をお届けします。ぜひ、ご家族でお出かけください。 | – | – | – | 不可 | 03-3370-3371 |
| スタジオ・イヴ | 糸の森の音楽会～０歳から楽しめる～ | 年３回　糸でんわの原理を応用したオリジナル楽器「ストリングラフィ」のコンサートです。 | – | – | – | 不可 | 03-5376-3633 |
| 杉並ぞうれっしゃ合唱団 | 親子で楽しむファミリーコンサート | 年１回　親子で楽しむファミリーコンサートです。 | – | – | – | 不可 | 03-5938-9152 |
| 有限会社エルーデ | 親子で一緒に楽しむコンサート | 年数回　親子で一緒に楽しむ五感を使った参加・体験型のクラシック音楽のコンサートです。大人気キャラクターのおんよくんも登場します！ | – | – | – | 可 | 03-6273-1195 |
| 言葉と音の本棚　キッチン・ワルツ | 親子で楽しむスライドミュージカル | ０歳から入場できるスライドミュージカルです。 | – | – | – | 可 | 050-7119-1379 |
| Love'it音楽教室 | 親子で楽しむミュージカルコンサート | 季節の歌やオリジナルソングで、ミュージカルユニット『福結（ふくむすび）』が織りなす音楽とお話の楽しい世界です。 | – | – | – | 不可 | loveit.eurhymics2019@gmail.com |
| DA/LEDA | わたしのこもりうた | 来場者がイベント内で作詞・作曲を行い、プロの音楽家のサポートで「こもりうた」を完成させるワークショップ・コンサートです。 | – | – | – | 可 | 090-6484-5492 |
| (株)アンフィニ | ０歳からの・はじめてのオーケストラ | 乳幼児とその保護者を対象に、一緒に踊ったり手拍子する参加型コンサートを行います。開場中はヴァイオリンなどの楽器体験も行います。 | – | – | – | 可 | 03-6379-9770 |

## 季節のイベント・お祭りなど

●実施場所・料金・対象等はイベントにより異なります。詳細は各事業者にお問合せください。

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （ＮＰＯ）ゆるゆるｍａ～ｍａ | 季節のお楽しみ会 | 親子で交流し、季節の楽しむ会を開催します。 | – | – | – | 可 | 090-6129-3631 |
| スポーツハイツスイミングスクール　株式会社スリーループ | 親子で楽しむ季節のイベントinスポーツハイツ | 親子で季節のイベントごとに参加できるプログラムです。 | – | – | – | 可 | 03-3316-9981 |
| (福)八成グループ　ひととき保育八成 | 季節のイベント | 年数回　豆まき・ひなまつり・ハロウィン・クリスマス会など、親子参加の楽しいイベントを開催します。 | – | – | – | 不可 | 03-6915-0233 |

# 親（妊婦を含む）をサポート

## 訪問型・来所型産後ケアサービス（出産・母乳育児相談）

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 母乳育児相談室みずの助産院 | 桶谷式母乳育児相談 | 9：00～16：30 1回30～60分 桶谷式乳房マッサージのほか、母乳育児の相談・子育ての相談をお受けします。 | 阿佐谷北 | 初診6,000円（2回目以降4,000円） | 2歳半前後までの子どもの母親 | 可 | 03-5356-6916 |
| こもれび助産院 | 母乳・育児相談 | 産後の母乳・育児相談と桶谷式乳房マッサージ。楽しい育児をお手伝いします。（完全予約制） | 荻窪 | 初診5,500円 再診3,850円 | 授乳中の母親 | 可 | 070-4488-5848 |
| いずみ助産院 | 母乳育児支援　堤式乳房マッサージ法 | 月～日 9：00～17：00 1回60分程度。さまざまな乳房トラブルや自己管理法、断乳ケアなど母乳育児を楽しくスムーズにできるように支援します。 | 荻窪 | 初回8,000円（2回目以降6,000円） | 授乳中の母親 | 可 | 03-5335-9770 |
| (有)オマタ・エステート | 産前産後の「ひとときケア」 | 10：00～16：00 1回60分 妊娠・出産・育児について、お母さんと赤ちゃんが健やかに過ごせるよう、助産師がサポートします。マタニティ相談、母子の健康・育児相談、沐浴指導、授乳・乳房に関する相談等を行います。個室対応、お子さんの同伴も可能です。 | 上荻 | 1回5,000円又は7,000円 初回カルテ作成料2,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-5303-7299 |
| 髙木助産院 | 母乳育児相談 | 母乳育児相談、子育て相談、桶谷式乳房マッサージを行います。 | 下高井戸 | 初回5,000円（2回目以降3,500円） | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-3903-6036 |

## 訪問型・来所型産後ケアサービス（出産・母乳育児相談）

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| たらちね助産院 | 出産・母乳相談・子育て相談 | 母乳育児・乳児の子育て相談、産後から卒乳までのケアなどをいたします。オンラインサービスおよび相談のみも行っています。詳細は事業者にお問合せください。 | 高井戸東 | 相談のみ3,000円 ケア1回7,000円（2回目以降5,000円）出張費2,000円 オンラインサービス：1回5,000円（2回目以降2,500円） | 就学前の子どもの母親、妊婦 | 可 | 03-3331-5606 |
| 杏林大学医学部付属杉並病院 | 母乳育児相談室 | 産後の母乳相談他、子育ての相談も受けます。おひとり60分の完全予約制です。 | 和田 | 初回4,400円（2回目以降3,300円） | 卒乳までの母親 | 不可 | 03-3383-1281 |
| さわ助産院　桶谷式母乳育児相談室 | 母乳育児相談 | 日程はご相談ください。9：00～15：00 1回30分程度 乳房マッサージ（桶谷式）にて産後から断乳までの母乳育児や子育てについての相談に応じます。 | 世田谷区 | 初回6,000円（2回目以降4,000円） | 産後2年程度までの母親 | 可 | 080-7045-6564 |
| （福）康和会　久我山病院 | 授乳相談 | 授乳相談外来にて、母乳量・ミルク量が正確に哺乳できているか等の相談をお受けし、育児に関する不安の軽減につなげます。 | 世田谷区 | 1回5,000円～ | 卒乳までの母親 | 不可 | 03-3309-1111 |
| 堤式助産母乳育児相談処 | 出産・母乳育児相談 | 妊婦さん、産後1年程度のお母さんと赤ちゃんの笑顔のため母乳育児支援を行ってます。母乳が出ない、痛い等乳房トラブルでお悩みのお母さんご相談ください。利用料金の詳細は別途事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 初診料2,000円 乳房マッサージ料1回6,000円 | 産後1年程度の母親 | 不可 | 03-5380-3810 |
| かえる助産院　母乳育児相談室 | 桶谷式母乳育児相談 | 母乳不足・乳頭痛・乳腺炎・断乳の相談、乳房マッサージと授乳指導で楽しく母乳育児ができるよう支援します。 | 中野区 | 初診：1回6,000円　再診：1回4,000円 | 産後2年程度までの母親 | 可 | 03-3330-5510 |
| 松が丘助産院 | 出産・子育て母乳相談 | 妊娠中や出産に対するお悩みやご相談に応じます。母乳育児や子育ての相談および母乳マッサージを行います。 | 中野区 | 1回6,000円（別途初診料有） | 授乳中の母親、妊婦 | 不可 | 03-5343-6071 |
| しらさぎふれあい助産院 | 出産・母乳育児相談 | 1回60分 赤ちゃんの吸啜にならった母乳ケア（BSケア）で、母乳のお悩み解決をサポートします。育児相談や出産に関するご相談もお受けしております。 | 中野区 | 1回6,600円 | 産後1年程度の母親、妊婦 | 不可 | 03-3339-5356 |
| 中野坂上助産院　桶谷式母乳育児相談室 | 桶谷式母乳育児相談 | 9:00～14:00 母乳育児相談では、母乳不足、上手く飲めない、乳房トラブル、断乳、母乳育児に関する相談を行います。 | 中野区 | 1回6,000円（2回目以降4,000円） | 授乳中から卒乳までの母親 | 可 | 03-5937-0183 |
| ネウボラハウス　ぴよぽこ中野助産院 | 授乳・育児支援 | 9：00～20：00 母乳トラブル・離乳食・卒乳など、妊娠期から産後の子育てスタート全般をサポートします。英語も対応可能です。 | 中野区,利用者宅 | 1回6,000円 出張費1,000円 時間外加算3,000円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 可 | 090-5820-5851 |
| 吉祥寺はな助産院・母乳育児相談室 | 母乳育児相談 | 9：00～17：00 母乳のお悩みを桶谷式マッサージにて解消します。産後の母乳育児相談・育児相談もお受けします。 | 武蔵野市 | 初診6,000円（2回目以降4,000円） | 2歳前後の子どもの母親 | 可 | 0422-41-1108 |
| (社)桶谷式母乳育児推進協会 | 出産・母乳育児相談 | 1回30～60分 母乳不足・乳頭痛・乳腺炎・断乳の相談とケアをします。母乳育児をしたいと思っているお母さんと赤ちゃんのための相談室です。 | その他区外 | 1回6,000円（2回目以降4,000円） | 妊婦・産後1年程度までの母 | 不可 | 03-5291-1008 |
| あかり助産院 | 桶谷式母乳育児相談 | 1回30分程度 母乳マッサージ。お産後から断乳までの母乳育児についてのご相談に応じます。 | その他区外 | 初回6,000円（2回以降4,000円） | 産後1年程度までの母親 | 可 | 042-207-7962 |
| ちょうふ桶谷式母乳育児相談室 | 母乳育児相談 | 1回60分～ 母乳育児に関する相談及びケアを行います。 | その他区外 | 初回6,000円（2回目以降4,000円） | 産後1年程度までの母親 | 可 | 042-430-5225 |
| 南俊江（出張専門） | 出産・母乳育児相談 | 妊婦・授乳中の方を対象に、母乳育児に関する相談・母乳ケアを行います。 | 利用者宅 | 1回7,000円（2回目以降6,000円） 妊婦3,000円 | 就学前の子どもの母親、妊婦 | 可 | 090-3810-6502 |
| 坂本　純子 | 母乳・子育て相談（出張） | 1回60～90分 お母さんが心と身体をリラックスして子育てしていけるよう、ご自宅に伺い乳房マッサージ・子育て相談を行います。 | 利用者宅 | 1回7,000円（2回目以降6,000円） 別途交通費 | 産後～卒乳頃までの母親 | 可 | 080-2065-3404 |
| 恒川　由紀 | 骨盤から診た出産・母乳育児相談、産後の体調相談 | 産後～卒乳頃までのお母さんを対象にしたサービスです。骨盤から診て母乳や体調不良を改善します。断乳卒乳相談も受付けています。 | 利用者宅 | 初回7,000円（2回目以降6,500円）別途訪問費 | 産後～卒乳頃までの母親 | 可 | 080-3470-0394 |

## 訪問型・来所型産後ケアサービス（出産・母乳育児相談）

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 麻の実助産所 | 出産・母乳育児・子育て相談 | 訪問による乳房のケアと母乳育児の相談です。吸わせ方・抱き方・混合の場合のミルクの足し方など、子育ての相談にも対応します。卒乳の相談とケアも承ります。1回60分。延長の場合は1，000円/～30分 加算となります。 | 利用者宅 | 初回7,000円（2回目以降6,000円）、妊婦5,000円～ 別途交通費 | 卒乳までの母親、妊婦 | 可 | 090-1735-4047 |
| 織田　涼子 | 母乳・育児相談 | 1回60分 母乳育児全般におけるトラブルや、悩み、抱き方など、断乳卒乳まで楽ちんおっぱい育児で健康な赤ちゃんを育むコツを提供します。 | 利用者宅 | 初回7,000円（2回目以降6,000円/妊婦5,000円～） | 授乳中の母親 | 可 | 090-9268-4650 |
| くみえ訪問助産師 | 母乳育児相談 | 1回90分 桶谷式マッサージにて、お産直後の授乳の仕方から、母乳育児相談・子育て相談をお受けします。 | 利用者宅 | 1回8,000円 | 産後2年程度までの母親 | 可 | 090-4926-4579 |
| 佐々木　美香 | 妊婦相談・母乳育児相談 | 赤ちゃんの授乳練習、母乳が足りているか、抱っこの仕方、お母さんの身体のケアなど育児を包括的にサポートします。ホームページよりお気軽にお問合せ下さい。 | 利用者宅 | 1回7,000円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | happy@chichiso-dan.com |
| 佐々木　美香 | （オンライン）妊婦相談・母乳育児相談 | 月1～2回 1回60分 妊娠中のささいな悩みから出産後の赤ちゃんや母乳、ミルクの悩みまでお伺いし、アドバイスや提案をします。 | 利用者宅 | 1回60分7,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | happy@chichiso-dan.com |
| 内田　綾子 | 妊娠・授乳・育児相談 | 初回90分、2回目以降60分 ご自宅に伺い、妊娠中の個別相談、出産直後から卒乳・断乳までの授乳相談・母乳ケア、抱っこや離乳食・発育などの育児相談を行っています。緊急時ご相談ください。ホームページからも受付可能です。 | 利用者宅 | 1回9,000円　2回目以降7,000円 | 授乳中の母親、妊婦 | 可 | 090-4206-4133 |
| 内田　綾子 | （オンライン）妊娠・授乳・育児相談 | 1回30分又は60分 9：00～17：00 オンラインにて妊娠・出産・産後に向けた相談、授乳・育児相談を行っています。ホームページからも受付可能です。 | 利用者宅 | 30分3,000円、60分5,000円 | 産後1年程度の母親、妊婦 | 可 | 090-4206-4133 |
| くがやま助産院 | おっぱいトラブル 授乳や離乳食・卒乳などの育児相談 | 9：00～17：00 妊娠中から卒乳までのセルフケア含めた全般的なご相談承ります。国際認定ラクテーションコンサルタントです。時間外・休祝日は応相談、留守番電話にメッセージ可能です。 | 利用者宅,宮前 | 1回6,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 080-4507-1040 |
| 助産師　えん | 妊娠・出産・育児・母乳相談（ＢＳケア） | 訪問にて産前産後の体調不良のケア・乳房ケア・セルフケアなどの育児相談を行います。緊急時ご相談ください。公式LINE・ホームページからも受付可能です。 | 利用者宅 | 初回11,000円（2回目以降7,000円～） | 就学前の子どもの母親、妊婦 | 可 | 080-4118-3951 |
| 清水　茜 | 母乳育児相談 | 初回90分 2回目以降60分 母乳に関する相談を受け、トラブルに対処します。ＮＩＣＵ卒業のお子さんの相談も承ります。 | 利用者宅 | 1回7,000円（2回目以降6,000円） | 授乳中の母親、妊婦 | 可 | https://shuttyoubonyusoudanmomo.jimdofree.com/ |
| 立石　由香麗 | マタニティ相談・授乳相談・育児相談 | 1回60分 10：00～17：00 妊娠中から産後までの母乳相談やトラブルの改善、育児相談を行います。 | 利用者宅 | 1回5,000円 | 就学前の母親、妊婦 | 可 | 080-5083-4475 |
| 立石　由香麗 | 母乳ケア | 1回60分 10：00～17：00 母乳が飲めない、出ない、おっぱいが痛い、白斑がある、乳腺炎などのトラブルを、痛くない母乳マッサージで改善します。 | 利用者宅 | 1回5,000円 | 授乳中の母親、妊婦 | 可 | 080-5083-4475 |
| 出張専門　向谷地幸子 | 出産・母乳育児相談 | 初回90分 2回目以降60分 9：00～17：00 ご自宅に伺い、妊娠中や出産のご相談。母乳育児に関するご相談や、乳房ケアを行います。 | 利用者宅 | 1回7,000円（2回目以降6,000円） | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 可 | 090-9848-7043 |
| 出張専門ははこぐさ助産院 | 妊娠・出産・育児・母乳相談 | 1回60分 妊娠・出産・育児の相談や乳房ケアなど、お母さんの心と身体のリラックスをサポートします。 | 利用者宅 | 1回11,000円（2回目以降10,000円） | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 可 | 090-6171-7117 |
| 松原　淳子 | 母乳育児支援　出産後の方と授乳を練習します | 出産退院後で直接授乳が不慣れな方・吸着が難しい方・赤ちゃんにミルクを飲ませるのが苦手な方に練習実施で寄り添います。育休明け復帰後の方の乳房ケアもお手伝いいたします。日時はご相談ください。 | 利用者宅 | 1回5,000円 | 授乳中の母親 | 可 | posparto@rakumail.com |
| あや助産所 | 母乳育児・子育て相談 | 平日9：00～17：30 土日祝日は電話にて相談に応じます。初診90分・再診60分、ご出産直後から断乳まで、笑顔の育児を応援します。 | 利用者宅 | 初診11,000円 再診9,000円（交通費実費） | 授乳中の母親 | 可 | 090-1734-8641 |
| 出張専門 岡田いずみ | 母乳育児相談 | 1回60～120分 9：00～17：00 ご自宅でリラックスしながら母乳育児相談をお受けします。親子が笑顔で過ごせるよう、生活に合わせてサポートします。ホームページや公式LINEよりお気軽にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 60分9,000円、120分18,000円（交通費込） | 就学前の子どもの母親、妊婦 | 可 | 090-4728-7948 |

## 産前・産後のからだを動かす講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| mimi pilates studio | マタニティピラティスとママピラティス | 1回60分 出産、子育てに向けて骨盤、背骨を中心に整え体力作りをサポートします。 | 阿佐谷北,阿佐谷南,荻窪 | 1回3,000円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-5817-4117 |
| 株式会社 オーチュー | 産後ピラティス教室 | 第1木曜 妊娠・出産で傷ついた骨盤底筋群を柔軟に元に戻し、育児による腰痛・肩こりなど不調の改善を目指します。正しい育児姿勢のポイントを学べます。お子さんの同伴が可能です。 | 阿佐谷北,梅里 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-5356-9501 |
| m therapy | 産前産後ママの"心と体の調整ヨガ”／mm yoga | 毎月第1月曜日 1回60分 少人数制のやさしいストレッチヨガクラスです。産前産後のママの育児による心身の負担を軽減し、安心してリフレッシュできる場を提供します。地域のママ同士の交流促進にもつながります。お子さんの同伴が可能です。 | 阿佐谷北 | 1回3,000円 | 産後1年以内の子どもの母親、妊婦 | 不可 | momokastyle.yoga@gmail.com |
| 内田 綾子 | マタニティヨーガ・産後ヨーガ | 月2回程度 1回60分 妊娠中は個別に出産や産後のお話をしています。ヨーガで身体と呼吸を整えてすこやかに過ごしましょう。 | 和泉 | 1回3,500円 | 産後1年程度の母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-4206-4133 |
| Physio Athlete Support | 産後のリズムトレーニング＆フィットネス | 1回60分 午前 音楽に合わせて楽しくリラックスする産後ママのためのプログラムです。ストレッチや体幹・インナーマッスル等のトレーニングで心身の不調を改善します。 | 和泉 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-6313-6119 |
| ヨガまる | 産後ヨガ | 産後のお母さんの骨盤調整を促すヨガプログラムです。 | 梅里 | 1回2,900円（体験2,000円） 3回8,000円 | 産後1年程度までの母親 | 不可 | 080-1162-9548 |
| ヨガまる | マタニティーヨガ | 1回75分 妊婦さんのためのヨガです。母体のリラックスと呼吸法を学ぶこと、体力増進により安産を促すヨガを行います。 | 梅里 | 1回2,900円（体験2,000円） 3回8,000円 | 妊婦（20週以降） | 不可 | 080-1162-9548 |
| 白石あすか 産前産後ボール＆フィットネス | ボール＆リリース | 1回60分 午前 産前産後の体に配慮したバランスボールでの有酸素運動（ボールフィット）とフォームローラーを使ったコンディショニング（ボディリリース）を組み合わせたプログラムです。凝り固まった全身を整え、体力回復とリフレッシュを促します。 | 梅里,堀ノ内,中野区 | 1回3,000円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-2429-8310 |
| Mamma Yoga | ママの心と身体を労わる産後ヨガ | 第2・4 水曜 11：00～12：15 妊娠・出産・育児で感じる身体のマイナートラブルの軽減と心のリラックスを目指すヨガです。お子さんの同伴が可能です。 | 梅里 | 1回1,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | machandaful@gmail.com |
| シダックス大新東ヒューマンサービス株式会社 | 産後ヨガ | 1回90分 午前 ヨガで産後の身体を整えます。赤ちゃんと一緒に参加し、お母さん同士で子育ての悩みや不安を共有・共感しましょう。 | 永福 | 1回1,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-3322-7141 |
| 恒川 由紀 | 産後のお母さんのための骨盤ケア講座 | 産後は多くの方が骨盤に歪みが生じています。なぜ起きるのか。助産師の視点で伝え、育児しながらできる体操をお教えします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回4,400円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 080-3470-0394 |
| ヨガBeyond 荻窪駅前教室 | 産後ママの骨盤調整＆リラックスヨガ | 週2回 1回70分 産後のお母さん向けのヨガクラスです。骨盤周りを中心に整え、抱っこや授乳で凝った背中や肩の凝りをほぐします。身体はもちろん、心に効くヨガでリフレッシュしましょう。 | 荻窪 | 1回2,500円 体験1,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-4405-4512 |
| ヨガBeyond 荻窪駅前教室 | マタニティヨガ | 1回60分 妊娠期を快適に過ごすためのマタニティヨガクラスです。腰痛の軽減や脚のむくみを解消します。出産にも役立つ呼吸法やリラックスを身につけ、穏やかな妊娠期を過ごしましょう。 | 荻窪 | 1回2,500円 | 妊婦（20週以降） | 可 | 03-4405-4512 |
| スタジオ・オズ（オズの会） | 産後ママのバレエエクササイズ | 1回75分 産後のお母さんのためのエクササイズです。バレエ、ストレッチ、ヨガの要素を取り入れた独自のプログラムです。 | 上荻 | 1回1,500円（体験1,000円） | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-6383-1210 |
| Ｋｃｏ | プレママの骨盤ケア＆リラックス「マタニティ・インスパイリング」 | 月1～2回60分 骨盤を支える筋肉をストレッチ・強化したり簡単な血流アップや身体全体をリラックスさせることで、早産や体重過多の改善、妊娠期の腰痛・膝痛の改善をしながら心身ともに健康的な身体づくりを行います。 | 上荻 | 1回2,000円 | 妊婦（20週以降） | 可 | 090-5752-4041 |
| Ｋｃｏ | ママの骨盤底筋ケア＆リラックス「らぶトレ＆ポーサルエクササイズ」 | 年4回60分 骨盤底筋をストレッチ・強化して産前産後の尿漏れの予防・改善を行います。簡単な血流アップや筋トレにより、身体全体をリラックスさせ、妊娠中や育児による腰痛・膝痛の改善、肩こりの解消をしながら健康的な身体づくりを行います。 | 上荻 | 1回1,500円 | 産後1年程度の母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-5752-4041 |
| スタジオ・ハートビート(株)WILL EVER | 産後ママのベリーダンス | 午後60分 楽しいベリーダンスで産後の身体をシェイプアップしていきます。インナーマッスルを使い骨盤の調整にも最適です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親 | 不可 | 03-6794-7712 |

