

# プラザニュース 令和8年



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

## 【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～  
【1月の休業日】 年始1(木)～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、**事前に申込が必要**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、申込ができます。＊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。
- 電話での申込はできません。・定員になり次第締め切ります。



### 親子ふれあい体操

16(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〉 12/22(月) 14:00～  
手遊び、ふれあい遊び、リズム遊びなど、親子で体をたくさん動かしましょう

### ハワイアンリトミック

23(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〉 1/9(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



### ベビーマッサージ

30(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)  
＊現金で参加費を添えて申込下さい  
〈申込〉 16(金) 14:00～  
〈持ち物〉 バスタオル、  
余ったオイルを持ち帰る容器  
オイルは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

#### 定例プログラム《施設見学&おまめタイム体験》

22(木) 10:00～10:45

利用案内後、出産してから赤ちゃんに参加できるプログラムの見学ができます

#### 施設見学&ワンポイントタイム体験

毎週水～金曜日(休業日を除く)

14:45～15:15

利用の説明と施設の見学とミニプログラムの体験ができます

パパも一緒に参加してみませんか



### 予告!

### 子育て支援講座

出張

### 「ほめるってどうするの？」

～ほめて育てる育児のコツ講座～

2/18(水)・25(水)・3/4(水) 10:15～11:15【全3回】

〈会場〉 : 堀ノ内東児童館

〈申し込み〉 : 1/28(水)～

① 窓口での直接の申し込み

第2ブロック児童館にて

② Webでの申し込み

LoGo フォームにて

〈対象〉 杉並区在住

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

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ので希望の方はお申し出下さい

### 2月申込制講座のお知らせ

#### 第2ブロック児童館

堀ノ内東児童館

高円寺東児童館

高円寺南児童館

和田中央児童館

子ども・子育てプラザ高円寺



申し込み用  
LoGo フォーム



<https://logoform.jp/form/Y4gR/1225718>

## \*当日申込制イベント\*



### キッズ工作

14(水)・29(木) 15:30～16:30  
(受付: 15:25～16:10)

★小学生も参加ができます★

〈時間〉 16:10～16:30

小学生の受付終了時間は16:15です



### パパと遊ぼう

11・18・25(日)

11:30～11:45

＊受付はありません、時間までにお越しください



### ドレミファランド

22(木)・24(土)

15:15～15:45(受付: 15:00～)



〈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

〈小学生の定員〉 先着10名

時間を合わせて、小学生の兄弟も一緒に工作ができます  
小学生は、子どもだけの参加もできます

〈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

〈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

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  
**わかばタイム**

火曜 11:00～11:30

〈実施日〉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

幼児親子対象  
**ふたばタイム**

水曜 11:00～11:30

〈実施日〉14、21、28

〈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〉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

乳児親子対象  
**めばえタイム**

木曜 11:00～11:30

〈実施日〉15、22、29

〈定員〉先着 20組

〈受付〉当日 10:45～

## 《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。
- ・感染症対策のため、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みんでください。

## \* その他乳幼児親子対象プログラム \*

### ワンポイントタイム

毎週火～金曜日 15:00～

\* 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。

親子の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

〈対象〉乳幼児親子



### ワンポイントタイム お正月スペシャル

9(金) 15:00～15:15

〈対象〉乳幼児親子

ししまい が登場します!

その他、親子のふれあい遊びなど

### のりものタイム

〈実施日〉9(金)、19(月)、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

### 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。

### スヌーズレンルーム

光と音の癒しの空間/

開所日は毎日実施しています

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

知ってほしい!

すべての子どもは権利を持っています

どの4「意見を聴かれる権利」

子どもの「思い 考え 意見」

つづ 伝えることができるよ

ちゃんと聴くよ

区ホームページ「杉並区子どもの権利に関する条例」⇒

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/kodomakemri/zyoure.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時間単位でお子さんを預かります～  
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)  
キャッシュ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