

今月のテーマは
でんしゃ



2025 子ども・子育て
11月 下井草



【編集・発行】児童青少年課
子ども・子育てプラザ下井草
〒167-0022 杉並区下井草 3-13-9
TEL 03-3396-8888

【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（12月29日～1月3日）
今月の休業日 2(日)・3(月)・23(日)・24(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♪

要申込 お星さまの世界へ行こう！

星空プラネタリウム

9(日) ①9:30～10:00 ②10:30～11:00
③11:30～12:00 ④13:30～14:00

ドーム型のプラネタリウムに入って
今夜の星空を見てみよう！

- ◆対象：乳幼児親子・小学生
- ◆定員：各回 14 席
- ◆申込：10月26日(日)～※区民優先
※保護者が受付で申込んでください
(小学生は本人でも申込みます)
- ◆協力：杉並区社会教育センター

みんなであそぼう！

うたとパネルシアター

19(水) 10:30～11:15

「こぶたぬきつねこ」の歌に合わせて
みんなであそぼう！

- なりきり帽子のかんたん工作や
パネルシアターもあるよ！
- ◆協力：絵本・なかやま
- ◆対象：乳幼児親子
当日受付でお申込みください

要申込 でんぐり返しをやってみよう！

親子でマット運動

22(土) ① 10:30～11:00
(対象:2・3歳の幼児親子)
② 11:10～11:40
(対象:4歳以上の幼児親子)

体操の先生がマット運動の基本や
お家でもできる でんぐり返しの
コツを教えてください

- 講師：野辺 洋先生
石川 志穂美先生
- ◆定員：各回 16 組程度
- ◆申込：8日(土)～
※保護者が受付または電話で申込んでください



要申込 ようこそプラザへ！

赤ちゃん絵本の選びかた

16(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いうこと？
本を選んだり 読みかき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 図書館職員がプレママ・プレパパに読みかきせをします

- ◆対象：妊娠中の方とそのパートナー
0才児親子もどうぞ
- ◆定員：8組
- ◆申込：10月30日(木)～
※本人が受付または電話で申込んでください
- ◆協力：阿佐谷図書館

要申込 看護師さんに聞いてみよう！

教えて！冬の過ごし方

17(月) 14:00～14:45

冬に気をつけること冬の衣服の選び方
空調設定等についてのお話が聞けます

- 講師：下井草保育園看護師
- ◆対象：乳幼児親子
- ◆定員：40組程度
- ◆申込：4日(火)～
※保護者が受付または電話で申込んでください
- ◆協力：下井草保育園

要申込 栄養士さんに聞いてみよう！

離乳食の話

20(木) 14:30～15:15

中期～後期の離乳食の進め方を中心に
栄養士さんがお話ししてくれます
気になることなど質問もできますよ！

- 講師：下井草保育園栄養士
- ◆対象：0、1歳の乳幼児親子
- ◆定員：30組程度
- ◆申込：6日(木)～
※保護者が受付または電話で申込んでください
- ◆協力：下井草保育園

要申込 プレママ・プレパパ大歓迎！

エコー写真

フォトスタンドづくり

29(土) 11:00～11:45

エコー写真や生まれてくる
赤ちゃんへのメッセージを飾る
フォトスタンドを作りましょう

- ◆対象：プレママ・プレパパ
- ◆定員：8組
- ◆申込：15日(土)～
- ◆材料費：100円(当日お持ちください)
- ※本人が受付または電話で申込んでください
10分前(10:50)にお越しください



パパとあそぼう！

親子で運動会

あそび

29(土)
10:30～11:00

親子で力を合わせて
ゴールを目指そう！
楽しい種目が
盛りだくさんです
動きやすい服装でお越しください

- ◆対象：乳幼児親子

あつまれ赤ちゃん！

0才の パパとあそぼう

30(日)
10:15～10:30

手あそびやわらべうたで
あそびます！
プレママ・プレパパも
参加できます

- ◆対象：プレママ・プレパパ
0才児親子

要申込 助産師さんのお話＆相談会

夫婦で聞こう！ 子育てのコツ

30(日) 10:30～11:30

夫婦で心地よく子育てを
していくためのポイントや
産後のサービスについてお話しします
お一人での参加も大歓迎です！

- 講師：助産師 矢島千詠さん
- ◆対象：プレママ・プレパパ 乳幼児親子
- ◆定員：20組
- ◆申込：15日(土)～
※本人・保護者が受付または電話で申込んでください



☆子ども・子育てプラザ下井草 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～

14(金) 10:15～11:15 ①ほめてみよう
21(金) 10:15～11:15 ②一緒に楽しもう
28(金) 10:15～11:15 ③しついに挑戦

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ら...
一緒に楽しい子育てのヒントを見つけていきましょう
子ども・子育てプラザ下井草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 ■10月24日(金)～11月9日(日)先着順

電話申込可(本天沼児童館にお電話ください)

■会場 ■本天沼児童館(杉並区本天沼 3-34-35)

