

プラザニュース

令和8年



編集・発行：杉並区児童青少年課
子ども・子育てプラザ高円寺
〒166-0003
杉並区高円寺南2-52-2
TEL：03-3315-0395

子どもの成長と子育てを応援します。
乳幼児を連れてゆったりと自由に過ごすことができます。

【開所時間】

《月～金》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
4（日）12（月）

事前申込制のイベント

＜事前申込制のイベントの申し込みについて＞

- 事前申込制のプログラム（講師の先生のプログラムや行事等）は、事前に申し込みが必要です。
- 杉並区在住の方は受付開始の日時から、プラザの窓口にて申し込みができます。＊申込は杉並区民優先となります。
- 区外の方は、プログラム実施日1週間前の14：00から空きがあれば申し込みができます。
- ※電話での申し込みはできません。・定員になり次第締め切ります。

親子ふれあい体操

2(金) 11:00～11:40

講師：芹沢 和子 先生

＜対象＞おおむね1歳児

～未就園児

＊お子さんが1人で歩けるようになったら参加できます。

＜定員＞16組

＜申込＞9/11(金) 14:00～

手遊び、ふれあい遊び、リズム遊びなど、体をたくさん動かして遊びましょう。

イヤイヤ期に 自己肯定感を育む子育て

3(土) 10:15～11:45

＜講師＞飯田 佳子 先生(公認心理師)

＜対象＞おおむね1歳～3歳のお子さんを
持つ保護者

＜定員＞20組

＊託児はありませんが、後方にお子さんが
遊べるスペースを用意します。

＜申込＞9/11(金)14:00～

自己肯定感を育む為には、どのように子ども
と関われば良いのか、子どもが大きくなって
も役に立つ子育ての軸となる講座です。
大人の方複数人で参加していただけます。祖
父母の方もぜひどうぞ。

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講座～

10/2(金)9(金)16(金)

10:15～11:15【全3回】

＜対象＞杉並区在住の1歳半～3歳の
お子さんを持つ保護者

＊3回すべてに参加可能な方

＜定員＞6組

＜申込＞9/11(金)14:00～

子育てをする保護者同士でワークやロール
プレイをする、参加型講座です。
保護者の方のみの参加も歓迎！
同室託児スペースもあります。



申し込みフォーム <https://logoform.jp/f/WsyZu>

ベビーマッサージ

9(金) 11:00～11:30

＜講師＞稲垣 綾 先生

(チャイルドボディセラピスト)

＜対象＞2ヶ月～7ヶ月までの乳児親子
(首のすわっているお子さん)

＜定員＞15組

＜参加費＞100円(オイル代として)

＊申込時にお預かりします。

＊釣銭がないように、お願い致します。

＜申込＞9/25(金)14:00～



出張子どもセンター

(高円寺子どもセンター)

＜実施日＞(月)5

(火)6.13.20.27

(水)7.14.21.28

(木)1.8.15.22.29

(金)2.9



窓口予約システム

＜予約枠＞9:30～/10:00～/10:30～

11:00～/11:30～

保育所入所手続きの相談や子育て支援サービ
スの紹介など、子どもセンター職員が質問にお
答えします。＊予約枠優先のため当日受付はお
待ちいただくことがあります。

妊娠期のご家族対象プログラム

★こちらのプログラムのみ電話での申込ができま
す。参加ご希望の場合は事前にお電話ください。

施設見学&おまめタイム体験

15(木) 10:00～10:45

施設見学の後、おまめタイムの体験がで
きます。

施設見学&ワンポイントタイム体験

毎週水～金曜日 14:45～15:15

利用の説明と施設の見学、ミニプログラム
体験ができます。



プラザハロウィンパーティー

30(金) 14:30～16:45

14:30～16:25 プレイランド(ゲームタイム)＊受付：16:10まで

16:30～16:45 ダンスパーティー

＜対象＞乳幼児親子・ダンスパーティーからは小学生も可

＜申込＞必要ありません。時間内にプラザにお越しください。

＊混雑状況により一部エリアが早めに終了する場合があります。

＊プレイランド(ゲームタイム)で実施する「ほわほわおばけを見つけよう」の景品は
限定80個となります。無くなり次第景品プレゼントは終了です。

＜仮装の持ち込みについて＞2階で着用できます。

フォトスポットやプレイランドでいつもと違った遊びを楽しみましょう。



すぎなみ舞祭

日時：10月18日(日)

10:30～15:30

場所：下高井戸おおぞら公園

ステージでの出し物や、
食べ物のお店
無料で楽しめるキッズエリア
が楽しめます。

当日申込制イベント



8(木)21(水) 15:30~16:30

〈対象〉年少児〜年長児の親子

(受付: 15:25~16:00)

