

ハラザニュー 2026年 10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。

子ども・子育て
ハラザ
成田西



編集・発行：児童青少年課
子ども・子育てハラザ成田西
〒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

■10月の休業日 4日(日)・12日(月)

*申込み(電話を含む)は開所時間内に受付けます。

*申込みはすべて先着順となります。

申込について



電話・窓口

電話と窓口で
受け付けます。



2次元

2次元コードで
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。



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、ハラザニュー
がご覧いただけます。
(毎月 25 日に更新)

3日(土)・25日(日)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。



電話 2次元

★マタニティセミナー★ 図書館によるプレママパパ講座 4日(日) 12:00～12:15

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。

また、図書館員が、プレママパパに読み聞かせもします。

■対象 ■ プレママ・パパ ■申込 ■ 9月13日(日)～

■協力 ■ 成田図書館

<https://logoform.jp/f/W219F>



電話・窓口

★ほいほいタイムSP★ わらべうたキッズマッサージ 9日(金) 11:00～11:30

わらべうたをうたいながらのオイル不要のマッサージです。
お座り姿勢で楽しめます♪

■対象 ■ 動き始め～はいはいのお子さんとその保護者

■定員 ■ 20組 ■申込 ■ 9月25日(金)～

■講師 ■ わらべうたキッズマッサージインストラクターえいこさん



窓口

★ほいほいタイムSP★ ベビーのヘアカット講座 23日(金) 11:00～11:45

現役の美容師さんに、おうちでできる

赤ちゃんのヘアカットとヘアケアのコツを教えてください。

■対象 ■ ねんねとはいはいのお子さんとその保護者

■定員 ■ 15組 ■申込 ■ 9月25日(金)～

■講師 ■ 長崎 泰道さん



電話 2次元

窓口

赤ちゃんふれあい体験 参加者募集！

27日(火) 11:00～12:00

ハロウィン工作をきっかけに、
中学生とお子さんとのふれあい体験にご協力ください！

10/28・11/5・11/6も、年齢別プログラム後にふれあい体験を予定しています。

■対象 ■ 0～3歳の親子 ■定員 ■ 15組程度 ■申込 ■ 13日(火)～

■持ち物 ■ お子さんの写真や母子手帳、マタニティフォト等

■共催 ■ 東田中学校 ■協力 ■ 東田中学校支援本部

<https://logoform.jp/f/kwS58>



窓口

★わくわくタイム★ 千アダンス 29日(木) 15:15～16:15

両手にポンポ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(2020.4.2～2023.4.1生まれ)

■定員 ■ 20人 ■申込 ■ 15日(木)15:30～

■持ち物 ■ 上履き・飲み物・汗ふきタオル ■講師 ■ 中村 陽子さん



電話・窓口

★子育て支援講座★ アンガーマネジメント講座 6日(火) 10:30～11:30

「また怒っちゃった…」ストレスフルの子育ての中で怒りの
感情と上手に付き合うヒントを一緒に学んでみませんか？

■対象 ■ 乳幼児親子 ※託児はありません

■定員 ■ 20組程度 ■申込 ■ 9月16日(水)～

■講師 ■ 一般社団法人 日本アンガーマネジメント協会認定

アンガーマネジメントファシリテーター

大野 由美さん



申込不要

のいものランド

20日(火) 14:30～15:30

ハラザにサーキットが出現！コンビカーをめいっぱい楽しみましょう！

■対象 ■ 乳幼児親子



電話・窓口

★パパと一緒にあそぼうSP★ パワフルリトミック

24日(土) 11:00～11:30

音楽に合わせて元気にリトミック♪

※親子ともに動きやすい服装でお越しください。

■対象 ■ 1～3歳の親子 ■定員 ■ 25組

■申込 ■ 10日(土)～

■講師 ■ 森 貴子さん

予告

★子ども・子育てハラザ成田西 出張子育て支援講座★

ほめるってどうするの？

～ほめて育てる育児のコツ～

11月 4日(水) ①ほめてみよう

11日(水) ②一緒に楽しもう

18日(水) ③しつづけに挑戦

馬橋児童館で
実施します

10:30～11:30
【全3回】

子育ては毎日のことだから、イライラしたり、困ったり、つい大声で叱っ
てしまったり…。一緒に楽しい子育てのヒントを見つけたいきましょう。
より良い親子関係を作り、子育てを楽しみたい方はぜひご参加ください。