## 産前・産後のからだを動かす講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| スタジオ・ハートビート(株)WILL　EVER | 産後ママのバレエ | 午前60分 産後のお母さんのための身体作り、シェイプアップ・筋力アップのためのストレッチ、バーレッスンなどを中心としたバレエクラスです。 | 上荻 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親 | 不可 | 03-6794-7712 |
| スタジオ・ハートビート(株)WILL　EVER | 産後ママのストレッチ | 午後60分 産後の骨盤調整とトレーニング、身体のゆがみ改善と姿勢矯正エクササイズを行います。 | 上荻 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親 | 不可 | 03-6794-7712 |
| ママコ | 産後ママのための骨盤底筋エクササイズ | 水曜 14：00～14：30 トレーニングツール「ひめトレ」を使い、骨盤底筋などのインナーマッスルを鍛えます。座った状態で行うので、産後の体力のない方や運動の苦手な方も無理なく参加いただけます。 | 上荻 | 1回2,000円 | 産後1年以内の子どもの母親 | 可 | 03-6279-9794 |
| ＷａＷａＰＡＲＫ | 産後トータルケア（ココロとカラダメンテナンス） | 1回120分 産後、不安定な心と身体の両方をケアします。バランスボールエクササイズと骨盤底筋、骨盤股関節調整、産後脳内ワークを総合的に取入れた内容です。お子さんの同伴も可能です。 | 上高井戸,高井戸東 | 1回3,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-2719-9710 |
| 健康堂鍼灸院 | 産後のストレッチ体操講座 | 水・金曜 午前 50分。産後の身体に負担をかけない動きや呼吸法で腰痛の軽減・骨盤を整えるストレッチを行います。 | 久我山 | 1回3,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-3247-1605 |
| 学校法人野上学園久我山幼稚園 | 産後の母への骨盤エクササイズ | 月1回75分の骨盤調整エクササイズです。お母さんが健康に子育てができるようサポートします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-3333-7777 |
| HanariyaYoga | ヨガママで骨盤調整 | 1回75分 Yogaで産後特有のトラブル対策を、骨盤を整えるポーズを中心に当日の体調に合わせヨガやセルフケアを行います。肩こり対策も大好評。開催日時等、詳細はHPでご確認ください。 | 高円寺北,三鷹市 | 1回1,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | hanariya@hanariya.com |
| HanariyaYoga | マタニティヨガ | 1回75分　骨盤ケアに注目したヨガで、ご自身と赤ちゃんの力をサポートする安産力を養います。マイナートラブル対策も。ペアのポーズで交流を深めます。開催日時等、詳細はHPでご確認ください。 | 高円寺北,三鷹市 | 1回1,500円 | 妊婦（20週以降） | 可 | hanariya@hanariya.com |
| Ｋｃｏ | 産後のママの骨盤ケア「インスパイリング・エクササイズ」 | 1回60分 産後のお母さんの体調と骨盤の改善を目的にインスパイリング・エクササイズを行います。赤ちゃんの同伴ができます。 | 高円寺南,阿佐谷南,下井草 | 1回2,000円～ | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-5752-4041 |
| Aromam＆Babe子育て応援団 | 産後ママの心と体にやさしいエクササイズ | 1回60分 産後の身体（腹部や骨盤）のケアだけではなく、自律神経やメンタルに対しても向き合いながら、出産後に不安定になっているお母さんの心と体を支えます。 | 高円寺南 | 1回2,000円（初回1,000円） | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-1808-4615 |
| 和 | 産後の骨盤調整ヨガ | 金曜 午前90分 骨盤の調整など、産後の心と身体を整えます。お子さんと一緒に参加できます。 | 高円寺南 | 1回1,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-7964-4396 |
| （ＮＰＯ）ゆるゆるｍａ～ｍａ | 子連れでshantih Yoga(ｼｬﾝﾃｨﾖｶﾞ) | 毎月第木4曜日10：00～11：00 産後ママの身体を考慮したプログラムです。ヨーガの哲学に触れながら、瞑想・調気法・ポーズを無理なく楽しくマイペースに行います。お子さんと一緒に参加もできます。 | 下井草 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-6129-3631 |
| ＡＢＮ　バレエ＆ストレッチ | 産後ママのバレエ＆ストレッチ | 1回60～90分 月3回 産後の体の引き締めを中心に、バレエの基礎を取り入れて体幹作りを行います。お子さんと一緒に参加できます。 | 下井草 | 1回1,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-6048-0800 |
| たらちね助産院 | 産後ヨガ | 産後の身体を整えて育児を楽しくするプログラムです。オンラインサービスもあります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東 | 1回2,500円（2回目以降2,000円）　オンラインサービス：1回5,000円（2回目以降2,500円） | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-3331-5606 |
| たらちね助産院 | マタニティ・ヨガクラス | 産前の身体を整えて育児を楽しくするプログラムです。オンラインサービスもあります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東 | 1回2,500円（2回目以降2,000円）　オンラインサービス：1回5,000円（2回目以降2,500円） | 妊婦（20週以降） | 可 | 03-3331-5606 |
| (株)クリーンテック | 産後ママのｙｏｇａ | 月2～3回 1回75分 親子でヨガを楽しみ、ストレス解消しましょう。 | 高井戸東,荻窪,梅里 | 1回2,500円 | 産後3か月～1年程度までの母親 | 可 | yumiyoga.jp@gmail.com |
| ベビーマッサージ「Ｒｉｏｎ'Ｒｏｏｍ～りおんの部屋」 | ママも体を動かしてリフレッシュ「おやこヨガ」 | 1回90分 赤ちゃんと一緒に参加できるおやこヨガで産後の身体を動かしてリフレッシュします。 | 高井戸東,下井草,清水 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-3537-2665 |

## 産前・産後のからだを動かす講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| マタニティヨガ☆ママヨガ | 産後のお母さんのための☆ママヨガ | 週1回午前90分 ヨガの呼吸法やポーズで、美しく健康的な体づくりのお手伝いをします。お子さんの同伴が可能です。 | 高井戸東,浜田山 | 1回2,000円 | 0～1歳の子どもの母親 | 可 | yogalileyoga@yahoo.co.jp |
| きままヨガ | 産後ママの骨盤底筋リカバリーヨガ | 月2～3回 午前 骨盤底筋を戻すためのヨガクラスです。骨盤底筋を中心にストレッチやトレーニングを取り入れ、産後の身体を整えていきます。お子さんの同伴も可能です。 | 成田西,高円寺南,和泉 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | formama.yoga@gmail.com |
| 織田　涼子 | 妊婦、産後ママの骨盤・姿勢美ヨガクラス | 週1回午前 骨盤底筋や姿勢から美しく！呼吸と身体の動きの調和とメディテーションで、心も体もリフレッシュします。お子さんと一緒に参加できます。 | 成田東 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-9268-4650 |
| フラメンコプーロ | 産後の母のヨガメンコ（フラメンコ、ヨガ） | ヨガとフラメンコを取り入れたヨガメンコで、産後の身体を癒します。 | 西荻南,西荻北 | 1回3,000円（月4回10,000円） | 産後3か月以降～1年程度の母親 | 可 | 090-4173-4412 |
| ＭＣＳｐａｃｅ | 産後のママヨガｗｉｔｈベビー | 月4回 木曜 午前10：45～ 60分 育児による疲れを癒し、身体を動かしながら参加者との絆を深めます。お子さんと一緒に参加できます。 | 西荻南 | 月謝制8,000円 | 産後1年程度の母親 | 可 | 03-5941-3065 |
| ｓｔｕｄｉｏ ｍｕｋｕｎｏｋｉ | 産後ヨガ | 1回60分 産後の身体を無理なく動かし、心身の回復を促していくヨガクラスです。身体の引き締めや育児による疲れを解消します。お子さんと一緒に参加できます。 | 浜田山,荻窪 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | info@iizukajunko.com |
| ｓｔｕｄｉｏ ｍｕｋｕｎｏｋｉ | マタニティヨガ | 1回60分 ヨガの呼吸法と動きで心身ともに深くリラックスし、妊娠期の不安を解消します。腰痛や股関節痛の軽減も期待できます。 | 浜田山,荻窪 | 1回2,000円 | 妊婦（20週以降） | 可 | info@iizukajunko.com |
| Yoga RILATO ヨガリラート | マタニティヨガ、ママヨガ | 1回60分、毎週土曜日開催。デリケートな産前産後・ママの身体を整えるクラスです。筋力・柔軟性が高まり、心が穏やかに落ち着きます。初心者歓迎、個々のレベルに合わせて丁寧に指導します。お子さん連れでお気軽にお越しください。 | 方南,和田,中野区 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | yogarilato@gmail.com |
| いずみ子育ての会 | 産後ママの為のヨガ＆エクササイズ | 月2回 60分 産後の体力回復と緩んだ骨盤を刺激して引き締まった体型にしていきます。お子さんと一緒に参加もできます。 | 方南,和泉 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | izumi.childrearing@gmail.com |
| スポーツハイツスイミングスクール 株式会社スリーループ | 産後のママのウエルネスサポート | 産後1年程度のお母さんを対象にした体調管理と運動不足解消を図るプログラムです。 | 堀ノ内 | 事業者HPをご確認ください。 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-3316-9981 |
| フラメンコプーロ | 西荻窪　産後の母の癒しヨーガ | 静かな呼吸とゆったりした動きで全身をリラックスするヨガで、産後の身体を癒します。 | 南荻窪,西荻北 | 1回90分1,300円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-4173-4412 |
| Ｄｒｅａｍ Ｙｏｇａ | 産前＆産後ママＹｏｇａ | 月4回 1回60分 妊婦さんはお腹の赤ちゃんと共に深くゆったりとした呼吸とポーズでリラックス。産後のママはボディシェイプと同時に子育てのストレスも解消しましょう。 | 桃井 | 1回1,000円 体験500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 不可 | 090-3002-3209 |
| 白石あすか 産前産後ボール＆フィットネス | はじめてのボールフィット | 1回60分 午前 初めての方向けです。 産前産後の体に配慮したバランスボールでの有酸素運動で体を動かして不調を解消します。 | 和田,高円寺南,中野区 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-2429-8310 |
| 白石あすか 産前産後ボール＆フィットネス | ボールフィット | 1回60分 午前 バランスボールの基礎です。息のはずむ運動強度の有酸素運動で運動不足を解消しリラックスを促します。生後7か月までの赤ちゃんは同伴可能です。 | 和田,高円寺南,中野区 | 1回2,500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-2429-8310 |
| 白石あすか 産前産後ボール＆フィットネス | ボールフィット90 | 1回90分 午前 バランスボールの応用です。有酸素運動に加えて、ウォーキングや筋トレ、ストレッチに取り組み、筋力アップを目指します。生後7か月までの赤ちゃんは同伴可能です。 | 和田,高円寺南,中野区 | 1回3,500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | 090-2429-8310 |
| 白石あすか 産前産後ボール＆フィットネス | 産後リカバー | 1回90分 午前　産後の心身の健康回復を目的とした全4回のプログラムです。産後の体に配慮したバランスボールでの有酸素運動で産後特有の不調を解消します。生後7か月までの赤ちゃんは同伴可能です。 | 和田,高円寺南,中野区 | 1回4,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-2429-8310 |
| （ＮＰＯ）子育て支援グループ amigo | 産後ヨガ | 火曜 午前 産後2か月～7か月のお母さんを対象に、バランスボールを使った有酸素運動や産後の心身を整えるためのヨガを行います。お子さんと一緒に参加もできます。 | 世田谷区 | 1回2,000円 | 産後2～7か月までの母親 | 可 | 03-3328-4411 |
| （ＮＰＯ）子育て支援グループ amigo | マタニティヨガ | 月曜 午前 自分の身体や気持ちに向き合い、妊娠期を快適に過ごせるようにサポートします。 | 世田谷区 | 1回2,000円 | 妊婦（20週以降） | 可 | 03-3328-4411 |
| AHA DANCE SCHOOL | 産後のママの為のダンス | 午前60分 産後ママのためのストレッチとダンスのプログラムです。産後の身体に負担をかけずに楽しめます。お子さんの同伴も可能です。 | 世田谷区 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-6547-9319 |
| AHA DANCE SCHOOL | 産後のママの為のヨガ | 午前60分 産後ママのためのヨガプログラムです。産後の身体に負担をかけず楽しめます。お子さんの同伴も可能です。 | 世田谷区 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-6547-9319 |

## 産前・産後のからだを動かす講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 助産師　えん | 産前産後のリラクゼーションストレッチ | 1回75分 呼吸に合わせ身体をゆだねて動かす、心と身体を整えるストレッチです。お子さんの同伴も可能です。 | 中野区 | 1回3,500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | 080-4118-3951 |
| ママのための子連れでおけいこ　MOWO | 産後ヨガ | 月1 回60 分 産後の母親を対象にしたヨガです。産後の身体の回復や体力回復の助けとなるような動きを取り入れています。お子さんの同伴が可能です。 | 中野区 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 070-9065-5493 |
| (ＮＰＯ)マドレボニータ | 産後ケア教室（大泉学園） | 1クール4回 1回120分 産後に必要な3つの要素、有酸素運動・コミュニケーション・セルフケアをムダなく盛り込んだ講座です。生後210日までのお子さんと一緒に参加もできます。 | 練馬区 | 1クール16,080円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 050-5316-1247 |
| (ＮＰＯ)マドレボニータ | 産後ケア教室（三鷹） | 1クール4回 1回120分 産後に必要な3つの要素、有酸素運動・コミュニケーション・セルフケアをムダなく盛り込んだ講座です。生後210日までのお子さんと一緒に参加もできます。 | 三鷹市 | 1クール15,640円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 050-5316-1247 |
| ベビーマッサージ「Ｒｉｏｎ’Ｒｏｏｍ～りおんの部屋」 | （オンライン）ママも体を動かしてリフレッシュ「おやこヨガ」 | 1回90分 オンライン（zoom）を利用して、お母さんが赤ちゃんと一緒に動いてポーズをとったり、手遊びタイムがあります。お母さんも身体が楽になり、子育てに前向きな気持ちにれるようにします。 | 利用者宅 | 1回2,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-3537-2665 |
| ヨガまる | （オンライン）マタニティーヨガ | 全3回60分 出産へ向けての身体づくり、骨盤調整、骨盤底筋運動、呼吸法などを行います。プレママ同士の交流ができるような場を提供し、孤育て、産後鬱を防止するようなつながりづくりをマタニティーの時期から作れるようにサポートしていきます。 | 利用者宅 | 3回8,000円（体験2,000円） | 妊婦（20週以降） | 不可 | 080-1162-9548 |
| ヨガまる | （オンライン）産後ヨガ | 産後9週目～1年くらいのお母さんの体力回復、骨盤調整を目的としたオンラインレッスンです。 | 利用者宅 | 1回2,900円（体験2,000円） 3回8,000円 | 産後1年程度までの母親 | 不可 | 080-1162-9548 |
| ヨガBeyond　荻窪駅前教室 | （オンライン）産後ママの骨盤調整＆リラックスヨガ | 平日週2回 1回60分 産後のお母さん向けのヨガクラスです。骨盤周りを中心に整え、抱っこや授乳で凝った背中や肩の凝りをほぐします。身体はもちろん、心に効くヨガでリフレッシュしましょう。 | 利用者宅 | 1回2,500円 体験1,500円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 03-4405-4512 |
| ヨガBeyond　荻窪駅前教室 | （オンライン）マタニティヨガ | 土曜 1回60分 妊娠期を快適に過ごすためのマタニティヨガクラスです。腰痛の軽減や脚のむくみを解消します。出産にも役立つ呼吸法やリラックスを身につけ、穏やかな妊娠期を過ごしましょう。 | 利用者宅 | 1回2,000円 | 妊婦（20週以降） | 可 | 03-4405-4512 |
| Ｄｒｅａｍ Ｙｏｇａ | （オンライン）産前＆産後ママＹｏｇａ | 平日週2回・土曜月2回 1回60分 妊婦さんはお腹の赤ちゃんと共に深くゆったりとした呼吸とポーズでリラックス。産後のママはボディシェイプと同時に子育てのストレスも解消しましょう。 | 利用者宅 | 1回1,000円 体験500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 不可 | 090-3002-3209 |
| Yoga　RILATO　ヨガリラート | （オンライン）マタニティヨガ、ママヨガ | ZOOM使用、1回60分のオンラインヨガです。週一回開催。カメラオフ可能です。 | 利用者宅 | 1回1,000円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 可 | yogarilato@gmail.com |
| ｓｔｕｄｉｏ　ｍｕｋｕｎｏｋｉ | （オンライン）産後ヨガ | 1回45分 体をほぐし心身の回復を促していくヨガクラスです。呼吸法も用いてリラックスや気持ちを切り替える練習を行います。レッスン前後にコミュニケーションも取っていきます。 | 利用者宅 | 1回1,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | info@iizukajunko.com |
| ＷａＷａＰＡＲＫ | （オンライン）産後トータルケア（ココロとカラダメンテナンス） | 1回120分 全6回 バランスボールエクササイズ・家でできるセルフケア・産後脳のお母さんたちへの脳トレワークからなるトータルケアクラスです。お子さんの同伴も可能です。 | 利用者宅 | 6回21,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 090-2719-9710 |

## 産前・産後の日常生活のお世話

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （株）ラヴィ | 産後ケア～赤ちゃんケア | 産後2か月程度までのお母さんを対象に、赤ちゃんの沐浴・新生児の育児補助・上のお子さんのお世話・家事援助を行います。産後ケアは3時間～、赤ちゃんケアは2時間～ご利用いただけます。利用料金は1時間の金額です。 | 利用者宅 | 1時間2,800円（産後ケア）、1時間2,300円（赤ちゃんケア） | 産後2か月程度までの母親 | 可 | 03-3403-9561 |
| （株）ママＭＡＴＥ | 産前・産後の支援 | 産後のお母さんの心身の支援を目的として、研修を受けた経験者がお手伝い致します。 | 利用者宅 | 1時間3,630円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 04-7181-8100 |
| （株）タカミサプライ | 産前・産後ケアサービス | 保育サービスと家事のサービスの組み合わせによる産後のケアを行います。利用料金の詳細は事業者にお問合せください。 | 利用者宅 | 1時間2,700円～ | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 可 | 03-3463-8777 |

