プラザニュース

令和８年

11月

子ども・子育て プラザ 高円寺

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
１（日）３（火）２３（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。

＊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。

親子ヨガ

１３（金）11:00～11:30
〈講師〉 稲垣 綾 先生
〈対象〉 ０歳児親子
※首が据わっているお子さん
〈定員〉 １５組
〈申込〉 10/30(金) 14:00～

産後の体をお子さんと一緒にヨガでリフレッシュしてみませんか？

ベビーリトミック

２０（金） 11:00～11:30
〈講師〉 千葉 理恵子先生
〈対象〉 ０歳児親子
※首が据わっているお子さん
〈定員〉 １６組
〈申込〉 ６（金）14:00～

音楽に合わせて親子で楽しみませんか？

ハワイアンリトミック

２７（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〉１３（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。

〈予告〉離乳食講座

12／4(金)10:30～11:30
〈講師〉佐藤 啓子 先生
〈対象〉０歳親子(お子さんは抱っこでの参加をお願いします)
〈定員〉12組
〈申込〉11/20(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)2･9･30
(火)10･17･24
(水)4･11･18･25
(木)5･12･19･26
(金)6
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
19(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。

予告 クリスマス会

12／11(金) 第1部 10:15～10:45
第2部 11:00～11:30
＜対象＞乳幼児親子
＜定員＞各部３０組
＜申込＞11／20(金)14:00～12／4（金）まで
＜参加費＞５０円（材料費として）
(参加費を添えてお申し込み下さい。おつりのないように現金のご用意をお願いします)

０さいの！パパとあそぼう「おふろであそべるおもちゃづくり」

22(日)11:00 ～ 11:30
〈対象〉0 歳児と父親 〈定員〉15名

赤ちゃんと楽しいお風呂タイムが過ごせるようなおもちゃを作ります。

ママの付き添いや妊娠期の方も大歓迎！
※当日10:45～の受付です。

当日申込制イベント

キッズ工作
12(木)18(水)　15:30～16:30　〈対象〉年少児～年長児の親子
（受付：15:25～16:10）　〈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。

パパと遊ぼう
8(日)15(日)29(日)　11:30～11:45　**＊22日は０歳児のパパとあそぼうになります。**
〈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

ダンス de ドレミ
17(火)22(日)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
親子でダンスをします。抱っこ紐が必要な方はご持参ください。

当日申し込み制＜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〉**10・17・24**
〈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〉**4・11・18・25**
〈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〉**5・12・19**
〈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〉**5・12・19**
〈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～　＜対象＞乳幼児親子
＊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

＜高円寺学園地域子育てネットワーク事業＞
～おまめタイム・めばえタイム合同プログラム～
「０歳児からの口腔ケア」26（木）10：45～11：30
対象：０歳児親子　定員　先着親子３０組程度　受付：当日１０：３０～
高円寺保健センターの歯科衛生士の方から０歳児の口腔ケアのお話が聞けます。質疑応答の時間もあります。

《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 分が過ぎましたらで受付を締め切ります。

移動文庫みつばち
〈実施日〉**19(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〉**2(月)6(金)9(月)16(月)30(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
知ってほしい!
その２「自分らしく生きる権利」
大切にされるよ! ありのままの自分
取り組めるよ! 興味や関心があること
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

《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れ、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　＜システムのご案内＞↓
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