子ども・子育てハラザ職員による参加型講座です。

■対象 ■ 杉並区在住で、1歳6か月～3歳のお子さんの保護者
※3回連続参加ができる方

■定員 ■ 6組 ※託児あり。お子さん同伴で参加できます。

■申込 ■ 14日(水)～31日(土) 右記2次元コードまたは

電話・窓口申込の方は馬橋児童館まで。

☎03-3330-0794

■会場 ■ 馬橋児童館 杉並区高円寺北 4-2-17



<https://logoform.jp/f/hPNu0>



申込不要

年齢別プログラム

おおむね1歳親子

とことこタイム

7・14・21・28日(水)
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

はいはい～歩き始め

はいはいタイム

2・16・30日(金)
11:00～11:30

手遊びや音楽遊び等のふれあい遊びをします。
※9日は「わらべうたキッズマッサージ(申込制)」です。
※23日は「ヘアカット講座(申込制)」です。

おおむね2・3歳親子

ばおばおタイム

1・8・15・22・29日(木)
11:00～11:30

体を動かす遊びや工作、
絵本の読み聞かせをします。

ねんねの赤ちゃん

ねんねタイム

2・9・16・23・30日(金)
15:00～15:30

手遊びやふれあい遊び・工作等をします。



申込不要

身体測定

19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



電話・窓口

10月のお誕生会

26日(月)11:00～11:20

10月生まれのお友達のお祝いをします。
ハーフバースデー(4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 ■ 13日(火)～25日(日)



2次元

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くださり、足形工作をします。

■対象 ■ プレママ・プレパパ5組
■申込 ■ 3日(土)～29日(木)

<https://logoform.jp/f/Bc6mH>



7シママ
応援企画!!

0歳のパパと一緒にあそぼう!

31日(土)11:00～11:30

ハロウィンおもちゃを手作りします。
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 ■ 16日(金)～



申込不要

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



申込不要

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れます。

■対象 ■ 乳幼児親子



申込不要

へんしんしゅあつ

毎週火曜日 10:00～17:30

好きな衣装を着て、フォトスポットで写真を撮ろう!
※他の行事の都合により変更になる場合があります。

■対象 ■ 乳幼児親子

にじ日時: 10月18日(日) 10:30～15:30
ぼしし しもたかいと こうえん
場所: 下高井戸おおぞら公園

詳細はこちら↓



《相談予約ができます》

子育ての悩みなど身近に相談できます。(相談室もあり
ます。ご家庭のニーズに応じて「どのようなサービスが
あるか」「どう利用すればよいか」等、区や地域の子育
て支援サービスの利用相談と情報提供を行います。

こちらから予約してください ⇒

<https://logoform.jp/f/B6D2R>

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1「安心して生きる権利」

守られるよ!

- ・命と、健康
- ・知られたくない秘密
- ・安心して過ごせる居場所

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/zyoure.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(※デジタルのみ)
・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。

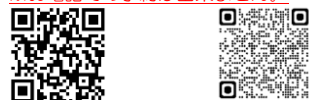
*受付(預かり)時間は平日 9:00～17:00

土曜日 9:00～16:00 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

利用対象

- 乳幼児とその保護者
※小学生や中学生が利用できる部屋もあります。
※乳幼児だけ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
- ◆東京メトロ丸の内線「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～秋～

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



2次元

8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 ■ 9/24(木)～10/8(木)

当日の申し込みは直接会場へお越しください。

■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/qj6MO>

「浜田山学童クラブ校外育成室内乳幼児室」

○開室時間 月～金曜日 10:00～17:00

○休館日 土曜日・日曜日・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