## 産前・産後の日常生活のお世話

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (株)ニューマン　マミー東京 | 産前産後のケアと家事援助サービス | 妊婦さん、産後4か月程度までのお母さんを対象に、赤ちゃんの沐浴や上のお子さんのお世話と家事（掃除、洗濯、買物、食事の支度）のお手伝いを行います。利用は3時間～(30分単位）承ります。 | 利用者宅 | 1時間3,000円～ | 産後4か月程度の母親、妊婦 | 不可 | 0422-38-6314 |
| （株）ジャパンベビーシッターサービス | 産前産後母子ケア | 産前、産後40日程度の期間、お母さんのお手伝い（買い物、洗濯、部屋の掃除や食事の支度）や赤ちゃんのお世話、兄弟のお世話など行います。 | 利用者宅 | 3時間×7日間=91,476円<br>4時間×7日間=110,880円 | 産後40日程度の母親、妊婦 | 不可 | 03-3423-1251 |
| （株）マザーグース | 産後のお手伝い | 買物、簡単な掃除や家事、沐浴など、産後のお手伝いをいたします。3日前までにご予約をお願いします。料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,750円（2時間～受付） | 産後1年程度までの母親 | 可 | 080-9429-4008 |
| （ＮＰＯ）すぎなみ子育てひろば　ｃｈｏｕ　ｃｈｏｕ | 産前・産後支援ヘルパー | 自宅での料理や掃除などの家事、沐浴、健診の付き添い、上の子のお世話など産後のお母さんのお手伝いをします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,000円 | 産後1年までの母親、妊婦 | 不可 | 03-6913-5211 |
| サンフラワー・Ａ　株式会社 | サンフラワーの産前・産後ケアサービス | お母さんの心と身体に休息を♪沐浴や掃除、洗濯、料理などをお手伝いします。子育てについてもお気軽にご相談ください！！ | 利用者宅 | 1時間3,850円～ | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-5396-8400 |
| マーマ・オフィスポケット（株） | 産前・産後のケア（赤ちゃんのお世話・お母さんのお手伝い） | 出産後の沐浴・家事（掃除・洗濯・買い物・食事の支度等）・上の子の世話・授乳・幼保育園の送迎等を行います。利用は2時間から承ります。 | 利用者宅 | 1時間3,080円～（交通費別途） | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 045-982-7715 |
| （ＮＰＯ）子育て支援グループ　ａｍｉｇｏ | 産後支援ヘルパー　マザリング・ベル | 妊娠中～出産直後（産後2か月程度）の女性に適した食事づくりを中心とした家事支援や産後の生活全般のコーディネイト、相談などを行います。産後コーディネートを受けることが必須条件です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 2.5時間5,000円 | 産後2か月程度までの母親、妊婦 | 可 | 03-3328-4411 |
| （株）ミラクス | 産前産後のヘルパー | 出産後4か月までの期間、沐浴などお子様のお世話と簡単な家事のお手伝いをします。利用は3時間～賜ります。 | 利用者宅 | 1時間3,300円 | 産後4か月までの母親、妊婦 | 不可 | 03-6632-7709 |
| （ＮＰＯ）たすけあいワーカーズ　さざんか | はっぴーママサービス「産前・産後ママのケア」 | 平日9～18時（時間外有）。産前～産後1年（ただし多胎児は3年）までの家庭・母親の身体的精神的負担を家事支援で手助けし、赤ちゃんのお世話をします。 | 利用者宅 | 1時間2,750円～ | 産前～産後1年までの母親（多胎児は3年まで） | 可 | 03-5347-1130 |
| （株）マザーネット | マザーケアサービス（産後ケア） | 産後1か月までのお母様を対象に、赤ちゃんの育児補助、上のお子さんの送迎・お世話、家事サポートを行います。利用料金等の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間3,773円～ | 産後1か月までの母親 | 不可 | 03-5733-6777 |
| ハニークローバー（株） | ハニークローバーの産前・産後ケア | 子どものお世話、健診等の付き添い、送迎、食事の支度、衣類の洗濯、掃除、整理整頓、沐浴の手伝い、生活必需品の買い物などをサポートします。2時間からご利用いただけます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間 3,300円～（2時間より利用可）交通費別途 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 050-5434-3429 |
| 松が丘助産院 | 産前・産後ドゥーラの訪問ケア | 一般社団法人ドゥーラ協会認定資格者の訪問によるケアで自宅での育児のスタートをサポートします。家事支援のほか、赤ちゃんのお世話・沐浴・育児技術の習得相談等に対応いたします。妊娠中でも利用できます。利用は2時間～（時間単位）承ります。 | 利用者宅 | 1時間3,500円～ | 産後6か月くらいまでの母親、妊婦 | 不可 | 03-5343-6071 |
| ぽっかぽか(株) | マザーリング | 24時間365日サービス対応。赤ちゃんの沐浴も含め、産前産後のお母さんの家事全般をサポートします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 3,850円～（会員料金3,245円～） | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-5787-5975 |
| 一般社団法人　日本産後育児推進協会 | 訪問型産前産後ケアサービス「メルシーベベ」 | 出産前後のご家庭で、産後ケア認定資格「産後セラピスト」がママのサポート全般（乳児や上のお子さまのお世話・家事・ママの休養の確保等）を行います。ご利用3時間～。土日祝日・年末年始・時間外は利用料金の25%増しとなります。 | 利用者宅 | 1時間3,850円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 可 | 0466-86-7326 |
| 株式会社 ss-consul 湘南コンシェル（東京産後ケア事業部） | 産前産後ママサポーター | 産前産後における乳児のお世話や、お料理などの家事サポートを行います。スタッフ全員が「産後サポート研修」を受講済みです。 | 利用者宅 | 1時間3,300円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-5050-4326 |

## 日帰り型産後ケアサービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （医）河北総合病院 | 日帰り型産後ケアサービス | 授乳や赤ちゃんのお世話の方法を学んだり、体力回復のため休息したり、自宅で安心して生活していけるよう助産師がお手伝いします。 | 阿佐谷北 | 親子1組14,000円 | 産後3か月未満の子どもの母親 | 不可 | 03-3339-2121 |
| 赤川クリニック | 日帰り型産後ケアサービス | 10：00～16：00 身体を休めたい時、母乳・育児に対する不安がある時など、助産師が必要なケアや指導を行います。 | 上荻 | 1回15,000円 | 生後3か月未満の子どもと母親 | 可 | 03-3391-6694 |
| (有)オマタ・エステート | 日帰り型産後ケアサービス | 10：00～16：00 完全個室でゆっくりとお休みいただきながら、助産師が赤ちゃんとママに合わせて相談やケアを行います。デイケアならではの日常生活に寄り添ったサポートを大切にしています。 | 上荻 | 1回30,000円 | 産後1年程度までの子どもの母親 | 不可 | 03-5303-7299 |
| 産前産後ケア助産院はるかぜ | 日帰り型産後ケアサービス（西荻窪） | 9：30～16：00 日帰り型の産後ケアで、産後のお母さんの心身のケアと育児支援を行います。 | 西荻北 | 1回24,000円 | 産後5か月未満の子どもの母親 | 可 | 0422-29-3860 |
| 杏林大学医学部付属杉並病院 | 日帰り型産後ケアサービス | 体を休めつつ、育児や授乳でお困りのことがあれば助産師が一緒にサポートします。 | 和田 | 1日15,400円 | 産後6か月未満の子どもの母親 | 不可 | 03-3383-1281 |
| ひだまりクリニック | 日帰り型産後ケアサービス | 産後7か月未満までの母子を日帰りで育児に必要なケア、指導を助産師が行います。1対1での個別対応もあります。 | 和田 | 1回15,000円 | 産後7か月未満の子どもの母親 | 可 | 03-3315-0217 |
| 医療法人社団 田中産科婦人科 | 日帰り型産後ケアサービス | 10：00～15：00 日帰り型の産後ケアです。病室での休息・昼食の他、必要に応じて授乳や沐浴などの指導を行います。 | 世田谷区 | 1回22,000円 | 産後2か月未満の子どもの母親 | 不可 | 03-3321-0028 |
| 松が丘助産院 | 日帰り型産後ケアサービス | 母乳育児や育児技術を習得し、自宅で自信をもって育児をはじめられるようにサポートします。 | 中野区 | 1回16,500円 | 産後6か月くらいまでの母親 | 不可 | 03-5343-6071 |
| しらさぎふれあい助産院 | 日帰り型産後ケアサービス | 10：00～15：00 ご滞在のみなさんに母乳・育児相談とお身体のケアの時間を設けています。癒しの時間となるようサポートさせていただきます。 | 中野区 | 1回16,000円 | 産後7か月未満の子どもの母親 | 不可 | 03-3339-5356 |
| 産前産後ケアハウス Umbilicus | 日帰り型産後ケアサービス | 10：00～15：00 日帰り型の産後ケアです。個室での休息の他、リビングで交流もできます。必要に応じて母乳ケア・授乳指導等の相談をお受けします。 | 中野区 | 1回20,000円 | 産後1年以内の子どもの母親 | 不可 | 03-6454-1033 |
| まるんこ助産院 | 日帰り型産後ケアサービス | 10：00～15：00 日帰り型の産後ケアです。居室での休息・昼食のほか、必要に応じて授乳や沐浴などの子育てのサポートをいたします。 | 練馬区 | 1回22,000円 | 産後1年以内の子どもの母親 | 可 | 03-6320-9032 |
| 吉祥寺　ふわまる助産院 | 日帰り型産後ケアサービス | 9：30～15：30 出産後の母体ケアや育児不安を解消します。 | 武蔵野市 | 1回28,000円 | 産後6か月未満までの子どもの母親 | 可 | 070-9090-8760 |
| 産前産後ケア助産院はるかぜ | 日帰り型産後ケアサービス（吉祥寺） | 9：30～16：00 母子の健康診査、赤ちゃんの沐浴、授乳や育児相談、お母さんの心身の相談、休息（赤ちゃんは同室希望がない限りは預かり対応です）を行います。 | 武蔵野市 | 1回24,000円 | 産後6か月未満の子どもの母親 | 可 | 0422-29-3860 |
| 一般社団法人 産前産後ケアステーション つむぎ | 日帰り型産後ケアサービス | 平日10：00～15：00 母子で来所し、日中ゆっくり休息します。助産師による育児相談、授乳相談、沐浴指導を行います。昼食付きです（サービス提供場所：目黒区）。 | その他区外 | 1回19,000円 | 産後6か月未満の子どもの母親 | 可 | 070-8926-8304 |
| るるん助産院 | 日帰り型産後ケアサービス | 10:00～16:00 育児の手技を一緒に行いながら、安心して育児ができるようにアドバイスとサポートをします。 | その他区外 | 1回27,000円 | 産後4か月未満の子どもと母親 | 不可 | 042-452-5125 |

## 宿泊型産後ケアサービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （医）河北総合病院 | 宿泊型産後ケアサービス | 授乳や赤ちゃんのお世話の方法を学んだり、体力回復のため休息したり、自宅で安心して生活していけるよう助産師がお手伝いします。 | 阿佐谷北 | 親子1組<br>30,000円/日<br>（個室） | 産後3か月未満の子どもの母親 | 不可 | 03-3339-2121 |
| 荻窪病院 | 宿泊型産後ケアサービス | 10：00～翌日15：00 母体ケア・乳房ケア・育児相談・沐浴指導など、助産師が基本的なケアを実施します。 | 今川 | 1日33,000円 | 産後2か月未満の子どもの母親 | 可 | 03-3399-1101 |
| 赤川クリニック | 宿泊型産後ケアサービス | 10：00～翌日15：00 産後の疲れで体調がすぐれない時、身体を休めたい時、母乳・育児に対する不安がある時など、助産師が個別に対応し自宅でも安心して過ごせるようお手伝いします。 | 上荻 | 1日27,000円 | 生後7週未満の子どもと母親 | 可 | 03-3391-6694 |
| 産前産後ケア助産院はるかぜ | 宿泊型産後ケアサービス（西荻窪） | 10：00～翌14：00 宿泊型の産後ケアで、産後のお母さんの心身のケアと育児支援を行います。 | 西荻北 | 1回66,000円 | 産後5か月未満の子どもの母親 | 可 | 0422-29-3860 |
| 杏林大学医学部付属杉並病院 | 宿泊型産後ケアサービス | 体を休めつつ、子育て全般に必要な技術や知識について、助産師が個別に対応し、子育てが始まった親子が自立できるよう、子育て情報の提供や必要な技術支援を行います。 | 和田 | 1日28,600円 | 産後6か月未満の子どもの母親 | 不可 | 03-3383-1281 |

## 宿泊型産後ケアサービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 医療法人社団 田中産科婦人科 | 宿泊型産後ケアサービス | 10：00～翌15：00 宿泊型の産後ケアです。通常の出産後のケアや3食給仕の他、必要に応じて授乳や沐浴などの指導を行います。母体安静のために夜間は新生児室にてお子さんをお預かりします。 | 世田谷区 | 1日33,000円<br>1泊2日66,000円 | 産後2か月未満の子どもの母親 | 不可 | 03-3321-0028 |
| 松が丘助産院 | 宿泊型産後ケアサービス | 出産退院後、入院して身体を休め、母乳育児や育児技術を習得し、自宅で自信をもって育児をはじめられるようにサポートします。 | 中野区 | 1日33,000円 | 産後4か月くらいまでの母親 | 不可 | 03-5343-6071 |
| しらさぎふれあい助産院 | 宿泊型産後ケアサービス | 入院日10：00～退院日14：00まで、助産院に宿泊してお身体のケア、授乳指導、育児相談が受けられます。癒しの時間となるようサポートさせていただきます。お食事代は込みです。 | 中野区 | 1日30,000円<br>1泊2日60,000円 | 産後5か月未満の子どもと母親 | 不可 | 03-3339-5356 |

## 妊産婦のおでかけ支援

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 国際自動車（株） | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | 迎車料（500円）と乗車料金。事前予約の際は加えて予約料（500円） | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-5520-5690 |
| 東京都個人タクシー協同組合 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛対応不可 | 地域不特定 | 迎車料300円＋メーター料金 | 妊婦及び産後1年程度までの母親（ゆりかご券所有者） | 不可 | 03-3383-3111 |
| 日の丸自動車株式会社 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | メーター料金　初乗り500円　迎車料400円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-3811-1156 |
| (株)東京タクシー | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛対応不可 | 地域不特定 | 初乗り500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-5758-3630 |
| 寿交通株式会社 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛対応不可 | 地域不特定 | 初乗り500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 0422-32-5189 |
| 日個連東京都営業協同組合 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛対応不可 | 地域不特定 | 迎車料300円＋メーター料金 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-5976-6011 |
| 東京無線協同組合 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | 初乗り500円 迎車料金400円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 0570-550555 |
| 帝都自動車交通株式会社 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | 迎車料金400円＋タクシーメーター料金 時間指定のお迎え 別途予約料金500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-3643-6881 |
| 第一交通(株) | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | 初乗り500円 加算運賃100円（迎車料300円・前日予約料500円） | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-5678-0033 |
| 日本交通株式会社 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | 初乗り500円＋加算運賃100円 迎車・時間指定は別途料金 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 050-3101-6999 |
| 荏原交通(株) | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛対応不可 | 地域不特定 | 初乗り500円＋加算運賃100円 迎車料・配車料は申し込むアプリによって異なる | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-3783-5116 |
| エスコート交通株式会社 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | 初乗り500円 予約料金500円 迎車料金500円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 0422-70-3031 |
| 親切タクシー株式会社 | 妊産婦タクシー | （タクシー専用ゆりかご券のみ利用いただけます。）妊婦及び産後1年程度までの母親の外出をタクシーで支援します。陣痛時にかかりつけ病院への移送サービスの登録ができます。 | 地域不特定 | 初乗り500円 加算運賃100円 予約料500円 迎車料400円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 不可 | 03-3312-6266 |

## 家事援助

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （株）ラヴィ | ファミリーサポート（家事援助） | 主婦がする日一の簡単な掃除・洗濯・買物・炊事（1日、1食分）などの家事援助を行います。利用料金の詳細は事業者にお問合せください。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間2,800円～ | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3403-9561 |
| （株）ママＭＡＴＥ | 家事サービス | 子育てやお仕事でお忙しいご家庭を家事の経験豊かなスタッフが掃除、洗濯、調理などのお手伝い致します。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間3,410円～ | 就学前の子どもの親 | 不可 | 04-7181-8100 |
| （株）タカミサプライ | 家事代行サービス | 掃除、洗濯、買い物、調理など、家庭内での家事の代行サービスを行います。利用料金の詳細は事業者にお問合せください。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間2,992円～ | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3463-8777 |
| (株)ニューマン　マミー東京 | 家事援助 | 家事全般の代行サービスです。洗濯・掃除・買い物・食事の支度を行います。 利用は2時間～（30分単位）承ります。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間3,000円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 0422-38-6314 |
| サンフラワー・Ａ　株式会社 | 家事援助サービス | 忙しいお母様に代わって掃除・洗濯・買物・料理など日常家事をお手伝いします！子どもと触れあう時間を増やしたい方にお勧めです♪エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間3,850円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-5396-8400 |
| マーマ・オフィスポケット（株） | 家事サービス | 忙しいママ・パパのサポートとなるよう、掃除・洗濯・料理・買い物等、日常の家事のお手伝いをいたします。2時間よりご利用いただけます。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間3,080円～（交通費別途） | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 045-982-7715 |
| (福）八成グループ八成ヘルパーステーション和（のどか） | 子育て支援ヘルパー | 子育て経験豊かなヘルパーが、食事の支度・そうじ・洗濯・買い物等のお手伝いを致します。杉並区北西部を中心に活動しています。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間2,000円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-6915-0233 |
| 杉並区シルバー人材センター | 家事援助（家内清掃、洗濯、買い物等） | 家内清掃、洗濯、買い物等を行います。利用料金の詳細は事業者にお問い合わせください。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間1,450円～ | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-3317-9091 |
| （ＮＰＯ）たすけあいワーカーズ　さざんか | ＡＣＴつながるケア（家事援助） | 調理、洗濯、掃除、買物など日常の家事援助を行います。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,420円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-5347-1130 |
| (有)オアシストゥエンティーワン | 家事援助 | 日常の家事全般のサポートをします。掃除・洗濯・かたづけその他、家の中のあんな事や、こんな事、何でもご相談ください。お子さんと過ごす大切なお時間を作ってみてください。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1回5,000円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-3301-6777 |
| （株）よりみち | 障害をもつ幼児または障害をもつ方の兄弟姉妹（幼児）のいる家庭の家事援助 | 就学前の障害をもつ方のいるご家庭を対象とした掃除・洗濯・調理などの家事援助サービスです。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 60分まで3,000円、90分4,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3392-0915 |
| ル・アンジェ株式会社 | 家事代行サービス | お掃除・買い物・調理・洗い物・洗濯・布団干し・アイロン掛けなどの日常の家事をお任せ下さい。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間3,080円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-3477-1287 |
| （株）マザーネット | マザーケアサービス（家事代行） | 家事代行（食事作り・掃除・洗濯など）を承ります。2時間以上より15分単位にてご利用が可能です。お料理作り置きやエアコンクリーニング等の日常的ではない家事は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間3,729円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-5733-6777 |
| (株)オアシス | 家事支援サービス | 掃除・洗濯・調理などの家事をお手伝いします。整理収納アドバイザーがおかたづけのサポートもいたします。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1名2時間30分18,315円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | support@oasis-co.com |
| いたらいいなのおかあさん（横尾家事代行サービス） | 家事支援サービス | 9:00～17:00 ご利用は2時間から、日常の家事全般（掃除、洗濯、料理、片付け等）を経験豊かなスタッフがサポート致します。何でもご相談を。親子にゆとりの時間を作るお手伝いをさせて下さい。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間3,300円（税込）～ 交通費：往復600円未満は実費、600円以上は事業者へお問い合わせください。 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 0120-935-008 |

