



子どもの成長と子育てを応援します。

乳幼児を連れていつでも気軽に遊び、
ゆったりと自由に過ごすことができます。



編集・発行：児童青少年課
子ども・子育てプラザ成田西
〒166-0016 杉並区成田西 3-10-38
TEL：03-3391-1857

【開所時間】

《月～金》午前 9:00～午後 6:00
《土・日》午前 9:00～午後 5:00

【休業日】

毎月第 1 日曜日・祝日・年末年始
■ 11 月の休業日
2(日)・3(月)・23(日)・24(月)

*申込(電話含む)は開所時間内に受付けます。

申込について



電話・窓口

電話と窓口で
受け付けます。



窓口

窓口でのみ受け付けます。
電話では申込みできません。



2次元

2次元コードで
受け付けます。



申込不要

申込みは必要ありません。
当日会場にお越しください。



杉並区ホームページ
から、プラザニュース
をご覧ください。
(毎月 25 日に更新)

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s091/3536.html>

赤ちゃんにも家族にも優しい夜泣き講座
5 日(水) 10:30～11:15

「まだ夜泣きする…」 「なかなか寝ない」 等お子さんの睡眠に
ついてのお悩みはありませんか？睡眠の基礎知識から寝かし
つけのコツまで、夜泣き改善のヒントを一緒に探しましょう。

- 対象■ 乳幼児親子
- 定員■ 15 組 *託児はありません。
- 申込■ 10 月 22 日(水)～先着順です。
- 講師■ 臨床心理士 山口 英里さん



作って飾ろうアルバムカフェ
～ガーランド作り～
19 日(水)

① 10:00～10:45 ② 11:00～11:45

お気に入りの写真と色々な素材を使って手作りのかわいい
ガーランド作りをしましょう！

- 対象■ 乳幼児親子 *保護者のみの参加もできます。
- 定員■ 各回 10 組
- 申込■ 5 日(水)～先着順です。
- 持ち物■ プリントした写真 5～6 枚
- 講師■ アルバム大使 園田 利香さん
- 共催■ 杉並区母親クラブ連絡会・母親クラブ三色すみれ

予告

★マタニティセミナー★
バランスボールエクササイズ
30 日(日) 10:30～11:45

体に優しいバランスボールエクササイズで汗を流し、
心も体もすっきりしませんか？

- 対象・定員■
 - ・妊娠 20 週以降で運動制限されていない方 5 名
 - ・産後 6 か月以内 (R7 年 5 月～10 月生まれ) の
赤ちゃんとその母親 5 組
 - *保護者のみの参加もできます。
 - *託児がないのできょうだい児は同伴できません。
- 申込■ 7 日(金)～28 日(金) 先着順です。
- *キャンセル待ちは電話または窓口で受け付けます。
- *キャンセルが出た際は前日 29 日(土)夕方までにご連絡をします。
- 持ち物■ タオル・飲み物・着替え
*動きやすい服装でご参加ください。
(デニム・スカート・タイツ不可)
- 講師■ 産前産後バランスボール&フィットネスインストラクター
白石 あすか さん



<https://logoform.jp/f/994bx>

成田保育園の園庭に遊びに行こう！

18 日(火) 11:00～11:30

保育園の園庭に遊びに行きましょう！

- 対象■ おおむね 1 歳親子 ■定員■ 15 組
- 申込■ 4 日(火)～先着順です。

*汚れても良い服装でご参加ください。

*当日現地集合です。雨天時はプラザでふれあい遊びなどを行います。



★わくわくタイム★ 千アダンス教室

22 日(土) 14:00～15:00

両手にボンボンを持って、音楽に合わせて楽しく
身体を動かしましょう！

- 対象■ 年少～年長児 (2019.4.2～2022.4.1 生まれ)
- 定員■ 20 名

■申込■ ・9/25 の千アダンス教室を受けていない方
→ 8 日(土)～21 日(金)

・9/25 の千アダンス教室を受けた方
→ 15 日(土)～21 日(金)

*先着順です。

*動きやすい服装でご参加ください。

■講師■ ダンス講師 中村 陽子さん



プラザでプラネタリウムを楽しもう！

2 次元 12 月 6 日(土)

① 9:50～10:30 ② 10:50～11:30
③ 13:20～14:00 ④ 14:20～15:00

星や星座のお話を聞きながら、きれいな星空を楽しみましょう。

- 対象■ 乳幼児親子・小学生
- 定員■ 各回 30 名程度
- 申込■ 11 月 22 日(土)～12 月 5 日(金) 先着順です。
- 協力■ 杉並区立社会教育センター



<https://logoform.jp/f/KQMAJ>



図書館によるプレママパパ講座

12 月 7 日(日) 16:00～16:15

生まれたばかりのお子さんに本を読むってどうということ？
本を選んだり、読み聞かせをしたりする時に、大切なことってあるの？
杉並区のブックスタート事業とあわせて、お話をします。

- 対象■ プレママ・プレパパ ■定員■ 10 組
- 申込■ 電話申込 11 月 24 日(月)～開館時間内
申込フォーム 11 月 23 日(日)～12 月 6 日(土)
- 協力■ 杉並区立図書館



