

プラザニュース 令和7年

4月

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。



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

【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
6日(日)・29日(火)

事前申込制のイベント

＜事前申込制のプログラムの申込について＞

- 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、**事前に申込が必要**です。
- 杉並区在住の方はプログラム実施日の2週間前14：00から、プラザの窓口にて申込ができます。
※電話での申込はできません。定員になり次第締め切ります。
- 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込ができます。
- キャンセルの場合は、当日のプログラム開始前までに必ずご連絡をお願いします。
当日の申込の場合は、空き状況（キャンセル分を含む）に応じて、プログラム開始5分前に受け付けます。
なお、希望者が多い場合は、ジャンケンとさせていただきます。
- 全てのプログラムにおいて、開始10分を過ぎたら受付を終了いたしますので、遅れての参加はできません。



ベビーマッサージ

25（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

（首の据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）

*参加費を添えて申込下さい。

*釣銭がないように、お願い致します。

〈申込〉 11（金）14：00～

〈持ち物〉 バスタオル

余ったオイルを持ち帰る容器

講師の方と一緒にベビーマッサージをします。

ホホバオイルを使います。



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＆移動文庫みつばち体験＞

17（木）14：40～15：15

利用案内後、

移動文庫みつばちの

プログラムの体験ができます。



＜施設見学＆ワンポイントタイム体験会＞

毎週水～金曜日（休業日を除く）

14：45～15：15

利用の説明と施設の見学、ワンポイントタイム体験ができます。

当日申込制イベント



キッズ工作



16（水）・24（木）

15：30～16：30

（受付：15:25～16:10）



〈対象〉 年少児～年長児の親子

〈定員〉 当日先着12組 1回4組、
20分交代制です。
受付時間内に受付をすれば参加できます。

パパと遊ぼう



13・20・27（日）

11：30～11：45

*受付はありません。



〈対象〉 父親と乳幼児

〈定員〉 ありません。

親子でお手軽なふれあい遊びなどをして遊びます。
妊娠期のご家族の方、見学ができます。

ドレミファランド



12（土）15:15～15:45（受付:15:00～）

18（金）11:00～11:30（受付:10:45～）

〈対象〉 乳幼児親子

〈定員〉 25組

親子で楽しむ音楽プログラムです。



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
幼児親子対象

わかばタイム

火曜 11:00～11:30

＜実施日＞ 15・22

＜定員＞先着 20組

＜受付＞当日 10:45～



1歳～1歳8か月までの
幼児親子対象

ふたばタイム

水曜 11:00～11:30

＜実施日＞ 16・23

＜定員＞先着 25組

＜受付＞当日 10:45～



0歳6か月までの
乳児親子対象

おまめタイム

木曜 10:15～10:45

＜実施日＞ 17・24

＜定員＞先着 16組

＜受付＞当日 10:00～



0歳7か月～1歳までの
乳児親子対象

めばえタイム

木曜 11:00～11:30

＜実施日＞ 17・24

＜定員＞先着 20組

＜受付＞当日 10:45～



ワンポイントタイム

毎週火～金曜日 15:00～
(5分程度のミニプログラムです)

＜対象＞乳幼児親子

＜申込＞ありません。お時間までにお集まりください。

*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を行います。

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。

毎週金曜日 16:45～17:45の時間、

プレイホールの利用は、小学生の占有の時間になります。

《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。
- ・兄弟で参加される場合には、上のお子さんの年齢に合わせて、プログラムにご参加ください。
- ・安全対策等のため人数制限を行っています。年齢別プログラムは1週間にひとつ選んで申し込んでください。

のりものタイム



＜実施日＞ 4(金)、7(月)、11(金)、14(月)、
21(月)、28(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ぶことができます。○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もあります。

＜申込＞事前の申込は必要ありません。

移動文庫みつばち



＜実施日＞ 17(木) 14:30～16:30

講師：大野 由美 先生

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

ほっと一息、お好きな時間でご利用いただけます。
赤ちゃん～大人まで楽しめる絵本が閲覧できます。
読み聞かせもあります。アンガーマネジメントの本や
気持ちをテーマにした絵本もご用意しています。
先生とおしゃべりするだけでも大歓迎です。

＜対象＞乳幼児親子

光と音の癒しの空間／

スヌーズレンタイム

開所日は毎日実施

心がリラックスできる、
光と音を楽しめます。
お子様からお母さん、妊婦さんまで
ゆったり過ごしませんか？

子ども・子育てプラザ高円寺はこんな施設

☆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

☆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す)
- 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ぶ場合には1階ラウンジをご利用ください。

一時預かり事業

1時間単位で就学前のお子さんをお預かりします。

- ・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です。
- ・利用料 1時間 800円
(杉並子育て応援券利用可)
- ・端数は現金払いになります。
- ・初回利用の際は、事前に登録・面談が必要です。
- ＜ご予約・お問い合わせ＞
下記の番号に直接ご連絡下さい。

一時預かり事業専用電話
03-6383-2616

＜アクセス＞



JR 中央線高円寺駅 下車徒歩7分

東京メトロ丸の内線
新高円寺駅 下車徒歩10分