## 家事援助

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| おそうじ本舗荻窪駅前店・新高円寺店 | 家事援助 | 掃除や洗濯、料理など、お客様のご希望の家事のお手伝いを行います。利用は3時間～受け付けております。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間5,500円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 0120-559-554 |
| (株)アール・アソシエイツ | 家事代行サービス | お掃除・お料理・お片付け・洗濯・買物・アイロン掛け・シーツ交換・ゴミ出しなどの日常家事全般を行います。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 2時間9,020円～ | 就学前の子どもの親 | 可 | 0120-599-070 |
| （株）イプニー | 家事代行サービス | 1回90分 子育てママの家事をサポートします。掃除・洗濯・料理・他、家事全般を代行します。子どもとふれ合う時間と、ママのゆとりを提供します。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1回7,500円（延長30分2,000円）移動費込み | 就学前の子どもの親 | 可 | 042-505-6420 |
| ハニークローバー（株） | 家事代行 | 調理、洗濯、居宅内掃除、買い物代行など一般的な家事の代行業務です。サービスの利用には登録が必要です。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間 2,728円～（入会金無料）交通費別途 | 就学前の子どもの親 | 不可 | 050-5434-3429 |
| かぶらす・りびんぐ | 家事援助 | お客様がご希望の家事（清掃・洗濯・調理）を援助します。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間5,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-5848-7786 |
| ぽっかぽか(株) | ハウスキーパー | 24時間365日サービス対応。日常的な家事（お掃除、買い物、調理、洗濯など）をサポートします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 3,850円～（会員料金3,245円～） | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-5787-5975 |
| 合同会社ミントクリーンスタッフ | 女性スタッフ2名で安心です。ミントの家事おそうじです。 | 掃除・洗濯・調理・買い物など、日常の家事代行サービスです。掃除道具は用意します。家事サービスの経験豊富な女性スタッフ2名で訪問します。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 2名2時間16,500円（4回目以降24,200円）以後30分ごと5,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 0120-045-101 |
| （株）メディカルビジョン | 妊婦・子育てママの家事お手伝い「ほのぼのビジョン」 | 9:00～18:00 1回2時間から利用できます。家事のベテランである60歳以上の女性スタッフが日常一般的な家事（掃除・洗濯・料理など）をお手伝いいたします。定期サービス（隔週・毎週）を中心に行なっております。一度お試しの上、ご検討ください。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は行なっておりません。 | 利用者宅 | 1時間1,900円～　交通費別途 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-3261-4611 |
| 京王ほっとネットワーク（京王電鉄（株）） | 家事代行サービス | スタッフ1名1回2時間 日常のお掃除やお片付けなどの家事全般に関するお困り事を様ーなメニューでサポートします。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | お試し8,000円スポット13,200円 定期10,820円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 0120-84-5410 |
| おそうじ本舗杉並成田店 | 家事援助 | 9：00～16：00 ご利用者のご希望に合わせて、お掃除・お洗濯・お料理などのサポートを行います。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間5,500円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 070-1480-2421 |
| 合同会社ＹＫ企画 | アイル家事代行サービスによる家事援助 | 9：00～17：00 掃除・洗濯・調理等、日常の家事全般をサポートします。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 2時間6,000円（消費税・交通費込）　延長30分1,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-6823-4746 |
| 株式会社ピナイ・インターナショナル | ピナイ家事代行サービス | 9：00～20：00 フィリピン人スタッフによる家事代行サービスです。調理・洗濯・掃除等、日常の家事全般の援助をいたします。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 3時間15,840円（交通費込） | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-6421-1777 |
| 株式会社ＰＥＴＩＴ ＭＯＮＳＩＥＵＲ（プチムッシュ） | 育児ねっと・家事代行 | 9：00～22：00 調理・掃除・炊事・洗濯など、日常的な家事を代行します。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間2,200円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | info@petit-monsieur.co.jp |
| 株式会社ｕｎ. | クレ家事代行（掃除・片付け・調理・洗濯） | 9：00～17：00 お母さんに寄り添い、日常的な家事（調理・掃除・片付け・洗濯）をサポートいたします。利用は2時間～ エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 初回2時間5,500円 2回目以降1時間4,150円～ | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-6555-5013 |
| おそうじ本舗高円寺駅北店 | おそうじ本舗の家事援助サービス | お客様のご希望にあわせて、日常のお掃除や家事全般を様々なメニューでお手伝いします。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 1時間5,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 0120-543-105 |
| おそうじ本舗 新井薬師店（旧 阿佐谷南店） | 家事援助 | ご利用者の希望に合わせ、掃除・洗濯・料理等のサポートを行います。 | 利用者宅 | 1時間4,400円訪問費990円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 080-0888-2014 |

## 家事援助

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 家事代行メルシーハンズ | 家事代行サービス | 9：00～17：30 おそうじ・お片付け・お洗濯・お料理等の一般的な家事をお客様宅に訪問して行うサービスです。お客様のご要望に対応いたします。ご利用は2時間～、初回以降の毎月の定期利用時は、利用回数による割引料金設定あり。エアコンクリーニング等の日常的ではない清掃は応援券対象外です。 | 利用者宅 | 初回2時間3,850円。スポット料金1時間4,950円。初回以降の毎月の定期利用時は利用回数による割引料金設定あり。 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 0120-155-057 |
| ミニメイド・サービス株式会社 | 家事代行サービス | 9：00～17：00 ご利用者の希望に合わせ、掃除・洗濯・料理等のサポートを行います。 | 利用者宅 | 2時間11,418円～ (交通費990円込) | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 0120-339-332 |
| kurashi harebare | 整理収納アドバイザーが訪問する家事支援 | ご自宅に訪問し、掃除・洗濯・調理などを行います。 | 利用者宅 | 1時間4,800円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 070-8980-1267 |

## 国家資格者による子育て相談

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 世尊院幼稚園 | 世尊院幼稚園　発達教育相談室ぽるか | 月～土（木を除く）午前 子育てに関する相談や発達障害など支援が必要な場合、個別に指導します。 | 阿佐谷北 | 1回5,000円 | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-3338-6368 |
| 助産師　えん | 子育て＆出産・育児、家族サポート相談 | 初回90分 2回目以降60分 妊婦～就学前のお子さんをお持ちのご家族をサポートします。専門相談から、ねんねトレーニング、離乳食などの相談まで、保育士・調理師資格を持った助産師がお受けします。 | 井草,中野区 | 初回11,000円（2回目以降7,000円～） | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 080-4118-3951 |
| エスクール　高岡能力開発研究所 | 発達障がいのあるお子さんのためのステップアップ | 全2回40分 障がい児ということで世間から孤立しないように、また育てにくいという不安を解消し、子どもの成長を見守る心のゆとりを持つ方法などをお話しします。生後6か月～のお子さんがいる親御さんから参加できます。 | 永福 | 2回4,400円 | 生後6か月～就学前の子どもの親 | 不可 | 03-6304-3077 |
| 学校法人野上学園 久我山幼稚園 | 子育て相談 | 0～2歳児のお子さんがいる親御さんを対象にした週1回60分のサービスです。臨床心理士資格を持った幼稚園顧問教諭による子育て相談です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 1回1,000円 | 0～2歳児の子どもの親 | 可 | 03-3333-7777 |
| 学校法人アルウィン学園 こどもの木かげ 玉成幼稚園 | コミュニティーラボ　にこにこのたね　ぽると（子育て相談） | 子どもの発育や情緒的な問題・栄養についての相談など育児に関する全般的な相談を専任職員が助言します。 | 松庵 | 1回1,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3332-5973 |
| 織田　涼子 | Ｈａｐｐｙ　Ｓｍｉｌｅ育児相談 | 1回60分 専門職と子育て経験を活かした子育てお母さんが、育児のポイントやコツの相談を受けます。 | 成田東 | 60分10,000円～ | 就学前の子どもの親 | 可 | 090-9268-4650 |
| ゆりかごケア | 赤ちゃんの発達育児相談 | 0～1歳の子育て全般のお悩みに、保育士がお答えします。 | 松ノ木 | 1回5,500円 | 就学前の子どもの親 | 可 | yoyaku@yurikagocare.net |
| (ＮＰＯ)日本ポーテージ協会 | 発達の遅れや偏りのある乳幼児のポーテージプログラムによる発達相談 | 1回60分の発達に遅れや偏りのある乳幼児を育てる親御さんを対象としたサービスです。「ポーテージ早期教育プログラム」に基づく発達相談を行い、お子さんの発達を支援します。 | 和田 | 1回5,000円（2回目以降4,000円） | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3313-4822 |
| ゆりかごケア | （オンライン）赤ちゃんの発達育児相談 | 0～1歳の子育て全般のお悩みに、オンラインにて保育士がお答えします。 | 利用者宅 | 1回5,500円 | 就学前の子どもの親 | 可 | yoyaku@yurikagocare.net |

## 子育て中の親へのカウンセリング

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| かきのき教育支援室コンプリオ | Ｈａｐｐｙ子育て相談・カウンセリング | 1回40分 子どもの感情や思考の本質的な理解を通し、より安心した親子関係を構築しながら、お子さまへの対応や、家庭内・地域社会での様々な悩みをサポートします。 | 井草 | 1回5,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-6915-0203 |
| こけこ相談室 | 乳幼児ママのイライラ・不安を減らすメンタルカウンセリング | 1回50分 元子育てひろば職員で有資格者のカウンセラーが、ママのイライラや不安を優しく傾聴しながら解決策を一緒に考えます。お子さまの同伴も可能です。 | 和泉,地域不特定 | 1回5,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | kokeko.soudan@gmail.com |
| あそびらぼ　道生庵 | 育児相談 | 子育てに関する日頃のお悩みや不安を聞かせてください。一緒に考えてみませんか？ | 今川 | 1回2,000円～ | 就学前の子どもの親 | 可 | hihasegawa12@gmail.com |
| （ＮＰＯ）日本家族カウンセリング協会 | 子育てをサポートする家族支援室 | 子育てをめぐる悩み事を家族カウンセリングの専門家が相談に応じます。子どもと一緒に参加もできます。 | 荻窪 | 1回11,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-6383-5731 |

## 子育て中の親へのカウンセリング

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 東京医療心理カウンセリングセンター | 産後うつ・育児ノイローゼ・子育て不安の予防と相談 | 1回30分 産後うつ・育児ノイローゼ・子育て不安など、有資格者のカウンセラーが相談に応じます。 | 荻窪 | 1回5,000円 | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-3398-1733 |
| （株）アルダーインターナショナル | 育児相談 | 1回60分 個別にお子さんの発達・子育て相談と保護者へのカウンセリングを、公認心理士・臨床発達心理士が実施します。 | 久我山 | 1回5,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 070-2616-0720 |
| ＡＰＣＯＮＣＥＰＴ | 臨床心理士による子育てカウンセリング | 9：00～18：00内で1回30分又は50分 臨床心理士・公認心理師が、産前産後の子育ての不安やストレスの相談に応じます。多文化や英語での相談もできます。不定休です。 | 下井草 | 30分5,500円、50分8,800円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 070-6635-1515 |
| 東京女子大学心理臨床センター | 子育て相談 | 1回50分 親のカウンセリングと子どもの遊び療法をとおした発達相談・支援です。（お子さんと一緒にいらしてください） | 善福寺 | 1回3,500円 | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-5382-6315 |
| マザー・サポート・ネットワーク | 子育てママのためのカウンセリング | 1回60分 育児不安、負担感、夫との関係、仕事と育児の両立の不安など、お母さんが直面する子育ての悩みや不安の相談に応じます。 | 南荻窪 | 1時間6,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-3332-7217 |
| （有）遠藤嗜癖問題相談室 | 子育て中の方のカウンセリング及び心理相談 | 精神保健分野の経験豊かな公認心理師、精神保健福祉士がカウンセリング・親支援を行っています。子育て・家族関係問題・DV・依存症や摂食障害など、メンタルヘルスを専門としています。 | 渋谷区 | 初回1時間13,200円（2回目以降45分9,900円～） | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-5458-1985 |
| KIPP渋谷心理オフィス | 子育てを支えるカウンセリング | 臨床心理士、公認心理師による子育ての不安に向き合うためのカウンセリング（英語可）です。聴覚障害を持つお子さんと親御さんのコミュニケーション支援も行います。お子さんの同伴も可能です。 | 渋谷区 | 1回 個別30 分5,000円／45分7,000円／グループ75分5,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-6712-7590 |
| ㈱ ニチエー | ほっこり相談室（育児・家族関係） | 1回45分または90分 お子さんの発達、子育て、家族関係などの悩みについて、保育士・幼稚園教諭の経歴を持つ専門のメンタルケアカウンセラーが相談に応じます。 | 世田谷区 | 1回45分5,000円 90分8,800円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-5434-7681 |
| （ＮＰＯ）ウイッシュ・プロジェクト | 子育て中のさまざまな問題への心理カウンセリング | 1回60分 育児不安・負担感、仕事と育児の両立の不安など、子育てに関する悩みを抱える方へ、個別カウンセリングや家族療法を行います。 | 武蔵野市 | 1回6,600円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 0422-90-2516 |
| （有）遠藤嗜癖問題相談室 | （オンライン）子育て中の方のカウンセリング及び心理相談 | ZOOM等を用いて、精神保健分野の経験豊かな公認心理師、精神保健福祉士がカウンセリング・親支援を行っています。子育て・家族関係問題・DV・依存症や摂食障害など、メンタルヘルスを専門としています。 | 利用者宅 | 初回1時間13,200円（2回目以降45分9,900円～） | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-5458-1985 |
| （株）アルダーインターナショナル | （オンライン）育児相談 | 1回60分 個別にお子さんの発達・子育て相談と保護者へのカウンセリングを、公認心理士・臨床発達心理士が実施します。 | 利用者宅 | 1回5,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 070-2616-0720 |
| （ＮＰＯ）ウイッシュ・プロジェクト | （オンライン）子育て中のさまざまな問題への心理カウンセリング | 1回60分 オンラインにて、育児不安・負担感、仕事と育児の両立の不安など、子育てに関する悩みを抱える方へ、個別カウンセリングや家族療法を行います。 | 利用者宅 | 1回6,600円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 0422-90-2516 |
| くみえ訪問助産師 | （オンライン）公認心理師によるメンタルコーチング | 1回50分 公認心理師の資格を持つ助産師によるカウンセリング。ＺＯＯＭによる個人面談です。親子関係・夫婦関係・子育てに悩んでいる方が、不安・焦り・孤独感などの気持ちを解放していくためのカウンセリングです。 | 利用者宅 | 1回11,000円 | 産後1年程度までの母親、妊婦 | 可 | 090-4926-4579 |
| KIPP渋谷心理オフィス | （オンライン）子育てを支えるカウンセリング | 親になること、お子さんのこと、子育てのことで相談できるオンラインでのカウンセリングを行っています。 | 利用者宅 | 1回30分5,000円／45分7,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-6712-7590 |
| 寝かしつけ相談所 | （オンライン）0～5歳の夜泣き・寝かしつけ相談 | 夜泣き・寝かしつけやお昼寝など、ねんねでお困りのことを専門家が具体的にアドバイスします。 | 利用者宅 | 1回11,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | info@nekashituke.com |

## 子育て基本講座・講演会

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 佐々木　美香 | 妊娠中から始める育児力アップ講座 | 月1～4回 1回60分 助産師が赤ちゃんの育児の基本「抱っこ、寝んね、おっぱい、お風呂」から育児を楽にするコツをお伝えします。参加者同士の情報交換の時間もあります。お子さんの同伴も可能です。 | 阿佐谷北 | 1回60分3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | happy@chichiso-dan.com |
| 助産師　えん | 妊娠・出産・育児・子育てサポート基本講座 ご縁クラス | 月1～2回 90分 妊娠・出産・育児・子育てなどの様々なテーマで、子育てのポイントをお伝えします。 お子さんの同伴も可能です。 | 井草,中野区 | 1回3,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 080-4118-3951 |

## 子育て基本講座・講演会

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 内田　綾子 | 妊娠・育児をサポート　子育て講座 | 月2～3回 1回90分 抱っこやおんぶ、授乳や離乳食、防災や赤ちゃんの発育など、妊娠・出産・産後の生活や育児が楽しくなるような講座を参加者といっしょに行います。 | 和泉 | 1回3,000円 | 産後1年程度の親、妊婦 | 可 | 090-4206-4133 |
| (有)オマタ・エステート | こんにちは赤ちゃん講座 | 月1～2回 1回120分 助産師・保育士・臨床心理士による子育て講座です。様々なテーマで育児と上手に向き合うコツをお話しします。お子さんの同伴も可能です。 | 上荻 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-5303-7299 |
| たらちね助産院 | 妊婦・乳幼児の親に役立つ子育て講座 | 出産と育児など乳幼児の親に役立つ子育て講座を行います。 | 高井戸東 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-3331-5606 |
| たらちね助産院 | チャイルドケア | 1回90分 お子さんとお母さんが健やかな生活を維持するための身体ケアをご紹介します。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東 | 1回3,500円（2回目以降2,500円） | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3331-5606 |
| 立石　由香麗 | 赤ちゃん講座 | 1回120分 13：00～15：00 赤ちゃんを育てる上で知っておきたいことを助産師がお話しします。お家でできるケアの仕方など実践付きでお話しいたします。 | 高井戸東 | 1回3,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | 080-5083-4475 |
| くがやま助産院 | 知って納得！！　子育て講座 | 月1回 1回120分 助産師・保育士・理学療法士・医師などによる子育て講座です。子育てを楽しむためのヒントをお伝えします。 | 西荻南,久我山 | 1回2,000分 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 080-4507-1040 |
| （ＮＰＯ）ゆるゆるｍａ～ｍａ | はっぴー子育て講座 | 月1～2回 10：00～12：00 妊婦、1歳までの子どもの親を対象に、赤ちゃんの成長やケアなど毎回違ったテーマで講師がお話しし、お母さんを応援します。参加者同士の情報交換にもお役立ちします。お子さんと一緒に参加もできます。 | 和田,下井草 | 1回1,000円 | 1歳までの子どもの親、妊婦 | 可 | 090-6129-3631 |
| ひだまりクリニック | ひだまりクラス | 月1回120分 小児科医による、産後の母親学級です。おしゃべり会形式で行います。 | 和田 | 1回1,000～2,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-3315-0217 |
| ひだまりクリニック | 妊娠中の親学級 | 1回60分 小児科医による妊娠中の親のための学級です。両親での参加も可能です。 | 和田 | 1回1,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-3315-0217 |
| しらさぎふれあい助産院 | 抱っことおんぶの練習会 | 月2回90分 体に負担の少ない、赤ちゃんも安心して落ち着いてくれる抱っこ・おんぶの方法を練習します。パパとのペア参加が可能な日もございます。（スリングや兵児帯使用） | 中野区 | 1回3,500円 | 妊娠中～ハイハイ前までの子どもと親 | 不可 | 03-3339-5356 |
| 佐々木　美香 | （オンライン）妊娠中から始める育児力アップ講座 | 月1回 助産師が妊娠中の生活、出産後の育児「抱っこ、寝んね、おっぱい、お風呂」などの育児の基本から楽にするコツまでお教えします。 | 利用者宅 | 1回60分3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | happy@chichiso-dan.com |
| 東京衛生アドベンチスト病院 健康教育科 | （オンライン）子育て学級・乳児クラス | 月1回 1回60分 乳児クラスの子育て講座です(母乳・混合・ミルク育児、卒乳、予防接種、離乳食、1歳までの発育・発達、歯みがきの仕方など)についての基本的な内容をお話しします。 | 利用者宅 | 1回1,500円 | 生後0か月～1歳の子どもの親 | 不可 | 03-3392-6151 |
| 東京衛生アドベンチスト病院 健康教育科 | （オンライン）子育て学級・幼児クラス | 年2回 1回60分 幼児クラスの子育て講座です。乳幼児や妊娠中のお口の健康について基本的な内容をお話しします。乳幼児の歯磨きデモンストレーションやQ＆Aも実施します。 | 利用者宅 | 1回1,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 不可 | 03-3392-6151 |