<https://logoform.jp/f/d36FX>



年齢別プログラム

おおむね 1 歳親子

とことこタイム

4・11・25 日(火)
11:00～11:30

手遊びや体操など
親子でふれあい遊びをします。

※18 日は「成田保育園の園庭に遊びに行こう！」
のためお休みです。

はいはい～歩き始め

はいはいタイム

7・14・21・28 日(金)
11:00～11:30

手遊びやわらべうた等の
ふれあい遊びをします。



11 月のお誕生会

10 日(月)11:00～11:20

11 月生まれのお友達のお祝いをします。
ハーフバースデー(5 月生まれ)も対象になります。
誕生月でないお友達も是非お祝いに来てください。

■対象 ■ 乳幼児親子
■申込 ■ 10 月 27 日(月)～11 月 9 日(日)



身体測定

17 日(月)11:00～11:30

お子さんの身長・体重をはかります。

■対象 ■ 乳幼児親子
■協力 ■ 成田地区民生児童委員



おおむね 2・3 歳親子

ぱおぱおタイム

6・13・20・27 日(木)
11:00～11:30

体を動かす遊びや工作、
手遊びなどを親子で楽しみます。

ねんねの赤ちゃん

ねんねタイム

7・14・21・28 日(金)
15:00～15:30

手遊びやわらべうた等の
ふれあい遊びをします。

ﾌﾚﾏﾏ
応援企画!!



マタニティねんねタイム

28 日(金)15:00～15:30

ねんねタイムに参加してみませんか?
出産に向け、先輩ママ・パパと交流できます。
この日は助産師さんも来てくださいます。

■対象 ■ フレママ・プレパパ 5 組
■申込 ■ 7 日(金)～27 日(木)先着順です



<https://logoform.jp/f/lvZrc>



パパと一緒にあそぼう!

15 日(土)11:00～11:30

ふれあい遊び等をパパと一緒に
楽しみましょう。

ママだけでの参加もできます

■対象 ■ 1～3 歳親子



0 歳の

パパと一緒にあそぼう!

22 日(土)11:00～11:30

ふれあい遊びや絵本の読み聞かせをします。

パパと一緒にママも参加ができます。

■対象 ■ 0 歳親子 15 組程度
プレママ・プレパパ 5 組

■申込 ■ 7 日(金)～先着順



知ってほしい!

すべての子どもは
権利を持っています

その 2「自分らしく生きる権利」

大切にされるよ!

あいのままの自分

取り組めるよ!

興味や関心
があること



区 HP「杉並区子どもの権利に関する条例」→
子ども政策担当課

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



小学生タイム ﾌﾗｽ

5・19 日(水)

16:45～17:15

※プレイホール利用は
小学生だけになります。

小学生といっしょ

毎週木曜日

16:30～16:45

小学生と一緒に遊んだり
ダンスをしたりします。

小学生タイム

毎週木曜日

16:45～17:45

※プレイホールの利用は
小学生だけになります。

利用対象

- 乳幼児とその保護者
※小学生や中高生が利用できる部屋もあります。
※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(プレママ・プレパパ)

アクセス

- ◆すぎ丸バス(阿佐ヶ谷駅・浜田山駅間)
「鎌倉街道」下車 徒歩 1 分
「三年坂」下車 徒歩 3 分
- ◆関東バス(中野駅・五日市街道営業所間、中 35 系)
「杉二小前」下車 徒歩 1 分
- ◆東京メトロ丸ノ内線「南阿佐ヶ谷駅」下車 徒歩 15 分



一時預かり

1 時間単位で

就学前のお子さんをお預かりします。

- *利用料 1 時間 800 円です。(杉並子育て応援券利用可)
- *初めて利用する際は、事前に登録・面談が必要です。
- *受付(預かり)時間は平日 9:00～17:00
- *土曜日 9:00～16:00 です。日曜日はお休みです。
- *お問い合わせ専用ダイヤル: 03(6915)1633

面談・ご利用の予約をする場合は、一時預かり
利用申込みシステムからお申し込みください。

※お電話での予約は出来ません。



👉ご案内はこちら

👉ご予約はこちら

別会場

ﾌﾗｻﾞ職員の
よしえ先生とあそぼう!

浜田山乳幼児室からのお知らせ

乳幼児向けのおもちゃが置いてあります♪
親子でのんびり過ごすことができるお部屋です。



26 日(水)10:30～11:00

絵本を読んだり工作をしたり、親子で楽しむ時間です。

- 対象 ■ どなたでもどうぞ
- 定員 ■ 20 組
- 申込 ■ 12 日(水)～25 日(火)先着順です。
当日の申し込みは直接会場へおこしください。
- 問い合わせ ■ 子ども・子育てプラザ成田西
- 場所 ■ 浜田山学童クラブ校外育成室

<https://logoform.jp/f/AMFrG>



- 開室時間: 月～金曜日 10:00～17:00
- 休館日: 土曜日・日曜日・祝日・年末年始
- 利用できる方: 0 歳から就学前のお子さんとその保護者
(乳幼児だけでの利用はできません)
- お願い: 館内での食事・おやつについては館内の掲示をご覧ください。
- 住所: 杉並区浜田山 4-21-3

* 問い合わせ: 子ども・子育てプラザ成田西 03(3391)1857

「浜田山乳幼児室」の正式名称は、「浜田山学童クラブ校外育成室内乳幼児室」です。