

ハラザニュース
令和8年

1月

子どもの成長と子育てを応援します。

乳幼児を連れていつでも気軽に遊べ、
ゆったりと自由に過ごすことができます。

申込について



電話と窓口で
受け付けます。



2次元コードで
受け付けます。



窓口でのみ受け付けます。
電話では申込みません。



申込みは必要ありません。
当日会場にお越しください。

11(日)・17(土)は、休日パパママ学級・母親学級が開催されます。
プレイホールは終日使えません。ご理解とご協力をお願いいたします。



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

■1月の休業日 1日(木)～4日(日)・12日(月)

*申込(電話含む)は開所時間内に受付けます。



杉並区ホームページ
から、プラザニュース
をご覧いただけます。
(毎月 25 日に更新)

ししまい 獅子舞をみよう

10日(土) 11:00～11:30

にぎやかなおはやしに乗ってプラザに獅子舞がやってきます。
健康に過ごせるよう頭をかんでもらえるかも知れません。

- 対象 ■ どなたでもどうぞ。
- 協力 ■ 友栄曾囃子連中

★ねんねタイム★

わらべうたベビーマッサージ

23日(金) 15:00～15:30

わらべうたを歌いながら、オイル不要のマッサージで
赤ちゃんとふれあいましょう♪

- 対象 ■ 0歳(ねんね)の親子 ■定員■ 15組程度
- 申込 ■ 9日(金)～先着順です。
- 講師 ■ わらべうたベビーマッサージインストラクター
えいこさん

<https://logoform.jp/f/8tO1P>



安心抱っこ講座

25日(日) 10:30～11:30

赤ちゃんにやさしい抱っこ、抱っこひもの使い方の
コツをご紹介します。

- 対象 ■ 0歳親子 ■定員■ 10組
- 申込 ■ 9日(金)～先着順です。
- 持ち物 ■ お手持ちの抱っこひも
※まだご用意されていない方はなくても構いません。
- 講師 ■ 助産師 大坪 三保子さん



★はいはいタイム SP プログラム★

保育園の先生に聞いてみよう

～1歳児クラス入園前に知りたいこと・準備しておくこと～

30日(金) 11:00～11:30

「そろそろ保育園の準備をしなきゃ…」でも何を用意したら
いいの?何かしておくことはあるの?初めてで不安だったり
困ったりしていることを聞いてみませんか?

- 対象 ■ 1歳児クラス入園を考えているお子様の保護者

- 申込 ■ 9日(金)～28日(水)

申込みの際に事前アンケートを取ります。

※当日直接参加もできます。<https://logoform.jp/f/3AaP7>

- 協力 ■ 萩窪南保育園 主査 今西 昌子さん



とことこリトミック

20日(火) 11:00～11:45

音楽やリズムを体感する!表現する!

親子で一緒に楽しみましょう♪

- 対象 ■ 1歳(1/20 時点)とその保護者 ■定員■ 30組
- 申込 ■ 6日(火)～先着順です。

※6/24(火)のとことこリトミックを受けた方→13日(火)～

- 講師 ■ リトミック講師 高崎 真由子さん



2次元

パートナーマッサージ

24日(土) 13:30～14:15

妊娠期、身体の大きな変化とともに、足がつたり肩がこったり腰
が痛くなる等、不調が出てきていませんか?パートナーにマッサー
ジをしてもらって心も身体もリラックスしましょう!日常のケアや
マッサージの方法を鍼灸師さんに教えてもらいます♪

- 対象 ■ マタニティさんとそのパートナー
※託児はないので、できるだけ児はお部屋に入れません。

- 定員 ■ 6組

- 申込 ■ 9日(金)～23日(金) 先着順です。

- 講師 ■ 鍼灸師 山口 あやこさん

<https://logoform.jp/f/E93S3>



★わくわくタイム♪ キッズダンス♪

29日(木) 15:30～16:15

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 ■ 15日(木)～28日(水) 窓口のみ受付。先着順です。
- 持ち物 ■ 汗拭きタオル・飲み物・上履き
※動きやすい服装でご参加ください。
- 講師 ■ ダンス講師 神田 恵実さん



窓口

予告 断乳・卒乳講座

2月4日(水) 10:30～11:30

これから断乳・卒乳を始めるにあたって気をつけることや、
準備しておくこと等、助産師さんにお話しいただきます。

- 対象 ■ 乳幼児親子 ■定員■ 15組

- 申込 ■ 21日(水)～先着順です。

- 講師 ■ 助産師 岡田 いずみさん



年齢別プログラム

*1月のプログラムは、8日(木)から実施します。



おおむね1歳親子

とことこタイム

13・27日(火)

手遊びや体操など
親子でふれあい遊びをします。
※20日は「とことこリトミック(申込制)」
のためお休みです。

はいはい～歩き始め

はいはいタイム

9・16・23・30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。

※30日は「保育園の先生に聞いてみよう」です。



パパと一緒にあそぼう！

18日(日)11:00～11:30

ふれあい遊び等をパパと一緒に
楽しめましょう。

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！

24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 ■ 9日(金)～先着順

小学生タイム +

7・21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系統)
「杉並第二小学校」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



別会場

浜田山乳幼児室からのお知らせ

まゆ先生のちいさなちいさな音楽会

29日(木)10:30～11:00

まゆ先生のオリジナルソング、手遊びや絵本を取り入れた
カラフルな音楽会です。

■対象 ■ 0歳～未就園児親子

■定員 ■ 18組 先着順です。

■申込 ■ 15日(木)～28日(水)

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

■協力 ■ カラフル音楽家★まゆ先生(下村真有美さん)



<https://logoform.jp/f/RP0NI>



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

○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。

ボールプールデー

毎週月曜日 10:00～16:00

※他の行事の都合により変更になる場合もあります。

■対象 ■ 乳幼児親子



おおむね2・3歳親子

ぱおぱおタイム

8・15・22・29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。



おはなしのじかん

毎週月曜日 15:00～15:15

成田図書館の職員や地域のボランティアさんが
絵本の読み聞かせをしてくださいます。

■対象 ■ 乳幼児親子

※ 5日はお休みです。



マタニティねんねタイム

30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います。

■対象 ■ プレママ・プレパパ 5組

■申込 ■ 9日(金)～29日(木)先着順です

<https://logoform.jp/f/I4ETG>



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4 「意見を聽かれる権利」

子どもの 思い 考え 意見

伝えることができるよ



ちゃんと聞くよ

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>



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【現金・子育て応援券

(紙券/デジタル)・キャッシュレス支払可】

*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