## ベビーふれあい講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (福）八成グループ ひととき保育八成 | ベビーヨガやからだ遊び | 月1回 親子で楽しくからだを動かして、育児疲れのお母さんの心も体もほぐします。 | 井草 | 1,000円 | 0歳～1歳の子どもの親 | 不可 | 03-6915-0233 |
| 恒川　由紀 | ベビー・キッズマッサージ講座 | 全4回を通してマッサージのやり方を確実に習得します。生後1か月のお子さんから一緒に参加できます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 4回14,000円 | 生後1か月～就学前の子どもの親 | 可 | 080-3470-0394 |
| 恒川　由紀 | パパのためのベビー・キッズマッサージ講座 | 生後1か月のお子さんから一緒に参加できるパパを中心としたベビーふれあい講座です。マッサージ法を通じて、お子さんとの接し方を学びます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回4,400円 | 生後1か月～就学前の子どもの親 | 可 | 080-3470-0394 |
| ヨガBeyond　荻窪駅前教室 | ベビーマッサージ＋ベビーヨガ | 1回30分 ママの手のぬくもりと愛情を感じ取れる、親子の絆が深まるベビーマッサージの講座です。関節や筋肉を整えるベビーヨガ付きです。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1回1,000円 | 0～1歳くらいまでの子どもの親 | 可 | 03-4405-4512 |
| Ｒｉｔｏｍｉｃｏ 幼児音楽教室 | 赤ちゃんとのきずなを深めママの心もほぐれるベビーマッサージ | 1回午前90分。ママと赤ちゃんがリラックスできる時間を提供します。親子の触れ合いを通じて、赤ちゃんの健やかな成長とより良い睡眠を促進します。 | 上荻 | 1回3,300円 | 生後2か月～1歳の子どもの親 | 可 | 03-5335-9805 |

## ベビーふれあい講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | |
| ＷａＷａＰＡＲＫ | パパ＆ママのベビーマッサージ＆ボールヨガ | 1 回60～90 分 オイルを使ったベビーマッサージとバランスボールを使ったストレッチを行います。 | 上高井戸,高井戸東 | 1回2,000円 | 生後1か月～2歳の子どもの親 | 可 | 090-2719-9710 |
| ベビーマッサージ「Ｒｉｏｎ’Ｒｏｏｍ～りおんの部屋」 | サイン | 全3回 絵本やお歌でサインを覚えましょう。 | 久我山,高井戸東 | 3回12,000円 | 生後4か月～お話をはじめる前の子どもの親 | 可 | 090-3537-2665 |
| ベビーマッサージ「Ｒｉｏｎ’Ｒｏｏｍ～りおんの部屋」 | ベビーキッズマッサージ | 温かい手でぬくもりと安心感を与えてあげましょう。 | 久我山,高井戸東,世田谷区 | 1回3,000円／1クール6回18,000円 | 生後２か月～就学前の子どもの親 | 可 | 090-3537-2665 |
| てぃだてぃだ | ベビーマッサージ | 1回90分 オイルを使って赤ちゃんをマッサージします。マッサージの後は産後のセルフケアや交流会の時間があります。 | 久我山 | 初回2,500円（2回目以降2,000円） | 生後2か月～1歳の子どもと親 | 可 | 090-8558-1066 |
| HanariyaYoga | ベビーヨガ | 1回60分 ベビーの睡眠や反り返り、向き癖、体調管理、発達のお手伝いに役立つベビーヨガ。手遊びや、ママとベビーにやさしい抱っこ方法も。開催日時等、詳細はHPでご確認ください。 | 高円寺北,三鷹市 | 1回1,500円 | 生後2か月～1歳くらいまでの子どもの親 | 可 | hanariya@hanariya.com |
| Aromam＆Babe子育て応援団 | ベビー＆キッズマッサージパーティ（出張含） | 午前 あったかな肌で触れ合うことで心も体もほっこりゆるむベビーマッサージです。 | 高円寺南 | 1回4,200円 | 生後2か月～就学前の子どもの親 | 可 | 090-1808-4615 |
| 和 | ベビーマッサージ | 1クール3回 金曜午前60分 肌と肌を触れ合わせコミュニケーションを楽しみましょう。体験もあります。 | 高円寺南 | 1クール6,000円 | 首すわり～1歳の子どもの親 | 可 | 090-7964-4396 |
| 和 | ベビーヨガ | 木曜午前60分 ママとベビーで一緒にヨガを行い、心と身体を整えます。ママ同士の交流も図ります。 | 高円寺南 | 1回1,500円 | 首すわり～2歳の子どもの親 | 可 | 090-7964-4396 |
| 赤ちゃんとママのお教室あんず | ベビーマッサージのお教室 | 平日午前 月1回 親子の幸せな時間を作るベビーマッサージです。 | 下井草 | 1回3,000円 | 生後2か月～就学前の子どもの親 | 可 | rta.anzubaby@gmail.com |
| 赤ちゃんとママのお教室あんず | 赤ちゃんサインのお教室 | 平日午前 月1回 おしゃべり前の赤ちゃんと心をつなぐサインレッスンです。 | 下井草 | 1回3,000円 | 生後2か月～就学前の子どもの親 | 可 | rta.anzubaby@gmail.com |
| 赤ちゃんとママのお教室あんず | ベビースキンケア教室 | 平日午前 月1回 赤ちゃんのお肌を守るスキンケアも親子の楽しい時間に。 | 下井草 | 1回2,500円 | 生後2か月～就学前の子どもの親 | 可 | rta.anzubaby@gmail.com |
| poka poka Heart & Body | 親子でふれあいベビー・キッズマッサージ&ヨガレッチ | 月2～4回 90分 ベビーマッサージの方法と効果やふれあいの大切さをお伝えします。レッスン後の親同士の交流時間では情報交換などの場を設けます。 | 下井草,成田東 | 1回1,500円 | 生後3か月～就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 090-7272-2048 |
| toy☆bear | ママも楽しめる親子のベビーマッサージ | 月3～4回午前 1回90分 お子さまと触れ合い、健やかな身体の成長の土台を育むベビーマッサージの効果をお伝えします。歌を歌いながら楽しく親子の癒しの時間を提供します。 | 下井草,練馬区 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | toy-bear-toy@yahoo.co.jp |
| chocotto | 親子で心を育むコミュニケーションのお教室 | 第1･3 月曜　第2 金曜 10：00～11：30　親子でふれあうベビーマッサージと、おしゃべり前の赤ちゃんとママが伝え合えるファーストサインのお教室です。 | 下高井戸 | 1回2,500円～ | 生後1か月～2歳の子どもの親、妊婦 | 可 | nanasano@ymail.ne.jp |
| ハナハウス | 英語でベビーサイン！ | 全8回 0歳から米国手話を生活に取入れる事で言葉を話す前の赤ちゃんとの会話を可能にし英語にも親しんでいきます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵 | 1クール 8回25,000円 | 生後6か月～2歳の子どもの親 | 不可 | 03-6750-8677 |
| Baby Salon はぴねっこ | ベビーマッサージ | 月3回 午前 1回90分 ママの手で赤ちゃんの全身を優しくマッサージします。これからの成長や発達に大切な、心と身体の土台を育みます。 | 善福寺 | 1回3,000円 | 生後1か月～2歳の子どもの親、妊婦 | 可 | hapinekko@gmail.com |
| ベビーマッサージ教室ｍａｒｉｎａ | ベビーマッサージ教室marina | 自宅教室：月3回 1回90分 カフェレッスン：1回60分 お母さんの優しい手のひらで赤ちゃんの全身をマッサージし、親子の絆と心・身体の土台を育みます。 | 高井戸西,世田谷区 | 1回2,000円～ | 生後1か月～2歳の子どもの親 | 可 | baby.salon0101@gmail.com |
| たらちね助産院 | ペアレンツクラス | 生後2か月～の1歳までのお子さんとご一緒に、スキン・トゥ・スキンの触れ合いで赤ちゃんの成長を育みましょう。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東 | 1回3,000円（2回目以降2,500円） | 生後2か月～１歳までの子どもの親 | 可 | 03-3331-5606 |
| たらちね助産院 | ベビーマッサージ | 生後2か月～7か月までのお子さんを対象にベビーマッサージを行っています。オンラインサービスもあります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東 | 1回3,000円（2回目以降2,500円）　オンラインサービス：1回5,000円（2回目以降2,500円） | 生後2～7か月までの子どもの親 | 可 | 03-3331-5606 |

## ベビーふれあい講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| こどもと楽しむワークショップ「ママフォト」 | 赤ちゃんサイン教室（出張含む） | 月2回 0～2歳のお子さんがいる親御さんを対象にした全2回の日本手話をベースとしたサイン教室です。グーとパーで赤ちゃんとおしゃべりしてみませんか？ | 高井戸東,上高井戸,世田谷区 | 2回5,000円（大人追加1,000円） | 0～2歳の子どもの親 | 可 | 070-5570-3836 |
| こどもと楽しむワークショップ「ママフォト」 | ファミリータッチング（出張含む） | 月1回45分 未就学のお子さんがいる親御さんを対象にしたサービスです。ファミリータッチング（スキンシップ遊び）によって親子の絆を深めます。月齢・年齢に合わせたプログラムがあります。 | 高井戸東,上高井戸,世田谷区 | 1回3,500円（2回目以降2,000円） | 就学前の子どもの親 | 可 | 070-5570-3836 |
| 親子教室ママンジュ | 1回完結！ベビーマッサージ教室 | 月1～2回 1回80分 オイルを使用した本格ベビーマッサージを行います。1回完結だからお家ですぐ始められ、親子の絆を深めます。ふれあい遊びの時間もあります。 | 高井戸東 | 1組3,500円 | 生後2か月～2歳の子どもの親、妊婦 | 可 | mamanpge@gmail.com |
| りんたん | ベビーマッサージ教室 | 平日60分 ママと赤ちゃんのふれあいやコミュニケーションを楽しみ、幸せな時間を過ごしましょう。開催日はHPでご確認ください。 | 成田西 | 1回3,000円 体験2,000円 | 0～1歳の子どもと親 | 可 | 090-2303-1915 |
| ３Ｒｉｓｅ Ｇａｒｄｅｎ | プレママレッスン＆ベビーマッサージ | 週2回～ 60分 親と子のふれ合いで絆づくり。ベビーマッサージや赤ちゃんとの遊び方・寝かしつけのコツ・育児に役立つ情報をお伝えします。 | 成田西 | 1回3,000円 3回９,000円 5回14,500円 | 生後2か月～就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-6304-3444 |
| 織田　涼子 | ママと赤ちゃんのふれあい講座 | 平日60分 植物性100%オイルを用いて、親子の愛情形成、絆を深めていきます。赤ちゃんのサインの見分け方などのコツもお伝えします。 | 成田東 | 1回3,500円（オイル代込） | 生後0か月～1歳くらいまでの子どもの親 | 可 | 090-9268-4650 |
| ベビーマッサージ macaron | 親子で楽しむベビーマッサージ | 1回約2時間、平日10：00～、14：00～、初めての方向けにゆっくりとベビーマッサージをレクチャーします。お子さまと笑顔でふれあう時間を提供いたします。 | 成田東 | 1回3,000円 | 生後1ヵ月～2歳の子どもの親 | 可 | pechemaki@gmail.com |
| Refine | インファントマッサージ（ベビーマッサージ） | 1クール5回 月1回 1回90分 生後2か月～ハイハイ手前程度のお子さんの親を対象に行うインファントマッサージ教室です。親子の絆を深めます。5回で1コースなので、ゆっくり楽しく体験できます。 | 西荻北 | 1クール15,000円 | 生後2か月～ハイハイ手前程度の子どもの親 | 可 | refine.kaoris@gmail.com |
| スタジオミルク | 親子の心とカラダを育むベビーマッサージ | 毎月 第3火曜・木曜　10：30～11：30 子どもの心身を健やかに育てるベビーマッサージを通して、親同士の交流を図り、親自身の心身の健康も守っていきます。 | 西荻南 | 1回3,000円 | 産後1年程度までの母親 | 可 | info@studio-milk.jp |
| いずみ子育ての会 | 親子でふれあいベビーマッサージ | 月2回 1回60分 スキンシップ、手遊び歌を楽しみながら親子の絆を深めていきます。土・日はお父さんも参加できます。 | 方南,和泉 | 1回2,500円 | 生後2か月～1歳までの子どもの親 | 可 | izumi.childrearing@gmail.com |
| Ｍｅ ａｎｄ Ｙｏｕ Ｅｎｇｌｉｓｈ Ｃｌｕｂ | 親子でふれあいおててサイン | 月1回午前60分 絵本や歌に親しみながら、おててサインで楽しく親子のコミュニケーションをとる方法を学びます。体験があります。 | 松ノ木 | 1回2,000円 | 生後3か月～2歳の子どもと親 | 可 | meandyoueng@gmail.com |
| どんぐり鍼灸室 | 東洋医学のベビーマッサージ教室 | 親子のふれあいの中で心身の成長を促すオイルなしのマッサージと運動を行います。親子同士の交流を深め、育児の情報交換をしましょう。 | 宮前 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 090-3349-7095 |
| どんぐり鍼灸室 | 親子ふれあい教室 | 親子でふれあいながら小児はりを基にしたスキンタッチを行います。向き癖やハイハイしない、抱きにくいなど困り事の相談も受けます。 | 宮前 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 090-3349-7095 |
| (株)ムーヴ・オン babysmile | ベビーサイン | 全6回のベビーサイン講座です。音楽や工作を使って、お手手でするコミュニケーションを学びます。応援券対象外費用（初回のみ教材費）があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 渋谷区 | 1クール6回 19,800円 | 生後6か月～1歳半程度の子どもと親 | 可 | 03-5944-0341 |
| （ＮＰＯ）子育て支援グループ amigo | ベビーマッサージ（松原） | 1クール3回 火曜 午後 生後2か月～7か月くらいのお子さんとお母さんを対象にベビーマッサージを行います。オイルマッサージ、タッチングケアを通じて母子の結びつきを育みます。 | 世田谷区 | 1クール9,000円 | 生後2～7か月までの子どもの親 | 可 | 03-3328-4411 |
| しらさぎふれあい助産院 | ベビーマッサージ | 月2回 1回90分 楽しく歌いながら、にこにこにっこりベビーマッサージを行います。 | 中野区 | 1回3,500円 | 妊娠中～ハイハイ前までの子どもと親 | 不可 | 03-3339-5356 |
| ママと赤ちゃんのための教室「Sweet Maman」 | はじめてのベビーサイン教室 | 月に1回 全６～12回のベビーサインの教室です。おしゃべりが上手にできない赤ちゃんと、歌や手遊び・絵本などを使って遊びながら楽しくサインを学びます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 中野区 | 1回3,700円 | 生後6か月～1歳半くらいまでの子どもの親 | 可 | 090-7170-7197 |
| きらきらバース | ベビーマッサージ教室 | 10:00～11:30 各90分 赤ちゃんの心と体の発達を促し、ママの育児の自信やゆとりをもたらすベビーマッサージを行います。 | 三鷹市 | 1回3,000円 | 生後2か月～3歳の子どもと親 | 可 | 0422-26-7179 |
| （ＮＰＯ）プレシャスネット | 親子でダンス | ダンスや歌で親子のふれあいを楽しみます。 | 武蔵野市 | 1回1,500円～ | 0歳～2歳の子どもと親 | 可 | 070-6948-0874 |
| （ＮＰＯ）プレシャスネット | ベビーマッサージ | 交流タイムでお互いの育児の話をし、リフレッシュもできます。 | 武蔵野市 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 070-6948-0874 |

## ベビーふれあい講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ハナハウス | （オンライン）英語でベビーサイン | 全8回午前40分 赤ちゃんの気持ち・欲求を知り、乳幼児の発達・心の中を正しく理解することができ、親子のコミュニケーションを豊かなものにしてくれます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1クール 8回 25,000円 | 生後3か月～2歳の子どもの親 | 不可 | 03-6750-8677 |
| ベビーマッサージ「Ｒｉｏｎ’Ｒｏｏｍ～りおんの部屋」 | （オンライン）ベビーキッズマッサージ | 1回90分 オンライン（zoom）を利用して、ベビーキッズマッサージをします。手技をお伝えしながら、スキンシップをとる楽しさのコツもお伝えします。 | 利用者宅 | 1回2,500円 | 0～3歳の子どもと親 | 可 | 090-3537-2665 |

## 乳幼児・妊婦のための食育講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 助産師　えん | 親と子&家族のための食育講座 | 助産師の資格を持つ調理師による食育講座（妊娠中から未就学期）です。お子さんと一緒に参加できます。 | 井草,中野区 | 1回3,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 080-4118-3951 |
| 株式会社サンテ東京 | 元気な子供に育てる妊娠期～未就学児の親のための食育講座 | 週1回120分 午前　管理栄養士による食育講座です。妊娠期、授乳期のお食事とお子さんに与える影響やお子さんの性質と栄養の問題など、毎回テーマを変え、参加者同士の交流も深めながら、元気な子どもに育つ食事のコツなどを伝えます。無料託児あります。 | 高円寺南 | 1回2,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-6383-2533 |
| 学校法人アルウィン学園　こどもの木かげ玉成幼稚園 | 講座「あつまれぽるた」Ⅳ保育園の人気レシピを作ってみよう | 保育園栄養士による幼児食講座です。子どもの食事についての問題点を解決します。 | 松庵 | 1回500円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3332-5973 |
| （ＮＰＯ）ゆるゆるｍａ～ｍａ | もぐもぐパックン～離乳食講座～ | 月1回 平日10時～ 120分 1歳くらいまでのお子さんの親を対象に、離乳食初期～後期に対応した離乳食作りのデモンストレーション＆試食のお話会です。応用やアレルギー食にも対応します。お子さんと一緒に参加もできます。 | 和田,下井草 | 1回2,200円 | 1歳までの子どもの親 | 可 | 090-6129-3631 |
| むさしの保育園 | ぴよぴよ　食育講座 | 年2回 子どもの食のすすめ方や作り方、乳幼児の口腔内の発達などのお話や、実習と試食を行います。（お子さんの同伴も可能です） | 和田 | 1回500円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3383-1589 |

## その他子育てサポート講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 心と身体のメンテナンスＲｅｓｅｔ＆Ｓｔａｒｔ | 子育てに役立つ！ママとプレママのための初めてコーチング | 第3火曜 10：00～11：00 子育てのNGワードや自分の心の状態を学び、根っこの強い子どもを育てるコミュニケーション講座です。 | 阿佐谷北 | 1回2,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 090-7216-3156 |
| 公益社団法人 スコーレ家庭教育振興協会 | スコーレ家庭教育セミナー | 月1～2回午前 就学前のお子さんの親を対象に、毎回違うテーマで講師が体験を交えて子どもとの関わり方のポイントをお話しします。こんな時どうすればいいの？といった質問に具体的にお答えし、楽しい子育てを応援します。情報交換もできます。 | 和泉,永福 | 1回500円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 080-1188-0244 |
| ヨガまる | マタニティーからはじめる親そだち講座 | 全4回75～90分 安心して出産を迎え、産後もスムーズに子育てを楽しむための準備講座です。 | 梅里 | 4回10,000円 | 産後1年程度までの母親、妊婦（20週以降） | 不可 | 080-1162-9548 |
| 高田綾子建築設計 | 赤ちゃんと楽しく暮らそう！ママとベビーの子育て空間講座 | 赤ちゃんの空間を整えてのびのび子育てをするためにどんな配慮が必要か、おうちに潜む危険箇所・収納や暮らしの工夫を3児の母でもある一級建築士がアドバイスします。 | 久我山,荻窪,阿佐谷北 | 1回3,500円 | 就学前の子どもの親 | 可 | takadadesignoffice@gmail.com |
| ＡＰＣＯＮＣＥＰＴ | 子どもの心のサインを知る・寄り添うための講座 | 月1回 90分 言葉が未発達なお子さんの表現の読み取り方を、非言語表現を専門とする心理専門家の講師と体験を交えて学びます。 | 下井草 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 070-6635-1515 |
| 子育てサロン　にじいろじかん | ベビーマッサージ＆おうち性教育 | 月1回 90分 午前 ベビーマッサージでゆったりと親子の絆を深めながら。赤ちゃんのときからできる性教育のメソッドや絵本をお伝えします。交流タイムもあります。 | 松庵,今川 | 1回2,500円 | 生後1か月～1歳の子どもの親、妊婦 | 可 | nijiirojikan.baby@gmail.com |
| はり・きゅう・養生　たまご堂 | 親子スキンタッチ教室 | 1回60分 小児はりの考えをベースにしたスキンタッチ教室です。どのご家庭にもあるスプーンやドライヤーなどを使ってやり方を学びます。 | 善福寺 | 1回2,000円～3,500円 | 生後6か月～就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 090-9828-5955 |
| はり・きゅう・養生　たまご堂 | 季節の親子養生教室 | 1回90分 春夏秋冬それぞれの季節での身体の整え方として、養生の特色とポイントを分かりやすくお伝えします。 | 善福寺 | 1回2,000円～3,500円 | 生後6か月～就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 090-9828-5955 |
| (株)イー・カンパニー | 子育てパパ・ママのための家計講座 | 月2回午前90分 子供が生まれたら家計の見直しが必要！子育て中のライフプランの立て方・教育費の準備の仕方の講座を開催しています。お子さんの同伴も可能です。 | 成田西 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-6661-1955 |

