

プラザニュース

令和7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
5（日）13（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。

ハワイアンリトミック

3（金） 11:00～11:30

＜講師＞佐藤 久子 先生
＜対象＞1歳以上の親子
＜定員＞16組
＜申込＞**9/19（金）14:00～**



歌や音楽を聴いて、見て、感じて、親子で身体を動かす楽しいプログラムです



離乳食講座

10（金） 10:30～11:30

＜講師＞佐藤 啓子 先生
＜対象＞0歳児の保護者
（おさんは抱っこでの参加をお願いします）



＜定員＞12組
＜申込＞**9/26（金）14:00～**

離乳食の基礎知識についてを実演を交えながら先生からお話していただきます。

ベビーリトミック

17（金） 11:00～11:30

＜講師＞千葉 理恵子 先生
＜対象＞0歳児親子
（2ヶ月以上で首が据わっているお子さん）



＜定員＞20組
＜申込＞**3（金）14:00～**

親子でふれあいあそびを楽しみましょう。



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。

プログラム＜施設見学
&絵本の読み聞かせ体験＞

15（水） 14:45～15:15

施設見学と、図書館職員の方が読み聞かせの際の大切な点、ポイントなどをお話してくれます。

＊第2子以降の妊婦さんもお子さんと一緒にご参加いただけます。

施設見学&ワンポイントタイム体験

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、ミニプログラム体験ができます。



ベビーマッサージ

24（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＞**10/10（金） 14:00～**

＜持ち物＞バスタオル
余ったオイルを持ち帰る容器

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～
**10/31（金） 11/7（金）・11/14（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
保護者の方のみの参加も歓迎です。同室託児スペースもあります。希望の方は、お申し出下さい。

＜申込＞**10/10（金） 14:00～**



申込なしイベント

プラザでハロウィンラリー
28（火）～31（金）14:00～16:00

＜対象＞乳幼児親子
＜申込＞必要ありません。時間内にプラザにお越しください。
プラザでハロウィンのスタンプラリーを楽しめます。
ラリーでシールを集めると景品がもらえます。
いつもと違ったプラザで遊んで楽しんでください。



杉並区からのお知らせ

第16回 すぎなみ舞祭

日時：**10月19日（日） 10:30～15:30**

場所：**下高井戸おおぞら公園**

「すぎなみ舞祭」の開催が今年も決定☆

子どもたちのパワフルなダンスをぜひ見に来てね！

おいしい食べ物のお店や無料で

遊べるキッズエリアもあるよ！

みんな！遊びに来てね♪



当日申込制イベント



9(木)・22(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。



12(日)・19(日)・26(日) 11:30~11:45

<対象> 乳幼児と父親 お父さんとお子さんと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



7(火) 15:15~15:45(受付: 15:00~) <対象> 乳幼児親子
11(土) 15:15~15:45(受付: 15:00~) <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
幼児親子対象
わかぼタイム
火曜 11:00~11:30
<実施日> 7, 14, 21, 28
<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
ふたぼタイム
水曜 11:00~11:30
<実施日> 1, 8, 15, 22, 29
<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> 2, 9, 16, 23, 30
<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
めぼえタイム
木曜 11:00~11:30
<実施日> 2, 9, 16, 23, 30
<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。
- プログラム開始後10分が過ぎましたら、定員に達していない場合でも、受付を締め切らせていただきます。
- 兄弟、姉妹で参加される場合につきましては、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。
- プログラムの適性人数を考慮して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。

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> 6(月)、20(月)、27(月)、31(金)

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。

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?

すべての子どもは
権利を持っています

その「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/zyourei.html>



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~ほっとつどろつながる~

- 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(紙券・デジタル)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

東京メトロ丸の内線 新高円寺駅 下車徒歩10分