〈定員〉当日先着 12組

*受付時間内に受付をすれば参加できます。1回4組、20分交代制です。

16:10~16:30の時間は小学生も参加できます。

小学生の受付終了時間は16:15です。小学生の定員は当日先着10名です。



11(日)18(日)25(日) 11:30~11:45

〈対象〉乳幼児と父親 お父さんとお子さんで一緒にできるふれあい遊びなど簡単なあそびを紹介します。

〈定員〉特にありません*受付は特にありません。時間までにお集まりください



20(火)24(土) 15:15~15:45(受付: 15:00~)

〈対象〉乳幼児親子

〈定員〉当日各回先着 25組

音楽に合わせてダンスをしたり楽器を使ったりなどをする、親子で一緒に楽しむ音楽プログラムです。

当日申込制

0・1・2・3歳児親子年齢別プログラム

年齢に合わせたふれあい遊びや工作、親子体操などを親子で楽しめます

※当日の申込が必要です。直接、子ども・子育てプラザ高円寺へお越しください。

1歳9か月〜未就園児の



火曜 11:00~11:30

〈実施日〉6.13.20.27

〈定員〉先着 20組

〈受付〉当日 10:45~

1歳〜1歳8か月までの



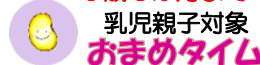
水曜 11:00~11:30

〈実施日〉7.14.21.28

〈定員〉先着 25組

〈受付〉当日 10:45~

0歳6か月までの



木曜 10:15~10:45

〈実施日〉1.8.15.22.29

〈定員〉先着 16組

〈受付〉当日 10:00~

0歳7か月〜1歳までの



木曜 11:00~11:30

〈実施日〉1.8.15.22.29

〈定員〉先着 20組

〈受付〉当日 10:45~

毎週火〜金曜日 15:00~ 〈対象〉乳幼児親子

ワンポイントタイム

*午後のプログラム実施日を除く *午前のプログラムのない期間は11:00~も実施します
ふれあい遊びや絵本の読み聞かせなど5分程度のプログラムを行います

《当日申込プログラムについて》

- ・当日申込のプログラムは受付開始時間に定員を超えた場合、抽選となります。
- ・受付時間までに石鹸での手洗いと利用票の記入を済ませた方が抽選にご参加できます。
- ・定員に達していない場合でも、プログラム開始後10分が過ぎましたら受付を締め切ります。

移動文庫みつばち

〈実施日〉15(木)15:00~16:30

気持ちをテーマにした絵本や、子育てに役立つアンガーマネジメントの本などを紹介して頂いたり、直接先生とお話する事ができます。

大野 由美さん

一般社団法人日本アンガーマネジメント協会
認定ファシリテーター、主任児童委員

小学生と乳幼児の交流プログラム

いっしょにあそぼ

毎週 金曜日 16:30~16:45

小学生といっしょにダンスをしたりゲームをしてあそびます。

小学生占有タイム 16:45~17:45

プレイホールは、小学生の占有の時間になります。

のりものタイム

〈実施日〉5(月)16(金)19(月)23(金)26(月)

10:00~11:30

子ども用の乗り物や屋根付きカーに乗って遊べます。

○の日は、のりものタイムプラスの日で、ボールプールやトランポリンなどの遊具もあります。

〈申込〉事前の申込は必要ありません。

すべての子どもは権利を持っています
守られるよ!

「安心して生きる権利」

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/zyoure.html>



- ・命と、健康
- ・知られたくない秘密
- ・安心して過ごせる居場所

《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。



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

こちらから予約してください ⇒

子ども・子育てプラザ高円寺はこんな施設です

☆利用相談事業

ご家族のニーズに応じて、「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。

☆居場所事業〜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り、ほっと過ごすことができます。
- ・年齢に応じた玩具などで、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)も利用できます。

☆子ども・子育てプラザを利用できる方(対象)

- 乳幼児親子
 - 0歳〜未就学児親子
 - 乳幼児だけで利用はできません。(大人の付き添いが必要で)
 - これから子育てを始める方(妊娠中の方とそのパートナー)
 - 小中高生
- 小中高生は1階のマルチルーム2と、ラウンジのみ利用できます。
未就学のお子さんと一緒に遊び場合には1階ラウンジをご利用ください。

一時預かり事業

〜1時間単位でお子さんをお預かりします〜

通院・仕事・リフレッシュ等で、一時的にお子さんを預けたい時にお子さんをお預かりする事業です。令和7年6月2日以降に面談・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。

- ①利用できる日・時間
月〜金曜日 9時から17時
土曜日 9時から16時
- ②お預かりできるお子さん
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
- ③利用料 1時間 800円
※現金、又は子育て応援券(デジタル)キャッシュレス決済がご利用できます。

一時預かり事業専用電話
03-6383-2616(電話での予約は出来ません)

↓杉並区一時預かり利用申込みシステム



▽杉並区ホームページ上で一時預かり利用申込みシステムのご案内をしています。

〈アクセス〉



JR中央線高円寺駅 下車徒歩7分

東京メトロ丸ノ内線
新高円寺駅 下車徒歩10分