## その他子育てサポート講座

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ３Ｒｉｓｅ　Ｇａｒｄｅｎ | 子どもの心とふれあい講座 | 週1回～ 90分 発達段階に合わせた子どもの心とふれあい方をお伝えし、子どものなぜ？や親の心をほぐすための講座です。お子さまと一緒に参加できます。 | 成田西 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-6304-3444 |
| ハピママlabo | 子育て中の家計の困った！を解決する講座 | 月1回60分 子どもを6人育てるママＦＰによる家計お助け講座です。どうやって教育資金を貯めたらよいかわからない、などの子育てママの経済的な悩みを解決する講座です。お子さんの同伴も可能です。 | 成田西,渋谷区 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 070-5494-1927 |
| Ｌａｒｉｍａｒ | 小さなお子さんのための自然療法 | 1回90分 アロマやハーブを使用してお母さん同士の悩みや子どもの成長を育むための講座です。 | 浜田山,高円寺南,方南 | 1回2,000円～ | 就学前の子どもの親 | 可 | 070-5554-9239 |
| 杉並こどもプロジェクト | 杉並の子育て講座（先輩親子の体験談付） | 月1回 第3木曜日 13：00～15：00 保育園・幼稚園の入園制度や、子どもの育ち・発達上気をつけるポイントをお話しします。 | 本天沼 | 1回3,000円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 090-2472-3519 |
| ゆりかごケア | 寝かしつけ講座 | 月1回90分 寝かしつけでへとへとのお母さん・お父さんに、赤ちゃんがリラックスできて大人も疲れにくい抱っこのしかたを教えます。同じ悩みを持つお母さん・お父さん同士で交流して、赤ちゃんの睡眠の謎を解き明かします。お子さんと一緒に参加してください。 | 松ノ木 | 1回4,400円 | 就学前の子どもの親 | 可 | yoyaku@yurikagocare.net |
| 足ゆび養生処 | 子育てパパママのための初めての足育講座 | 毎月第3土曜日 1回約90分 スライド資料と参加者の足や靴を題材にした実践を交えて、お子さまの足の成長と靴選びの大切さを学べるプログラムです。お子さまが飽きずに参加できるように随所に体験ワークを取り入れています。 | 渋谷区 | 1回3,300円 | 生後10か月～就学前の子どもと親 | 不可 | 03-5304-8436 |
| こどもの成長を護る杉並ネットワーク | 読み聞かせ講座とスクーリング | 絵本の選び方、『対話式』絵本の読み聞かせのノウハウ、絵本を用いた親子の交流や子どもの心を育てる方法などを皆さんと学びます。 | 地域不特定 | 1回1,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 03-6763-1697 |
| 心と身体のメンテナンスＲｅｓｅｔ＆Ｓｔａｒｔ | （オンライン）子育てに役立つ！ママとプレママのための初めてコーチング | 第2火曜 10：00～11：00 子育てのゴール、親の役割、自己肯定感を育てる関わり方、自分の心の状態を学び、根っこの強い子どもを育てるコミュニケーション講座です。 | 利用者宅 | 1回1,500円 | 就学前の子どもの親、妊婦 | 可 | 090-7216-3156 |

## 障害児の移送サービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （ＮＰＯ）杉並移送サービス | 障害児の移送サービス | 障害児の移送サービスをいたします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 2kmまで1,000円 以後1km毎に200円追加 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-6794-7000 |
| （ＮＰＯ）おでかけサービス杉並 | 障害児の移送サービス | 障害児の移送サービスをいたします。発地又は着地が杉並区であれば区外も可能です。応援券対象外費用(当日キャンセル料)があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 事業者にお問合せください。 | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-6425-8584 |
| 特定非営利活動法人一期の会 | 障害児の移送サービス | 障害児の移送サービスをいたします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 迎車料金：300円 乗降介助料：200円 初乗り1kmまで：200円 以降1km毎に170円加算 | 就学前の子どもの親 | 可 | 03-3311-9148 |
| 社会福祉法人　杉樹会 | 障害児の移送サービス | 障害児の移送サービスをいたします。応援券対象外費用（当日キャンセル料）があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 迎車料金：400円 乗降介助料：300円 初乗り1kmまで：300円 以降1km毎に200円加算 | 就学前の子どもの親 | 不可 | 03-5364-9302 |
| 特定非営利活動法人在宅ケア・セラビ | 障害児の移送サービス | 障害児の移送サービスをいたします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 迎車料金：300円 乗降介助料：200円 初乗り1kmまで：400円 以降1km毎に300円加算 軽介助料金：15分毎 300円 待機料金：15分毎 300円 | 就学前の子どもの親 | 可 | 080-4166-8334 |

## 子どもの口腔ケアの健康相談とフッ素塗布

●親を対象にした子どもの「歯の健康相談」と就学前の子どもを対象とした「フッ素塗布」を行います。
●子どもごとに年度内に１回のみ応援券が利用できます。
●診療日時や料金などの詳細については、歯科医院へお問い合わせください。

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| 三宅歯科医院 | 阿佐谷北 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3223-8215 |
| 横川歯科医院 | 阿佐谷北 | | 不可 | 03-3310-4625 |
| しのやま歯科医院 | 阿佐谷北 | | 不可 | 03-3330-8148 |
| 阿佐谷歯科医院 | 阿佐谷南 | | 不可 | 03-3391-9049 |
| 寺門歯科医院 | 天沼 | | 可 | 03-3391-1003 |
| たかはた歯科医院 | 天沼 | | 可 | 03-5397-1848 |
| 鎌田歯科医院 | 和泉 | | 可 | 03-3321-8020 |
| 藤村歯科医院 | 和泉 | | 不可 | 03-3322-0007 |
| さとう歯科医院 | 梅里 | | 可 | 03-5377-7970 |
| 岩﨑歯科クリニック | 永福 | | 可 | 03-3323-6367 |
| チアキデンタルクリニック | 永福 | | 可 | 03-5932-4618 |
| 中山矯正歯科 | 永福 | | 可 | 03-3303-0516 |
| 荻窪歯科診療所 | 荻窪 | | 不可 | 03-3391-1843 |
| にしざわ歯科 | 荻窪 | | 可 | 03-3398-2366 |
| デンタルオフィス宮村 | 荻窪 | | 不可 | 03-5347-3933 |
| 荻窪あかり歯科 | 荻窪 | | 可 | 03-6326-4103 |
| 山根歯科医院 | 上井草 | | 可 | 03-3395-6441 |
| 井荻歯科医院 | 上井草 | | 不可 | 03-3397-3344 |
| 稲見歯科医院 | 上井草 | | 不可 | 03-3390-1171 |
| 山崎歯科 | 上荻 | | 可 | 03-3396-0333 |
| やまぐち歯科・矯正歯科 | 上荻 | | 可 | 03-5347-0418 |
| 富士見歯科医院 | 久我山 | | 不可 | 03-3334-0566 |
| たかまつ歯科医院・高松小児歯科研究所 | 久我山 | | 可 | 03-3332-0154 |
| 佐藤歯科医院 | 久我山 | | 可 | 03-3331-7787 |
| 高円寺デンタルクリニック | 高円寺北 | | 可 | 03-3337-8241 |

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| 神尾歯科医院 | 高円寺南 | 1歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3316-1418 |
| 若井歯科医院 | 高円寺南 | | 可 | 03-3312-9309 |
| 佐野歯科医院 | 高円寺南 | | 不可 | 03-3311-8641 |
| 柳澤歯科クリニック | 高円寺南 | | 可 | 03-3314-7676 |
| 野村歯科医院 | 清水 | | 不可 | 03-3399-8531 |
| 佐藤歯科クリニック | 下井草 | | 不可 | 03-3339-8148 |
| 村上歯科医院 | 下井草 | | 可 | 03-3395-6511 |
| なごみ小児矯正歯科 | 下井草 | | 可 | 03-3394-6480 |
| 山﨑歯科医院 | 松庵 | | 不可 | 03-3333-8402 |
| 宮下歯科医院 | 善福寺 | | 可 | 03-3395-5757 |
| 朋愛歯科医院 | 高井戸西 | | 不可 | 03-3331-2506 |
| 石黒歯科医院 | 高井戸東 | | 可 | 03-3332-5201 |
| 佐々木歯科医院 | 西荻北 | | 可 | 03-3395-3030 |
| 木下歯科医院 | 西荻北 | | 不可 | 0120-88-4618 |
| 田中歯科医院 | 西荻北 | | 可 | 03-3396-4181 |
| 山内・歯科 | 西荻南 | | 不可 | 03-3333-3661 |
| 大里歯科医院 | 西荻南 | | 不可 | 03-5344-7585 |
| すずき歯科クリニック | 浜田山 | | 可 | 03-5929-7318 |
| 下村歯科医院 | 方南 | | 不可 | 03-3328-5739 |
| ロッキー須田歯科医院 | 方南 | | 不可 | 03-6795-6818 |
| 山口歯科医院 | 桃井 | | 可 | 03-3390-2641 |
| 米本歯科医院 | 和田 | | 不可 | 03-3311-4866 |
| 小池歯科医院 | 和田 | | 不可 | 03-3311-6481 |
| 中川歯科医院 | 和田 | | 可 | 03-3381-6319 |
| 川本歯科医院 | 和田 | | 不可 | 03-3311-0282 |

## 子どもの健康相談と小児はり

●子どもの夜泣き、かんの虫などの諸症状の緩和のため、国家資格者のはり師が行う健康相談と小児はりのサービスです。
●健康相談は親を対象に、施術は就学前の子どもを対象に、合わせて30分以上行います。
●子どもごとに年度内に１回のみ応援券が利用できます。
●診療日時や料金などの詳細については、医療機関へお問い合わせください。

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| 阿佐谷北治療院 | 阿佐谷北 | 就学前の子どもと親 | 不可 | 03-3337-6180 |
| 恬愉堂鍼灸治療院 | 天沼 | 生後3か月～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3392-1051 |
| SKIP訪問マッサージ清水鍼灸院 | 永福 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-6107-3887 |
| 髙見はり灸院 | 永福 | 就学前の子どもと親 | 可 | 080-4131-5910 |
| 健康堂鍼灸院 | 久我山 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3247-1605 |
| 久我山ほがらか鍼灸院 | 久我山 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3334-7834 |
| 東明堂　小池鍼灸院 | 高円寺南 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5377-0358 |

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| ひょうたん堂鍼灸院 | 高円寺南 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-5913-7551 |
| はり・きゅう・養生　たまご堂 | 善福寺 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-9828-5955 |
| 武田指圧鍼灸院 | 高井戸東 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3334-8208 |
| 健康堂西荻鍼灸院 | 西荻北 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3394-3105 |
| あんまマッサージ指圧はりきゅう大林治療院 | 西荻北 | 就学前の子どもと親 | 可 | 03-3301-6560 |
| どんぐり鍼灸室 | 宮前 | 就学前の子どもと親 | 可 | 090-3349-7095 |

## 子どもを預ける

### ひととき保育

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (福) 八成グループ ひととき保育八成 | ひととき保育八成 | 保護者が通院やリフレッシュで出かける間、保育スタッフが責任をもって一時保育します。事前予約が必要です。 | 井草 | 1時間800円 | 生後6か月～就学前の子ども | 不可 | 03-6915-0233 |
| （ＮＰＯ）すぎなみ子育てひろば　ｃｈｏｕ　ｃｈｏｕ | ひととき保育上荻 | 月・火・木・金 9時～17時、第2～第5水曜日 11時30分から17時30分、通院やリフレッシュなど保護者の方がほっとする時間を持つことができるよう短時間預かります。事前登録が必要です。 | 上荻 | 1時間800円 | 生後6か月～就学前の子ども | 不可 | 03-3395-0135 |
| (福)けいわ会（ひととき保育高井戸） | ひととき保育高井戸 | 月～土 9～18時 生後6か月からのお子さんを対象に、リフレッシュ・保護者の通院・冠婚葬祭・育児疲れの解消等に一時的保育を提供します。経験豊かな保育者による相談事業もあります。事前の面談が必要です。予約は1か月前～（緊急枠あり）承ります。応援券対象外費用（キャンセル料）があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東 | 1時間800円 | 生後6か月～就学前の子ども | 可 | 03-5346-1930 |
| (ＮＰＯ)ちぃきちぃき | ひととき保育方南 | 月～金 9：00～17：00 生後6か月からのお子さんを対象に一時保育します。事前面接、登録が必要です。 | 方南 | 1時間800円 | 生後6か月～就学前の子ども | 可 | 03-6802-4084 |
| (株)BunBuKids | ひととき保育宮前 | 9～17時の間でお子さんを一時的にお預かりします。15時以降お子さんのご利用がない時間帯は閉園します。ご利用には事前登録が必要です。ご予約は前の月の10日～前日までにお願いします。 | 宮前 | 1時間800円 | 生後6か月～就学前の子ども | 可 | 03-3333-5114 |

### 幼稚園での一時保育・一時預かり

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 世尊院幼稚園 | 預かり保育室 | 春・夏・冬の休みも開設しています。預かり保育室での一時預かりがあります。保育時間、利用料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 阿佐谷北 | 1日700円～ | 3歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3338-6368 |
| （学）レストナック学園レストナック幼稚園 | 預かり保育 | 家庭的な雰囲気を大切にし、自由遊びを中心とした“楽しむ場”“お子さん同士の触れ合いの場”を提供しています。 | 和泉 | 1時間500円 | 3歳児～就学前の子ども | 不可 | 03-3323-1666 |
| 和泉町幼稚園 | 和泉町幼稚園での預り保育 | お子さんをお預かりします。園児外は14:00～17：00の間でお預かりします。 | 和泉 | 1時間300円 | 3歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3321-4510 |
| 学校法人高千穂学園 高千穂幼稚園 | 預かり保育での一時保育（3～5才） | 14:30～17:30の間で在園児及び他園児が一緒に室内遊びや外遊びを楽しみます。事前面接があります。在園児が定員に達した場合は、お断りする場合があります。 | 大宮 | 1時間1,000円 | 3歳～就学前の子どもと親 | 可 | 03-3315-4171 |
| 大宮幼稚園 | りんごクラブ（預り保育） | 平日14：00～18：00の間で預り保育を行います。春・夏・冬のお休みも開設します。 | 大宮 | 4時間1,500円 | 3歳～就学前の子ども | 可 | 03-3313-7373 |
| 学校法人野上学園 久我山幼稚園 | 久我山幼稚園での預かり保育 | 幼稚園の保育終了後から18:30まで園児と一緒にお子さんを預かります。登録制のため、初めて利用される方は事前面接が必要です。 | 久我山 | 1回800円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-3333-7777 |
| 聖心学園幼稚園 | 預かり保育室 | 在園児又は他園に通園しているお子さんを14:00～17:00の間でお預かりします。利用には事前面接が必要です。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 1時間500円～ | 3歳児～就学前の子ども | 可 | 03-3312-5701 |
| 学校法人アルウィン学園 こどもの木かげ 玉成幼稚園 | 玉成幼稚園 預かり保育（一時保育） | 月曜～金曜 14:00～18:00　年少児～就学前のお子さんをお預かりします。初めて利用される方は事前面接が必要です。 | 松庵 | 1時間600円（長期休み中は9：00～14：00　2,000円） | 年少組～就学前の子ども | 可 | 03-3332-5973 |
| 西荻まこと幼稚園 | Ｓｍｉｌｅ　Ｒｏｏｍ（一時保育） | 月～金曜9～17時。息抜きやリフレッシュ・用事のある時のための一時保育です。2歳のお子さんからお預かりします。事前の面談が必要です。会員制のサービスです。利用料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵 | 1時間600円～ | 2歳～就学前の子ども | 可 | 03-3334-7223 |
| 学校法人 松峯学園 井草幼稚園 | 預かり保育 | 週4回 14：00～16：00 在園児及び園外児対象の一時預かり保育です。 | 善福寺 | 1時間450円 2時間750円 | 3歳～就学前の子ども | 可 | 03-3399-4131 |
| 学校法人　正秀学園 杉並日の出幼稚園 | ひまわりルーム（一時保育） | 14:00～16:30の2時間半を幼稚園の保育時間終了後、一時的に保育します。（園外児は2人まで受入れ可能） | 成田西 | 1回1,000円 | 3歳～就学前の子ども | 可 | 03-3391-8938 |
| たから幼稚園 | ピッカブー・アシストサービス（一時保育） | マンツーマン対応の一時保育です。9：00～16：00の間で2時間から受け付けます。事前登録が必要です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 1時間1,300円 | 1歳～就学前の子ども | 可 | 03-3333-9162 |

## 幼稚園での一時保育・一時預かり

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| たから幼稚園 | らくらくプレールーム（一時保育） | 7：30～9：00、16：00～18：00の預り保育です。事前登録が必要です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 1時間1,250円 | 1歳～就学前の子ども | 可 | 03-3333-9162 |
| 学校法人　山本学園 明愛幼稚園 | 預かり保育（プレイルーム）での一時保育 | 平日保育終了後から最終18時30分まで(満3歳児は17時まで）、満3歳からのお子さんを幼稚園でお預かりしています。園児以外は希望日の1週間前の予約が必要です。事前に面接を行います。在園児については、別途事業者にお問い合わせください。 | 和田 | 1時間1,000円 | 3歳児～就学前の子ども | 不可 | 03-3381-4590 |
| 杉並教会幼稚園 | 杉並教会幼稚園での一時保育（ほっと館） | 他園に通園しているお子さんを対象にしたサービスです。14:00～17:00の間で幼稚園のほっと館開館日に合わせて一時保育をします。詳細は電話でお問合わせ下さい。 | 和田 | 1時間300円 | 3歳児～就学前の子ども | 不可 | 03-3313-7171 |

## 病児・病後児保育

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 東京衛生病院　病児保育室こひつじハウス | 病児保育室こひつじハウス | 平日8時～18時　東京衛生病院に隣接した保育室でお子様をお預かりします。病児保育室の利用にあたっては杉並区への事前利用登録が必要です。事前利用登録の方法や病児保育室への利用予約の方法については区公式ホームページをご確認ください。 | 天沼 | 1日2,500円 | 保育施設等に通園している生後5か月～就学前の病児 | 不可 | 03-3392-8880 |
| 社会福祉法人 風の森 | Pico チャイルドケア（病児保育室） | 平日8時30分～18時　保育園に併設された保育室でお子様をお預かりします。病児保育室の利用にあたっては杉並区への事前利用登録が必要です。事前利用登録の方法や病児保育室への利用予約の方法については区公式ホームページをご確認ください。 | 久我山 | 1日2,500円 | 保育施設等に通園している生後5か月～就学前の病児 | 可 | 03-5941-5515 |
| ちぎら医院　病児保育室ラビットルーム | ちぎら医院　病児保育室ラビットルーム | 平日8時～18時　医院に併設された保育室でお子様をお預かりします。病児保育室の利用にあたっては杉並区への事前利用登録が必要です。事前利用登録の方法や病児保育室への利用予約の方法については区公式ホームページをご確認ください。 | 西荻北 | 1日2,500円 | 保育施設等に通園している生後5か月から就学前の病児 | 不可 | 03-6765-7771 |
| （医）たむら医院 | たむら医院　病児保育室こねこ | 平日8時45分～17時45分　医院に併設された保育室でお子様をお預かりします。病児保育室の利用にあたっては杉並区への事前利用登録が必要です。事前利用登録の方法や病児保育室への利用予約の方法については区公式ホームページをご確認ください。 | 南荻窪 | 1日2,500円 | 保育施設等に通園している生後5か月～就学前の病児 | 可 | 070-3195-0100 |
| （株）キッズコーポレーション | すぎなみ病児保育室しーず | 平日8時～18時　病院に併設された保育室でお子様をお預かりします。病児保育室の利用にあたっては杉並区への事前利用登録が必要です。事前利用登録の方法や病児保育室への利用予約の方法については区公式ホームページをご確認ください。 | 和田 | 1日2,500円 | 保育施設等に通園している生後5か月～就学前の病児 | 不可 | 028-638-7010 |

