



～ほっと・つどう・つながる～
子どもも親もほっとでき
その成長と子育てを応援する
つどいとつながりのひろば



【編集 発行】

杉並区立 子ども・子育てプラザ天沼
〒167-0032
杉並区天沼 3-19-16
ウェルファーム杉並 1F
☎ (03) 5335-7319

【開所時間】

平 日：9:00～18:00
土・日：9:00～17:00

【休業日】

毎月第1日曜日・祝日・年末年始
9月の休業日：7(日)・15(月)・23(火)

事前申込プログラム

※受付窓口またはお電話にて申し込みができます。

＜受付時間＞平日：10:00～18:00 土日：10:00～17:00

パパママ準備クラス

27(土) 10:45～11:30

28(日) 10:45～11:30

対象：妊婦の方とパートナー

申込：20(土)～前日

プラザの利用方法や区内の子育て情報を
ご案内します。

プレパパ・プレママ同士情報交換ができます。

先輩パパ・ママのお話しも聞けます。

桃井第二小学校子育てネットワーク事業

保育園ってどんなところ

～保育園の生活と食事について～

25(木) 10:30～11:30

対象：乳幼児親子・妊婦の方とパートナー

定員：先着30組

申込：9/11(木)～前日

協力：荻窪北保育園職員と栄養士

保育園入園をご検討されているご家庭向けに、
園での様子や食事のを中心にお話して
くれます。

親子でヨガ

17(水) 10:30～11:30

対象：首の据わった0歳の赤ちゃんと
保護者

定員：先着18組

申込：9/3(水)～前日

講師：黒田節子さん

持ち物：バスタオル、動きやすい服装、
ヨガマット（ある方のみ）



／9月1日スタート！／

杉並区子どもの権利相談・救済窓口

子どもを権利の主体として尊重し、子どもと一緒に

どうしたらいいかを考える「子どもの権利相談・救済窓口」を

開設します。

子どもに関することであれば、保護者の方、支援者などの

大人も相談することができます。相談無料 子ども家庭部管理課子どもの権利推進担当

0120-7 3 7 3-3 4

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/news/21551.html>

電話・メール・LINE・WEB フォーム・窓口・手紙の6種類の方法で相談できます。

開設日・相談方法などの

詳細はこちら▼



日時：10月19日(日) 10:30～15:30

詳細はこちら↓



場所：下高井戸あおぞら公園

第16回

おどろおどろ祭り



荻窪子どもセンター内乳幼児室

会場はフラザ天沼ではありません。

【住所】杉並区荻窪5丁目20番1号(杉並保健所4階)

問い合わせ：子ども・子育てプラザ天沼 ☎5335-7319

おひざの上の おはなし会

4(木) 11:00～11:20

対象：どなたでもどうぞ

お子さんといっしょに絵本や
わらべうたを楽しみましょう♪

協力：山田純子さん

(おぎくぼおはなしの会)

出張フラザ♪

12(金) 14:00～14:30

18(木) 14:00～14:30

対象：どなたでもどうぞ

プラザ天沼の職員と手遊びや
ふれあい遊び、工作などで遊び
ます。何をやるかはお楽しみ！

木育おもちゃ広場

26(金) 10:00～11:15

対象：どなたでもどうぞ

親子で一緒にぬくもりのある
木のおもちゃで遊びましょう。

協力：荻北ほっとサロン

【開所時間】

月～金曜日 9:00～16:00

*土・日・祝日はお休み



居場所事業

★子ども・子育てフラザはこんな施設です★

～ほっと・つどう・つながる～

◇乳幼児を連れていつでも気軽に立ち寄

れ、ほっと過ごすことができます。

◇年齢に応じた遊具などで、親子で遊ぶ
ことができます。

◇子どもの成長や子育てに関する講座や
遊びのプログラムなどを実施します。

◇これから子育てを始める方(妊娠中
の方)も気軽に立ち寄ってください。
先輩ママと交流もできます。

利用できる方(対象)

★子どもとその保護者

◇乳幼児を主たる対象とする施設です
が小学生や中高生も利用がでま

す。

◇乳幼児だけでの利用はできません。

(大人の付き添いが必要です)

★これから子育てをはじめる方

(妊娠中の方とそのパートナー)

利用相談事業

◇ご家庭のニーズに

応じて、「どのよう

なサービスがある

か」「どう利用す

ればよいか」等の利

用相談と情報提供

を行います。

★フラザではこんなこともできます★

目的内団体利用

児童健全育成や子育て支援を目的とした団体による、子
どもや親子を対象とした活動及び会議、講習会などを実施で
きます。詳しくはプラザ天沼までお問い合わせください。

★乳幼児の熱中症を予防しましょう★



★杉並区公式ホームページから
ご覧いただけます。

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/news/20594.html>



2025年 9月 フラザ天沼



年齢別プログラム

※当日、受付窓口で申し込みができます。年間を通してどの時期からでも参加できます。
(当日申し込みプログラム) てあそび、親子体操、トークタイムを楽しみましょう♪

ねんねちゃん

3・10・24(水)
11:00~11:30

対象：はいはい前の
乳児親子
(概ね6・7か月頃まで)