☎03-3395-3803

本天沼児童館で開催！
会場にご注意ください



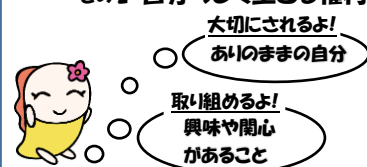
月～金 10:00～18:00
土 9:00～17:00

<https://logoform.jp/form/Y4qR/1026549>

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」



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.htm>

プレイルームは使えません

15(土)・16(日)

両日ともに 9:00～17:00

杉並区主催のプレママ学級のため
プレイルームは終日利用できません
ご協力お願いします

申込みについて

- 申込時間 月～金 9:00～18:00
土日 9:00～17:00
- 申込対象はプログラムによって異なります
- 区民優先プログラムは、当日空きがあれば
区外の方も申込ができます
- 申込は定員になり次第締め切りとさせていただきます

11月の年齢別プログラム 当日受付で申し込んでください 対象:乳幼児親子



おおむね0歳児対象

木ねんねはいはい タイム

10:30~11:00 / 14:30~15:00
6・13・20・27

※20日は午前のみ実施
午後は「離乳食の話」のためお休みです
※午前・午後とも同じプログラムです
どちらかご都合に合わせてご参加ください



おおむね1歳児対象

火よちよち タイム

10:30~11:00
4・11・18・25



おおむね2・3歳児対象

水とことこ タイム

10:30~11:00
5・12・19・26



年少さん~年長さん対象

火わんぱくタイム

15:00~15:45

4日 手形アート
11日 2週連続工作あそび
~大きな家をつくろう!~
18日 11日は 絵具でペインティング
18日は お菓子の飾りをはろう
※12月のラウンジに飾ります
汚れてもいい服装で来てください
25日 わんぱくクッキング(要申込)
(詳しくは下配をご覧ください)



フルママ
フルパパ
大歓迎!

みんなあつまれ!

のび~のひろば

7(金)10:30~11:15
(身体測定受付 11:00 終了)

身体測定・情報コーナー
おしゃべりコーナーなど盛りだくさん
●共催:あそび~の下井草
●協力:民生児童委員
◆対象:乳幼児親子



リズムにあわせてあそぼう!

みんな de ドレミ

10(月)10:30~11:00

~ のいのこっこ ~

ピアノに合わせて体を動かしたり
ふれあいあそびを楽しみましょう!

◆対象:乳幼児親子



なおしてもらおう!

おもちゃの病院



13(木)13:00~14:30

おもちゃは6日(木)からお預かりします
20日(木)までに取りにきてください
20日家族1点とさせていただきます
●協力:杉並おもちゃドクターズ
◆対象:乳幼児親子



要申込

わんぱくクッキング

「蒸しパン」づくり

25(火)15:00~15:45

みんなで作って おいしく食べよう!

◆対象:年少~年長親子 ◆定員:20組
◆材料費:100円(子ども一人につき)
◆申込:4日(火)~18日(火)
※保護者がおつりのないよう材料費をそえ
受付で申し込んでください
※18日以降の返金はできません
◆持ち物:てふきタオル、飲み物、エプロン
ウエットティッシュ(またはおしぼり)



小学生も
遊べます!

プレイルームで広々と!

トレイン GO!!

1(土)・8(土)
9:00~16:30



電車のおもちゃでダイナミックにあそべます!
※プレイルームで一部遊べない遊具があります
◆対象:乳幼児親子 小学生



小学生も
遊べます!

マルチ3で開催!

月曜日の おもちゃルーム

(月)14:00~17:00

いつもは出ていないおもちゃで
たくさんあそぼう!
*プログラム等の都合で
お休みになることがあります
◆対象:3歳~小学生



小学生も
遊べます!

みんなで楽しく♪

わくわくタイム

(月)(水)(木)(金)(土)(日)
15:30~
(火)
15:45~

親子のふれあいあそびや
ダンスなどを楽しめます
※火曜日は「わんぱくタイム」終了後に行います
※プログラム等の都合により中止または
時間が変更になることもあります
◆対象:乳幼児親子・小学生



水ようびは♪

小学生との 交流タイム

(水)15:30~16:00

小学生のお兄さん、お姉さんと一緒に遊ぼう
小学生が楽しく遊ぶお手伝いをします。

◆対象:乳幼児親子・小学生

※16:45~17:45は小学生タイムのため
プレイルームの自由利用はできません



子ども・子育てプラザはこんな施設です

居場所事業 ~ほっと・つど・つながる~

◇乳幼児を連れていつでも気軽に立ち寄り、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)も気軽に立ち寄りてください。
先輩ママと交流もできます。

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。
(月~金 10:00~17:00)

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、
小学生や中学生も利用ができます。
◇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
(妊娠中の方とそのパートナー)

車椅子をご利用の方へ

受付は2階にありますが、
スロープをご利用いただけます。
車椅子で使えるトイレも
ありますので、お気軽に
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が
ご覧いただけます。
(毎月25日に更新)

アクセス

☆関東バス【下井草2丁目】下車 徒歩3分
◎荻窪駅・下井草駅間 荻10系統
◎阿佐ヶ谷駅・下井草駅間
阿50、阿51系統
☆西武新宿線【下井草駅】下車 徒歩8分