## イベントなどの託児サービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| あそびらぼ　道生庵 | イベント保育 | イベント(育児相談)の実施中、お子さんを安全・安心にお預かりします。 | 今川 | 1時間1,000円～ | 就学前の子ども | 可 | hihasegawa12@gmail.com |
| 学校法人アルウィン学園　こどもの木かげ 玉成幼稚園 | 講座「あつまれぽると」での託児サービス | 講座「あつまれぽると」保護者プログラムを実施している間の託児サービスです。 | 松庵 | 1回1,000円 | 2歳～就学前の子ども | 可 | 03-3332-5973 |
| (株)ニューマン　マミー東京 | イベントなどの託児サービスと臨時託児室サービス | 会議、セミナー、コンサート、パーティ等の会場内の臨時託児ルームにて、お子さんを安全にお預かりします。利用は2時間～承ります。料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 1時間4,000円～ | 就学前の子ども | 不可 | 0422-38-6314 |
| （株）ジャパンベビーシッターサービス | イベント託児 | 4人以上のお子様を一度にお世話いたします。大小さまざまなイベントで臨時託児室を開設し、適切な人数のシッターを派遣します。料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 1時間3,630円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-3423-1251 |
| （株）マザーグース | ホテル・コンサート・会議室その他の場所でのイベント保育 | お客様の指定した場所での一時保育を行います。2時間より予約承ります。 | 地域不特定 | 1時間2,640円～（2時間～受付） | 就学前の子ども | 可 | 080-9429-4008 |

## イベントなどの託児サービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| サンフラワー・Ａ　株式会社 | 臨時託児室・イベント保育サービス | 講座・サークル活動・発表会等でお預かりします。母親同士のお出かけの際にも是非ご利用ください♪子どもの年齢・人数によりシッター数を決定。 | 地域不特定 | 1時間3,250円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-5396-8400 |
| (ＮＰＯ)ちぃきちぃき | イベント保育 | イベントでの託児サービスを行います。 | 地域不特定 | 1時間1,000円 | 就学前の子ども | 可 | 03-6802-4084 |
| （株）マザーズ | コンサート・イベント会場での一時託児 | チケット購入のお客様対象の託児サービスです。杉並公会堂・東京文化会館・歌舞伎座ほかで預かります。 | 地域不特定 | 1人3,000円～ | 就学前の子ども | 不可 | 0120-788-222 |
| ル・アンジェ株式会社 | イベントでの託児サービス | 企業のイベントや研修・セミナー等その会場にて保育スペースを設置し託児をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 1時間2,750円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-3477-1287 |
| mormor（株） | イベント保育 | セミナーやイベントなどの開催時、託児スペースでお子様をお預かりします。 | 地域不特定,その他区外 | 人数・年齢による | 就学前の子ども | 可 | 03-6276-2149 |
| （株）ファーストウォーク | イベントなどでの託児 | イベント会場での託児です。料金の詳細は、別途事業者にお問い合わせください。 | 地域不特定 | 1回500円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-5453-6075 |

## 自宅での託児サービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| マミーヒルズ株式会社 | ベビーシッターサービス | 個人宅にてのベビーシッターサービスです。英語を話すベビーシッターサービスもあります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 宮前 | 1時間2,750円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-6319-2341 |
| （福）杉並区社会福祉協議会（杉並ファミリーサポートセンター） | 協力会員宅での一時保育 | 地域の中で子育てを支え合う会員制の仕組みです。協力会員が保育施設への送迎やその前後の預かりなどを行います。 | 地域不特定 | 1時間800円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-5347-1021 |
| （株）ラヴィ | 自宅などでの一時保育・送迎サービス | 子育中の親のリフレッシュ・仕事を持つ親の支援（ベビーシッター、戸外・同行シッター、保育園等の送迎、病院の付添）を行います。ご利用は3時間～承ります。 | 利用者宅 | 1時間2,400円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-3403-9561 |
| （株）ラヴィ | 自宅などでの病中・病後児保育 | 回復期の病児・病後児保育を行います。ご利用は3時間～承ります。 | 利用者宅 | 1時間2,400円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-3403-9561 |
| （株）ママＭＡＴＥ | 自宅などでの一時保育・送迎サービス | 堅実な家庭の主婦が中心の、有資格者または同等の研修を受けたベビーシッターがお客様のニーズに信頼と安心でお応えいたします。 | 利用者宅 | 1時間3,300円～ | 就学前の子ども | 不可 | 04-7181-8100 |
| 特定非営利活動法人フローレンス | フローレンスの病児保育 | お子さんが病気のとき、病児保育専任スタッフがご自宅へ訪問し、安心安全にお預かりいたします。会員制です。 | 利用者宅 | 1時間2,500円～ | 生後4か月～就学前の子ども | 不可 | 03-6811-0905 |
| （株）タカミサプライ | 自宅などでの一時保育・送迎サービス | ご自宅でのお子さんのお世話や、幼稚園、保育園、習いごとの送迎を行います。利用料金の詳細は事業者にお問合せください。 | 利用者宅 | 1時間2,700円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-3463-8777 |
| （株）タカミサプライ | 自宅などでの病後児保育 | 病気の快復期のお子さんをご自宅でお世話します。利用料金の詳細は事業者にお問合せください。 | 利用者宅 | 1時間2,700円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-3463-8777 |
| （株）キンダーネットワーク | 自宅などでの一時保育・送迎サービス | 安心・安全・愛情をもってお子さんをお預かりします。子育ての相談もお受けします。 | 利用者宅 | 1時間4,950円（0歳） 1時間4,070円（1歳～） | 就学前の子ども | 不可 | 03-6415-8271 |
| (株)ニューマン　マミー東京 | ベビーシッターサービス（自宅などでの一時保育） | 自宅での一時保育、病後時保育。幼稚園・保育園の送迎とその後の一時保育。利用は2時間～（30分単位）承ります。 | 利用者宅 | 1時間2,500円～ | 就学前の子ども | 不可 | 0422-38-6314 |
| （株）ジャパンベビーシッターサービス | ベビーシッター | お留守番を兼ねた通常シッティングの他に、園やお教室への送迎もいたします。指定の場所に伺います。ビジター利用も可能です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間3,630円 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3423-1251 |
| （株）マザーグース | 自宅などでの一時保育・送迎サービス | 自宅での一時保育や保育園等の送迎サービスを行います。2時間より予約承ります。料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,640円～（2時間～受付） | 就学前の子ども | 可 | 080-9429-4008 |
| サンフラワー・Ａ　株式会社 | 自宅などでの一時保育・送迎サービス | 仕事やプライベートも大切な時間です！送迎保育や病児病後児保育なども。様々なかたちでお子様を安全にお預かりします♪ | 利用者宅 | 1時間2,750円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-5396-8400 |
| マーマ・オフィスポケット（株） | 自宅などでの一時保育・送迎サービス | 自宅での保育（食事・着替え・おむつ交換・遊び相手）、幼稚園・保育園の送迎等を行います。利用は2時間から承ります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | メンバー 1時間2,376円～ ビジター 1時間2,970円～（交通費別途） | 就学前の子ども | 不可 | 045-982-7715 |

## 自宅での託児サービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （株）ポピンズファミリーケア | ポピンズナニーサービス病児・病後児保育 | 経験豊富なナニーが、体調不良のお子様を大切にお預かりします。ご利用は3時間から承ります。応援券対象外費用がありますので、詳細は事業者にお問い合わせください。※応援券の利用対象：ポピンズナニーサービスのみ | 利用者宅 | 1時間3,330円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-3447-2292 |
| （株）ポピンズファミリーケア | ポピンズナニーサービス一時保育・送迎コース | 最高水準のナニーが、「もう一人の家族」として、お子様の成長に寄り添い大切にお預かりします。ご利用は3時間から承ります。応援券対象外費用がありますので、詳細は事業者へお問い合わせください。※応援券利用対象：ポピンズナニーサービスのみ | 利用者宅 | 1時間3,330円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-3447-2292 |
| (福）八成グループ八成ヘルパーステーション和（のどか） | ベビーシッター | 保護者不在時、利用者自宅等でのベビーシッター及び保育園等への送迎を行います。杉並区北西部を中心に活動しています。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,000円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-6915-0233 |
| （株）ミラクス | ベビーシッター | ご自宅での見守り、送迎などを致します。利用は3時間～賜ります。非会員の利用料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,500円 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6632-7709 |
| 杉並区シルバー人材センター | 子どもの送迎 | 2歳以上から幼稚園等から塾等への送り迎え（ベビーカー・自転車不可）を行います。利用料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間1,630円～ | 2歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3317-9091 |
| 杉並区シルバー人材センター | 依頼者宅での子どもの見守り | 2歳以上から依頼者宅で子どもを見守ります。 | 利用者宅 | 1時間1,630円～ | 2歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3317-9091 |
| （ＮＰＯ）たすけあいワーカーズ　さざんか | ＡＣＴつながるケア(保育) | 会員制の自立援助のたすけあいサービスです。通園等の送迎や自宅での保育を行います。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,420円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-5347-1130 |
| (株)赤門マミーサービス | ベビーシッター（訪問保育） | 各種ＴＶで紹介された良心的な料金でサービス提供している会です。ベテランシッター多数在籍しています。安心、信頼、実績の出張保育を行います。 | 利用者宅 | 1時間1,760円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-3818-5299 |
| エスク | 子供を預るサービス | 保育園・幼稚園への送迎を含む二重保育や利用者宅に出向いて行う出張保育等を行います。病児・障害児対応します。利用は2時間から承ります。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,000円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-3723-1122 |
| ル・アンジェ株式会社 | 専属シッターサービス | 専属のベビーシッターを24時間365日ご紹介します。病児対応も可能です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,750円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-3477-1287 |
| （株）マザーネット | マザーケアサービス（チャイルドケア） | ご自宅でのお子様のケア（病気の際も含む）を承っております。２時間以上より15分単位にてご利用が可能です。利用料金等の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間3,390円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-5733-6777 |
| ユメタマベビーシッターサービス | ユメタマベビーシッターサービス | 手軽に使えるベビーシッターサービスです。ご自宅のみならず、児童館等ご指定の場所でもシッター可能です。状況に応じて柔軟に対応します。日程、内容等お電話でお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,000円<br>3時間セット<br>5,000円 | 就学前の子ども | 不可 | 090-9960-1238 |
| （株）パザパ情操教育研究所 | ベビーシッターサービスパザパ | ご自宅での一時保育、保育園等の送迎、病児対応が可能です。当日オーダーも可能です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,750円 | 就学前の子ども | 可 | 03-6457-7935 |
| 株式会社　アルシュオール | 自宅での託児サービス | 保育園などへの送迎からご自宅での託児。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,750円（会員料金2,200円） | 就学前の子ども | 可 | 0120-935-136 |
| あいね | ベビーシッターサービス | 訪問型の個別保育。3時間よりお預りいたします。 | 利用者宅 | 1時間 2,530円～ | 就学前の子ども | 不可 | 03-5287-2229 |
| ハニークローバー（株） | ベビーシッター | 病児保育、一般保育、送迎保育をいたします。サービスの利用には登録が必要です。2時間よりご利用いただけます。 | 利用者宅 | 1時間 2,860円～（2時間より利用可） | 就学前の子ども | 不可 | 050-5434-3429 |
| mormor（株） | ベビー＆キッズシッターのｍｏｒｍｏｒ（モルモル） | お仕事だけでなく、リフレッシュでの利用、ご自宅、児童館や職場などでの託児サービスでも利用できます。3時間～ご利用いただけます。 | 利用者宅 | 1時間3,000円 | 就学前の子ども | 可 | 03-6276-2149 |
| （株）ｆｉｖｅ　ｆｉｓｈ | tentenシッター | 24時間対応。通常シッティングの他に、病児保育や園や習い事の送迎も行っています。ビジター利用も可能。事前面談は対面方式なので安心して利用開始できます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 9～21時：1時間2,040円　21～9時：1時間2,550円 | 就学前の子ども | 可 | 03-6913-1613 |

## 自宅での託児サービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| （株）ファーストウォーク | ベビーシッター | 自宅など保護者の指定場所での保育、送迎などのサービスを行います。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,420円～ | 就学前の子ども | 可 | 03-5453-6075 |
| ぽっかぽか(株) | ベビーシッター | 24時間365日対応します。産まれた日からお子さんのお世話をします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 3,300円～（会員料金2,640円～） | 就学前の子ども | 不可 | 03-5787-5975 |
| 株式会社ＰＥＴＩＴ ＭＯＮＳＩＥＵＲ（プチムッシュ） | 育児ねっと・ベビーシッター | 9：00～22：00 未就学のお子さまのベビーシッターを実施しております。時間外は利用料金の25%増しとなります。 | 利用者宅 | 1時間2,200円 | 就学前の子ども | 不可 | info@petit-monsieur.co.jp |
| 株式会社 ベビーシッターTOKYO | 自宅でのお子さま見守り託児サービス | 24時間 ご利用者宅にてお子さまをお預かりいたします。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 利用者宅 | 1時間2,430円～ | 就学前の子ども | 可 | 080-6239-2580 |

## 幼稚園での体験型保育

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 学校法人ひこばえ学園 ひこばえ幼稚園 | プレクラス「つくしぐみ」 | 1回90分 午前 就園前の幼稚園での体験型保育です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 井草 | 1回1,000円 | 2～3歳児の子ども | 可 | 03-3399-9527 |
| 学校法人高千穂学園 高千穂幼稚園 | めばえ組での一時保育（2才児） | 午前120分 入園前のお子様に室内遊びや外遊びを通して集団生活の第一歩を楽しく体験して頂きます。事前面接があります。 | 大宮 | 1回2,000円 | 2歳児の子ども | 可 | 03-3315-4171 |
| （学）井口学園 中瀬幼稚園 | 親子グランドひろば～はらっぱで保育体験～ | 9：00～11：00 広々とした原っぱで手先や身体を使って楽しみます。週2日（木・金）続けてお母さんと離れるので気持ちも慣れてきます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 下井草 | 1回2,000円 | 2歳9か月～就園前の子ども | 可 | 03-3395-3636 |
| 学校法人 正秀学園 杉並日の出幼稚園 | 杉並日の出幼稚園バンビルーム（体験保育） | 就園前のお子さんを対象にした幼稚園での体験保育です。週1回（8月を除く）9:15～11:40で実施します。 | 成田西 | 1回1,500円 | 2歳児の子ども | 可 | 03-3391-8938 |
| たから幼稚園 | にこにこらんど（母子分離型） | 火～金 9：00～14：00 就園前の2歳児を対象に、幼稚園入園のためのならし保育です。興味に寄り添った探求活動を通して、生涯に渡り必要な「生きる力」の基礎を育みます。 | 西荻南 | 1回 5時間 4,750円～ | 2歳児の子ども | 可 | 03-3333-9162 |
| 学校法人 山本学園 明愛幼稚園 | ことり組での保育（一時保育あり） | 月3回 1回120分 2歳児を対象に幼稚園にて体験保育を実施します。 | 和田 | 月謝制9,000円 | 2歳児の子ども | 不可 | 03-3381-4590 |

## 保育施設などでの一時保育

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| (福)和光会 阿佐谷保育園 | 阿佐谷保育園での一時保育 | 満1歳からのお子さんを対象に一時保育（平日8：30～12：30 8：30～16：30）をします。美味しい給食もあります。事前の登録（面接）が必要です。利用日の前日まで受付ます。別途お昼代があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 阿佐谷北 | 1回3,000円～ | 1歳～就学前の子ども | 可 | 03-3338-9418 |
| 株式会社 マイドアーズ | 一時保育 doors南阿佐ヶ谷 | 平日 9：00～17：00 3か月～満3歳の一時保育です。仕事や用事・通院・リフレッシュなど、多様なケースにご利用ください。1時間から利用可能です。利用児童数が定員に達していない場合に、定員の範囲内で一時預かり事業を実施しています。 | 阿佐谷南 | 1時間1,000円 給食費500円 おやつ300円 | 生後3か月～満3歳の子ども | 可 | 03-5929-7543 |
| 株式会社 マイドアーズ | 一時保育 doors Internetional School | 平日 9：00～17：00 1～5歳の一時保育です。仕事や用事・通院・リフレッシュなど、多様なケースにご利用ください。 | 阿佐谷南 | 1時間1,200円 給食費400円 おやつ200円 | 1歳～就学前の子ども | 可 | 03-5929-7543 |
| 子ども・子育てプラザ一時預かり | 子ども・子育てプラザ天沼での一時預り | 平日9:00～17:00 土曜9:00～16:00 保護者の仕事や通院、リフレッシュしたい場合に、一時的にお子さんを預かり保育します。事前の登録（面談）が必要です。 | 天沼 | 1時間800円 | 就学前の子ども | 可 | 03-3312-2111 |
| 子ども・子育てプラザ一時預かり | 子ども・子育てプラザ和泉での一時預り | 平日9:00～17:00 土曜9:00～16:00 保護者の仕事や通院、リフレッシュしたい場合に、一時的にお子さんを預かり保育します。事前の登録（面談）が必要です。 | 和泉 | 1時間800円 | 就学前の子ども | 可 | 03-3312-2111 |
| いろは保育室 | いろは保育での一時保育 | 9:00～17:00 お子さんをお預かり致します。事前に登録が必要です。 | 和泉 | 1時間1,000円 食事500円 | 生後57日～１歳の子ども | 可 | 090-6300-5136 |

## 保育施設などでの一時保育

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 株式会社　マイドアーズ | 一時保育　doors新高円寺 | 平日 9：00～17：00 3か月～満3歳の一時保育です。仕事や用事・通院・リフレッシュなど、多様なケースにご利用ください。1時間から利用可能です。利用児童数が定員に達していない場合に、定員の範囲内で一時預かり事業を実施しています。 | 梅里 | 1時間1,000円 給食費500円 おやつ300円 | 生後3か月～満3歳の子ども | 可 | 03-5929-7543 |
| 荻窪北保育園 | 荻窪北保育園での一時保育 | 月～金曜 9～16時。予約は8：45～16：00。生後8か月～のお子さんを対象に一時保育を行います。事前登録が必要です。土曜日・日曜日はお休みです。別途お昼代があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1時間700円 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3391-5176 |
| （福）清香会　荻窪りとるぱんぷきんず | 荻窪りとるぱんぷきんずでの一時保育 | 9:00～17:00　一時保育（事前登録が必要です。）利用は平日のみです。 | 荻窪 | 1時間800円 | 就学前の子ども | 可 | 03-5347-2088 |
| しまキッズナーサリー | しまキッズナーサリー 一時預かり事業「にじぐみ」 | 9：00～17：00 家庭的保育 しまキッズナーサリー内での一時預かり事業です。外遊びや室内遊びを通して、集団生活の第一歩を体験できます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 荻窪 | 1時間800円 当日キャンセルの場合300円 | 就学前の子ども | 可 | 03-5364-9773 |
| 一般社団法人Ｇｅｎｙ　保育所くまこぐま | 保育所くまこぐま一時保育 | 9：00～17：00 6か月～3歳の一時保育です。事前面談が必要です。小規模なので初めての保育利用にも適しています。給食付で1時間～利用可能です。給食費については事業者にお問い合わせください。 | 上荻 | 月～金曜 1時間500円 土曜・祝日 1時間600円 | 生後6か月～3歳の子ども | 可 | 03-6676-5101 |
| Picoナーサリ久我山駅前 Pico room | Picoroomでの一時預かり | 平日9：00～17：00 生後6か月～5歳の一時保育です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 久我山 | 1時間800円 おやつ50円 | 生後6か月から就学前の子ども | 可 | 03-3332-7776 |
| （福）けいわ会（高円寺南保育園） | 高円寺南保育園での一時保育 | 保護者の通院、冠婚葬祭及び育児疲れの解消等で一時的に保育を提供します。事前の登録面談が必要です。予約は1か月前から可能です。別途、給食費があります。キャンセル料等の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高円寺南 | 1時間800円 | 生後3か月～就学前の子ども | 可 | 03-3315-1378 |
| 子ども・子育てプラザ一時預かり | 子ども・子育てプラザ高円寺での一時預り | 平日9:00～17:00　土曜9:00～16:00 保護者の仕事や通院、リフレッシュしたい場合に、一時的にお子さんを預かり保育します。事前の登録（面談）が必要です。 | 高円寺南 | 1時間800円 | 就学前の子ども | 可 | 03-3312-2111 |
| 西荻まこと幼稚園 | まことのぶどうの木Nursery Smile Room（一時保育） | 月～金曜9～17時 息抜きやリフレッシュ、用事がある時のための一時保育です。生後8か月～1歳までのお子さんをお預かりします。事前の面談が必要です。会員制のサービスです。利用料金の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 松庵 | 1時間900円～ | 生後8か月～1歳の子ども | 可 | 03-3334-7223 |
| （株）ＡＳＵＭＯ | あすもベビーホーム松庵での一時保育 | 月～金曜日 8：00～18：00 一時保育 予め会員登録が必要です。 | 松庵 | 1時間1,500円 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5930-0415 |
| 子ども・子育てプラザ一時預かり | 子ども・子育てプラザ善福寺での一時預かり | 平日9:00～17:00　土曜9:00～16:00 保護者の仕事や通院、リフレッシュしたい場合に、一時的にお子さんを預かり保育します。事前の登録（面談）が必要です。 | 善福寺 | 1時間800円 | 就学前の子ども | 可 | 03-3312-2111 |
| (株)Cocoon parents square | 一時保育 | 9：00～18：00 少人数制の一時保育です。外遊びを中心に様々な遊びを通して子どもの五感に働きかけます。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 善福寺 | 1回2,000円～（会員料金1,300円～） | 就学前の子ども | 可 | 03-6913-5315 |
| (有)ハーモニー・キッズ | 『ハーモニーキッズ高井戸』での一時保育 | リトミック・製作・お料理など豊富な保育プログラムがあります。平日8：00～18：30の間で2時間からお預かりします。 | 高井戸東 | 0歳1時間1,700円 1歳以上1時間1,500円、メンバー料金設定あり、2時間以上は15分単位で加算 | 就学前の子ども | 可 | 03-5344-9277 |
| 一般社団法人たちばな　のんな保育園 | のんな保育園での一時保育 | 8：00～18：00 （利用は2時間～）ひとりひとりに寄り添い、丁寧に大切に保育します。事前登録が必要です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 高井戸東 | 平日1時間 0歳2,000円 1歳以上1,500円 | 生後3か月から就学前の子ども | 不可 | 03-6339-6441 |
| 子ども・子育てプラザ一時預かり | 子ども・子育てプラザ成田西での一時預り | 平日9:00～17:00　土曜9:00～16:00 保護者の仕事や通院、リフレッシュしたい場合に、一時的にお子さんを預かり保育します。事前の登録（面談）が必要です。 | 成田西 | 1時間800円 | 就学前の子ども | 可 | 03-3312-2111 |
| (福)虹旗社　杉並ゆりかご保育園 | 杉並ゆりかご保育園での一時保育 | 月～金曜9～17時 離乳食が完了している満1歳のお子さんから、保護者の就労、通院、介護やリフレッシュ等で一時保育を利用できます。5時間から受付ます。別途お昼代等があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 成田東 | 1時間500円 | 1歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3312-5615 |