はいはいちゃん

4・18(木)
11:00~11:30

対象：ずりばい、はいはい、
つかまり立ちなど動き
始めた乳幼児親子
(概ね7・8か月頃～)



18日は誕生会をします。

よちよちちゃん

2・9・16・30(火)
11:00~11:30

対象：歩き始めの
幼児親子



30日は誕生会をします。

NEW

体操・リズムあそびタイム

～ミニ～

5・12・19・26(金)

11:00~11:20

対象：2歳児親子



NEW 幼児の体操・リズムあそびタイム

～年少・年中・年長～

6・13・20・27(土)
15:30~16:00

対象：年少・年中・年長の幼児親子
親子で運動あそびや音楽あそびを
楽しみましょう♪



やなちゃんのわらべうた

2(火) 14:30~15:00



対象：乳幼児親子
ボランティアの柳川泰子さんと一緒
にわらべうたを楽しみましょう♪

親子であそぼうドレミ♪

1(月) 11:00~11:30

対象：歩き始め～しっかり歩ける
幼児親子

ボランティアの平良恵子さんと一緒
に音楽あそびを楽しみましょう♪

みよよのニコ玉手箱♪

9(火)

14:30~15:00

対象：乳幼児親子
紙芝居師みよよさんが
紙芝居や絵本を読んでもくれます。



パパとあそぼう～キッス～

「ままごとあそび」

20(土)・21(日)

10:00~11:30

14:00~16:30

対象：1歳半以上の幼児親子
マルチルームいっばいに、
おままごとを出します♪

パパとあそぼう～赤ちゃん～

27(土)・28(日)

11:00~11:30

対象：はいはいまでの赤ちゃんパパ
赤ちゃん、てあそびやふれあいあそびを
したりパパ同士子育てについて話したり
しましょう♪



親子ベビーリトミック♪

11(木) 11:00~11:30

対象：首の据わった赤ちゃん～
はいはいまでの乳幼児親子
ボランティアの遠藤さん(ボッシュ)と一緒に
赤ちゃん向けのリトミックを楽しみます♪

おもちゃの病院

25(木) 13:00~14:30

対象：どなたでもどうぞ

杉並おもちゃドクターズが壊れたおもちゃ
を修理してくれます！電池を使うおも
ちゃは、新しい電池をお持ちください。
部品交換の際、材料費がかかる場合があ
ります。

※おもちゃは当日お持ちください。

すくすくぐんぐん 計測タイム

8(月) 11:00~11:30

22(月) 14:30~15:00

対象：乳幼児親子
持物：フェイスタオル1枚

22日は子育て相談ができます。
三育学院大学の助産師の経験がある先生が
きてくれます。



小学生タイム 対象：小学生

3・10・17・24(水) 16:45~17:45

1~3年 16:45~17:15 ドッジボールなどの
4~6年 17:15~17:45 遊びを楽しみます。

ミニカー大集合

8・29(月) 14:00~16:45

対象：乳幼児親子
ミニカー100台、遊び放題です

いっしょにあそぼう

3・10・17・24(水) 16:30~16:45

対象：年中児・年長児の親子と小学生
場所：プレイホール
小学生が企画した遊びを通じて幼児さん
と小学生が交流する時間です。

ハピネスタイム

実施予定時間 10:30・11:45・14:00
15:00・16:00・16:45

対象：どなたでもどうぞ
5分位の親子で気軽に楽しめる時間です。



http://www.city.suginami.tokyo.jp



杉並区ホームページ
からプラザニュース
をご覧ください。



一時預かり

就学前のお子さんを1時間単位でお預かりします。

- *区内在住の生後6か月から小学校就学前までの
健康で集団生活が可能な乳幼児です。
- *利用料 1時間 800円 (杉並子育て応援券利用可)
- *初回利用の際は、事前に登録・面談が必要です。
- ★面談・ご利用の予約は、一時預かり利用申込み
システムからお申込ください。
- *詳細は下記の番号に直接お問い合わせください。

一時預かり専用電話

03(5335)9721 電話での予約はできません。

システムの案内



一時預かり利用
申し込みシステム



アクセス



- 荻窪駅北口3番バス停から
「荻06中村橋駅行き」
「荻07練馬駅行き」に乗り
「ウェルファーム杉並」
- JR中央線・
東京メトロ丸ノ内線
「荻窪」駅北口から
徒歩10分