## 保育施設などでの一時保育

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Stella Kids Academy | ステラキッズアカデミーでの一時預かり | 平日9：00～17：00 土曜10：00～17：00 モンテッソーリ環境による一時預かり専門の託児所です。少人数制で大切なお子様をあたたかく見守ります。1時間から利用可能です。応援券対象外費用があります。詳細は事業者にお問い合わせください。 | 西荻南 | 1時間1,400円（パック割引あり） | 生後3か月～就学前の子ども | 可 | 090-8011-4193 |
| (福)けいわ会（杉並の家ちゅうりっぷ保育園） | 杉並の家ちゅうりっぷ保育園一時保育 | 月～金曜 9:00～17:30 満1歳からのお子さんを対象に、通院・冠婚葬祭・育児疲れの解消等で一時的保育を提供します。事前の面談が必要です。予約は1か月前から承ります。別途、給食費・おやつ代があります。キャンセル料等の詳細は事業者にお問い合わせください。 | 浜田山 | 1時間800円 | 1歳～就学前の子ども | 可 | 03-3302-5151 |
| （福）東京都福祉事業協会　方南隣保館保育園 | 方南隣保館保育園での一時保育 | 月～金曜 9：00～17：00 就労・通院・リフレッシュ等でお子さんをお預かりします。事前予約が必要です。 | 方南 | 1時間800円 | 生後3か月～就学前の子ども | 可 | 03-3321-4815 |
| （福）天寿園会 | アウル宮前保育園での一時保育 | 9:00～17:00 保護者が冠婚葬祭やリフレッシュしたい場合など、一時的にお子さんを預かります。事前登録が必要です。（祝日は休園） | 宮前 | 1時間600円 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5941-5112 |
| （ＮＰＯ）ゆるゆるｍａ～ｍａ | はっぴーほーむ | 夜間（17：00～21：00 延長22:00）のお預かりサービスです。お迎えあります。事前登録が必要です。 | 和田 | 1時間1,320円～ | 2歳～就学前の子ども | 可 | 090-6129-3631 |
| むさしの保育園 | むさしの保育園での一時保育 | 月～金曜 9：00～16：00 満1歳のお子さんから、保護者のお仕事・通院・リフレッシュ・学校行事等でのご用事の際にお子さんをお預かりします。(食事代別途) | 和田 | 30分500円（昼食300円 おやつ200円別途） | 1歳～就学前の子ども | 可 | 03-3383-1589 |

# その他

## 杉並区の子育て支援サービス

| 事業者名 | サービス名 | サービス内容 | 実施場所 | 料金 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 杉並区役所 | （杉並区）ひとり親家庭ホームヘルプサービス | 母子家庭のお母さん、父子家庭のお父さんが就労等の事情で家事または育児などの日常生活に支障をきたしていると区が認めた場合に、区が委託している事業所のホームヘルパーが支援します。利用には事前申請が必要です。詳細は区ホームページをご確認ください。 | – | 所得に応じて負担があります。 | 就学前のお子さんのいるひとり親家庭で、要件に該当する方 | 不可 | 03-5307-0343 |
| 杉並区役所 | （杉並区）産前・産後支援ヘルパー | 産前・産後の家事や育児の支援が必要なご家庭をヘルパーが訪問する子育て支援サービスです。利用には事前申請が必要です。詳細は区ホームページをご確認ください。 | – | 1時間1,000円（所得により無料の場合があります。） | 妊娠中の方、1歳未満の子を養育中の方 | 不可 | 03-3312-2111 |
| 杉並区役所 | （杉並区）多胎児家庭家事・育児支援ヘルパー | 多胎児を養育する家庭の自宅をヘルパーが訪問し、家事・育児を支援するサービスです。利用には事前申請が必要です。詳細は区ホームページをご確認ください。 | – | 1時間500円（所得により無料の場合があります。） | 多胎児を妊娠中の方、出産後3歳未満の多胎児を養育中の方 | 不可 | 03-3312-2111 |
| 杉並区役所 | （杉並区）子どもショートステイ | 2歳未満はカリタスの園つばみの寮、2歳以上はカリタスの園小百合の寮にて、宿泊で預かります。1回につき概ね7日以内、年度内の利用期間の合計は子ども1人につき28日以内です。利用には事前申請が必要です。詳細は区ホームページをご確認ください。 | – | 2歳未満：1日2,500円、2歳以上：1日2,150円（所得により無料の場合があります。） | 保護者の出産や突然の病気などで一時的に就学前のお子さんの面倒が見れない方 | 不可 | 03-5356-2601 |
| 杉並区役所 | （杉並区）産後ケア事業（宿泊型） | 医療機関や助産院等の施設で宿泊型の産後ケアを実施します。利用には事前申請が必要です。詳細は区ホームページをご確認ください。 | – | 1日3,500円（1泊2日から）（所得により異なることがあります。） | 産後7か月未満の子どもと母親 | 不可 | 03-3312-2111 |
| 杉並区役所 | （杉並区）産後ケア事業（個別） | 医療機関や助産院等の施設で日帰り型（個別）の産後ケアを実施します。利用には事前申請が必要です。詳細は区ホームページをご確認ください。 | – | 1回2,000円（所得により異なることがあります。） | 産後7か月未満の子どもと母親 | 不可 | 03-3312-2111 |
| 杉並区役所 | （杉並区）産後ケア事業（少人数） | 医療機関や助産院等の施設で日帰り型（少人数）の産後ケアを実施します。利用には事前申請が必要です。詳細は区ホームページをご確認ください。 | – | 1回1,000円（所得により異なることがあります。） | 産後7か月未満の子どもと母親 | 不可 | 03-3312-2111 |

## 就学前の乳幼児のインフルエンザ予防接種

●就学前の子どもを対象にしたインフルエンザの予防接種です。
●妊婦、親、小学生以上の兄弟姉妹への接種には利用できません。
●診療日時や料金などの詳細については、医療機関へお問い合わせください。

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| 佐藤内科クリニック | 阿佐谷北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5327-5885 |
| 松野医院 | 阿佐谷北 | 就学前の子ども | 可 | 03-3330-4656 |
| 吉田医院小児科皮フ科 | 阿佐谷北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3336-2535 |
| 矢部医院 | 阿佐谷北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3338-6449 |
| あさがや耳鼻咽喉科 | 阿佐谷北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3338-4133 |
| 河北総合病院 | 阿佐谷北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3339-2121 |
| 内科小児科　山住医院 | 阿佐谷南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3314-2381 |
| 河北ファミリークリニック南阿佐谷 | 阿佐谷南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5356-7160 |
| 笑顔のこどもクリニック阿佐ヶ谷 | 阿佐谷南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3313-3811 |
| セキこどもクリニック | 阿佐谷南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3318-1625 |
| にれの木クリニック | 天沼 | 2歳～就学前の子ども | 不可 | 03-5335-5868 |
| 東京衛生アドベンチスト病院付属教会通りクリニック | 天沼 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3392-6161 |
| 東京衛生アドベンチスト病院 | 天沼 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3392-6151 |
| 丸尾医院 | 井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3390-2370 |
| 海老沢医院 | 井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3390-1289 |
| 井草内科クリニック | 井草 | 就学前の子ども | 可 | 03-5311-7077 |
| つばさこどもクリニック | 井草 | 就学前の子ども | 可 | 03-3395-5550 |
| 奥村医院 | 井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5303-9259 |
| いぐさ大森内科整形外科 | 井草 | 生後6か月～就学前の子ども | 不可 | 03-3395-1007 |
| えいふく内科クリニック | 和泉 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3324-8333 |
| 西山内科クリニック | 和泉 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5355-7778 |
| くめかわ小児科クリニック | 和泉 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3317-7701 |
| 内山クリニック | 和泉 | 就学前の子ども | 可 | 03-5355-3535 |

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| 森本クリニック | 和泉 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5329-4800 |
| 後藤医院 | 和泉 | 就学前の子ども | 可 | 03-3321-4660 |
| 山川クリニック | 和泉 | 3歳～就学前の子ども | 可 | 03-6304-7728 |
| 耳鼻咽喉科・小児耳鼻咽喉科　宮崎クリニック | 和泉 | 1歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3322-1110 |
| 永福町駅前みんなのクリニック | 和泉 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3324-1000 |
| はるもキッズクリニック | 和泉 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5726-9518 |
| 上井草診療所 | 今川 | 就学前の子ども | 可 | 03-3395-2400 |
| 荻窪病院 | 今川 | 就学前の子ども | 可 | 03-3399-1101 |
| 継医院 | 梅里 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3311-3067 |
| 松浦クリニック | 梅里 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3318-6101 |
| おおくらクリニック | 永福 | 就学前の子ども | 可 | 03-5355-5801 |
| 柳澤医院 | 永福 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3327-0157 |
| 滝澤医院 | 永福 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3328-5316 |
| 西永福こどもクリニック | 永福 | 就学前の子ども | 可 | 03-6304-3040 |
| 荻窪中尾耳鼻咽喉科医院 | 荻窪 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5335-3387 |
| 都筑医院 | 荻窪 | 4歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3391-5137 |
| 都筑外科形成外科医院 | 荻窪 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3392-8352 |
| 松山医院 | 荻窪 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3393-5578 |
| 荻窪上田クリニック | 荻窪 | 就学前の子ども | 可 | 03-3398-9300 |
| シャレール荻窪前やすだクリニック | 荻窪 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6383-5111 |
| かわさき小児科 | 荻窪 | 就学前の子ども | 可 | 03-5347-0530 |
| いしい耳鼻咽喉科 | 荻窪 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3398-3387 |
| 若草クリニック | 上井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3396-0308 |

## 就学前の乳幼児のインフルエンザ予防接種

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| たむらクリニック | 上井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5303-5701 |
| よこいファミリークリニック | 上井草 | 1歳～就学前の子ども | 不可 | 03-5303-8955 |
| 上井草内科・循環器クリニック | 上井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5303-6722 |
| 河合内科クリニック | 上荻 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3399-8563 |
| 荻窪こどもクリニック | 上荻 | 就学前の子ども | 可 | 03-3391-6651 |
| 吉田クリニック | 上荻 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5347-7300 |
| 藤多クリニック | 上荻 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3392-8811 |
| 駒﨑医院 | 上荻 | 就学前の子ども | 可 | 03-3395-5513 |
| 赤川クリニック | 上荻 | 就学前の子ども | 可 | 03-3391-6694 |
| おぎくぼ小児科 | 上荻 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6915-1246 |
| パークサイドクリニック | 上荻 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5303-9755 |
| けいこクリニック | 上高井戸 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5357-3007 |
| 耳鼻咽喉科　いのうえクリニック | 上高井戸 | 2歳～就学前の子ども | 不可 | 03-3329-8733 |
| 原田クリニック | 上高井戸 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3304-0610 |
| たがみ小児科 | 久我山 | 就学前の子ども | 可 | 03-3331-4152 |
| のはらクリニック | 久我山 | 就学前の子ども | 可 | 03-5336-6122 |
| 久我山駅前メディカルクリニック | 久我山 | 就学前の子ども | 可 | 03-5344-9192 |
| mocoこどもクリニック | 久我山 | 就学前の子ども | 可 | 03-5370-8108 |
| 久我山クリニック | 久我山 | 就学前の子ども | 可 | 03-5336-7078 |
| 富士見丘医院 | 久我山 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3332-2401 |
| 中村医院 | 高円寺北 | 就学前の子ども | 可 | 03-3338-6500 |
| よしひさ内科クリニック | 高円寺北 | 3歳～就学前の子ども | 不可 | 03-5327-5577 |
| 高円寺こどもクリニック | 高円寺北 | 就学前の子ども | 可 | 03-6265-5957 |
| 高円寺あさがおクリニック | 高円寺北 | 生後6か月～就学前の子ども | 可 | 03-3339-0055 |
| こうえんじ耳鼻咽喉科 | 高円寺北 | 就学前の子ども | 可 | 03-5356-3330 |
| 林医院 | 高円寺南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3311-1856 |
| こじま内科 | 高円寺南 | 就学前の子ども | 可 | 03-3316-3987 |
| 麻木耳鼻咽喉科 | 高円寺南 | 1歳～就学前の子ども | 不可 | 03-6804-6770 |
| ふじさきクリニック | 高円寺南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6912-9581 |
| よしだ内科 | 高円寺南 | 就学前の子ども | 可 | 03-3311-3293 |
| 東高円寺ＣＯそだて・健診クリニック | 高円寺南 | 就学前の子ども | 可 | 03-5913-8291 |
| 新高円寺駅前クリニック | 高円寺南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5378-5830 |
| 横山高円寺南医院 | 高円寺南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6413-1097 |
| 成瀬医院 | 清水 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5311-5133 |
| 渕之上クリニック | 清水 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5382-0876 |
| おかもと耳鼻咽喉科 | 清水 | 1歳～就学前の子ども | 不可 | 03-6913-7202 |
| 柿田医院 | 下井草 | 就学前の子ども | 可 | 03-3395-3602 |
| よこやま耳鼻咽喉科 | 下井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3397-1616 |
| 近藤医院 | 下井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3397-6868 |
| 石川小児科医院 | 下井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3390-3671 |
| ふるはた医院 | 下井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5930-9119 |
| はぶ小児科・内科 | 下井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6913-7380 |
| こんどうファミリークリニック | 下井草 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6454-7748 |
| 神馬クリニック | 下高井戸 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5355-1500 |
| ひろ永福クリニック | 下高井戸 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3303-1231 |
| 河西産婦人科 皮膚科医院 | 下高井戸 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3304-3508 |
| 内田クリニック | 下高井戸 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6379-0107 |
| 下高井戸駅前クリニックみみはなのどプラス | 下高井戸 | 1歳～就学前の子ども | 不可 | 03-6379-2071 |

## 就学前の乳幼児のインフルエンザ予防接種

| 事業者名 | 実施場所 | 対象 | カード版応援券 | 連絡先 |
|---|---|---|---|---|
| 桜上水ポニーこどもクリニック | 下高井戸 | 生後6か月～就学前の子ども | 可 | 03-5942-1980 |
| 森谷医院 | 松庵 | 就学前の子ども | 可 | 03-3334-7285 |
| 西荻きむらクリニック | 松庵 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3247-2525 |
| 善福寺クリニック | 善福寺 | 就学前の子ども | 可 | 03-3395-6808 |
| やまざきクリニック | 善福寺 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3394-3375 |
| 高井戸こどもクリニック | 高井戸西 | 就学前の子ども | 可 | 03-3331-6644 |
| 屠（と）内科クリニック | 高井戸西 | 生後6か月～就学前の子ども | 不可 | 03-6662-6614 |
| 人見クリニック | 高井戸東 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5370-2166 |
| 三宅小児科　すぎなみ | 高井戸東 | 就学前の子ども | 可 | 03-5336-6727 |
| あおき内科クリニック | 高井戸東 | 3歳～就学前の子ども | 可 | 03-3332-2525 |
| ファミリークリニック高井戸 | 高井戸東 | 就学前の子ども | 可 | 03-5346-7390 |
| むらい浜田山クリニック | 高井戸東 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5370-2222 |
| おおたにクリニック | 成田西 | 就学前の子ども | 可 | 03-3316-8577 |
| 宮下小児科医院 | 成田西 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3392-3855 |
| 松浦整形外科内科 | 成田東 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3317-1511 |
| 長沼内科 | 成田東 | 1歳～就学前の子ども | 可 | 03-3311-1803 |
| たけうち内科 | 成田東 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3313-8428 |
| 中村外科小児科医院 | 成田東 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3398-2218 |
| 蘭松医院 | 成田東 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3393-1477 |
| 西荻司ビルクリニック | 西荻北 | 就学前の子ども | 可 | 03-5382-2099 |
| ちぎら医院 | 西荻北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3390-1238 |
| 服部医院 | 西荻北 | 就学前の子ども | 可 | 03-3390-0770 |
| 矢部クリニック | 西荻北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3390-0731 |
| 西荻クリニック | 西荻北 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3399-0434 |
| 西荻こどもクリニック | 西荻南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-6765-0415 |
| 佐藤整形外科 | 西荻南 | 就学前の子ども | 可 | 03-3331-6300 |
| はやしこどもアレルギークリニック | 西荻南 | 就学前の子ども | 可 | 03-5941-9181 |
| たかはしこどもクリニック | 浜田山 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5929-1817 |
| 山中医院 | 浜田山 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5942-1425 |
| わたなべ内科皮膚科クリニック | 浜田山 | 就学前の子ども | 可 | 03-3318-8048 |
| はまだやま耳鼻咽喉科・めまいクリニック | 浜田山 | 就学前の子ども | 可 | 03-6379-6317 |
| 荒井耳鼻咽喉科 | 浜田山 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3304-5974 |
| かなやファミリークリニック | 方南 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3317-0380 |
| 杉並堀ノ内クリニック | 堀ノ内 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5929-1611 |
| 渡辺医院 | 堀ノ内 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3311-7893 |
| 石井こども・内科循環器科クリニック | 松ノ木 | 就学前の子ども | 可 | 03-3314-5677 |
| せいきょう診療所 | 松ノ木 | 就学前の子ども | 可 | 03-3313-7365 |
| 長田こどもクリニック | 南荻窪 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3334-2030 |
| たむら医院 | 南荻窪 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3331-3553 |
| つかだクリニック | 宮前 | 就学前の子ども | 可 | 03-5336-6626 |
| 中島医院 | 宮前 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5941-5155 |
| 桃井こどもクリニック | 桃井 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5311-8688 |
| 岩﨑小児科医院 | 和田 | 就学前の子ども | 不可 | 03-5377-0015 |
| 和田堀診療所 | 和田 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3381-6840 |
| 武正内科 | 和田 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3311-3737 |
| 多田小児クリニック | 和田 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3380-0415 |
| 和田クリニック | 和田 | 就学前の子ども | 不可 | 03-3381-5411 |
| ひだまりクリニック | 和田 | 就学前の子ども | 可 | 03-3315-0217 |

発行元
杉並区子ども家庭部
地域子育て支援課

令和８年４月発行