



【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
 6月休業日 7日

○子どもの成長と子育てを応援します。
 ○乳幼児を連れていつでも気軽に遊べ、ゆったりと自由に過ごすことができます。

**申込制
 プログラム**

事前申し込み方法について

- 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。
- 申込受付時間は平日午前 9:00～午後 6:00 土日午前 9:00～午後 5:00 です。
- プレパパ・プレママ向けのプログラム等、一部電話申込やロゴフォームでの申込も可能です。電話受付時間は窓口と同じです。詳しくはプログラムの申込をご確認ください。



フラネタリウム
20日(土) ①11:00～11:30 ②13:30～14:00
③14:30～15:00 ④15:30～16:00
 子ども・子育てプラザ下高井戸のホールで満天の星が観られます！星座や月、惑星のお話などを聞きながら、きれいな星空を楽しみましょう！

- 対象 ■ ①2乳幼児親子 ③④小学生・小学生のきょうだいのいる親子
- 定員 ■ 各回18名
- 申込 ■ 6日(土)～
- 協力 ■ 社会教育センター

ほめるってどうするの？
～ほめて育てる育児のコツ～ [全3回]
24日(水)、7月1日(水)、8日(水)
10:15～11:15
 お子さんとのより良い関係づくりや子育てのアイデアを皆さんで共有する講座です！託児スペースもあります♪

- 対象・定員 ■ 杉並区在住の1歳半～3歳のお子さんの保護者 6組
- ※3回連続参加が可能な方
- 申込 ■ 6月3日(水)～
- *右のQRコードからお申込みください。

**葉刷り染めでつくる
 オリジナル巾着づくり**
16日(火) 10:00～10:45
 たんぽぽやあじさいなど、季節の葉っぱを使った葉刷り染めを楽しみましょう。

- 対象 ■ 乳幼児親子
- 申込 ■ 2日(火)～
- 材料費 ■ 100円
- *申込み時にお支払いください。
- 協力 ■ 母親クラブふたば会

親子リズム体操
1日(月) 10:30～11:00
 赤ちゃんのストレッチやママの産後エクササイズ、ふわふわボールあそびなどをして、心身をリフレッシュしましょう。

- 対象 ■ 首の据わった赤ちゃんから2歳くらいの乳幼児親子
- 定員 ■ 12組
- 申込 ■ 5月18日(月)～
- 講師 ■ 村林 栄子さん

親子でととのうヨガ時間
3日(水) 10:15～11:00
 歌や音楽に合わせてヨガの動きを楽しみましょう♪体を動かして、ととのう時間を親子で体験しませんか？

- 対象 ■ 首の座った赤ちゃんから1歳半くらいの乳幼児親子
- 定員 ■ 15組
- 申込 ■ 5月20日(水)～
- 講師 ■ 中楯 めぐみさん

6月のハピハピ★バースデー
8日(月)、14日(日)
10:15～10:45
 6月生まれのお友達集まれ！みんなで祝いましょう！

- 対象 ■ ①6月生まれの乳幼児 ②6月にハーフバースデーを迎える0歳児
- 申込 ■ 8日参加者：5月25日(月)～6月6日(土) 14日参加者：5月25日(月)～6月13日(土)

**歯科衛生士さんによる
 歯磨きデビューについて**
10日(水) 11:00～11:30
 歯みがきのことや虫歯予防についてのお話が聞けます♪

- 対象 ■ 0歳児(歯が生え始めたお子さん)とその保護者
- 定員 ■ 8組
- 申込 ■ 5月27日(水)～
- 協力 ■ 高井戸保健センター

電話申込OK **アロマクラフト**
虫除けスプレーとシール作り
15日(月) 10:00～10:30
 アロマオイルを使って天然で優しい虫除けスプレーとシールを作ります♪

- 対象・定員 ■ 乳幼児親子 プレママ・プレパパ8組
- 材料費 ■ 210円
- *申込み時にお支払いください。
- 申込 ■ 1日(月)～
- 講師 ■ AEAJ認定アロマセラピーインストラクター 大久保 まりえさん

電話申込OK **ねんね講座**
～赤ちゃんの眠りについて知ろう～
17日(水) 10:30～11:30
 夜泣きやお昼寝など、困っていることはありませんか？睡眠のヒントになる講座です。

- 対象・定員 ■ 0～1歳児親子 プレママ・プレパパ8組
- 申込 ■ 3日(水)～
- 講師 ■ 乳幼児睡眠アドバイザー 臨床心理士、公認心理士 山口 英里さん

感覚統合ってなんだろう？
29日(月) 10:30～11:30
 日常の遊びの中にある「感覚あそび」について知ることができます。

- 対象 ■ 乳幼児親子
- 定員 ■ 15組
- 申込 ■ 15日(月)～
- 講師 ■ 文京学院大学 作業療法士 神作 一実さん

**フラザでちょっと早い
 七夕飾り！！**
23日(火)～7月7日(火)
 短冊や七夕かざりを作ってみんなで七夕を楽しみましょう。

- 対象 ■ 乳幼児親子 小学生

**令和8年度フラザミーティング
 参加者募集**
22日(月) 10:45～11:45
 子ども・子育てプラザでは、利用者の方のご意見を今後の運営に反映するため、「プラザミーティング」を開催します。

- 対象・定員 ■ 0歳～1歳児の保護者2名 2歳～3歳児の保護者2名 年少～年長児の保護者2名 小学生の保護者 2名
- 申込 ■ 8日(月)～

★当日参加プログラムののご案内★

当日、開始時間までに会場にお越しください。

パパとかんかんタイム

6日(土) 10:00~11:30

ホールに線路を組んで電車で遊ぶことができます。普段出していない特別な車輛や駅などもです。ママの参加もできます。
■ 対象 ■ 乳幼児親子



絵本ライブ

17日(水) 15:00~15:30

「対話式」絵本の読み語りの会です。ぜひ、お気軽にご参加ください。
■ 対象 ■ 乳幼児親子、小学生
■ 協力 ■ こどもの成長を護る杉並ネットワーク 井原 太一さん



自分だけのスペシャルデザイン!

オリジナル名札作り

19日(金) 13:30~14:30

フェルトでお子さんのオリジナル名札を作りましょう。
■ 対象・定員 ■ 乳幼児親子 先着12組



<乳幼児親子と小学生の交流プログラム>

プレイホールでみんなであそぼう!

毎週月~水曜日 16:00~16:45

乳幼児親子と小学生と一緒にママごとやプラレールであそべます。
■ 対象 ■ 乳幼児親子・小学生



ちびっこカーランド

11日(木) 14:30~15:30

ホール全面を使ってコンピカーで遊べる時間です。道路標識やお店を置いて、ちいさな街をドライブできます!
■ 対象 ■ 乳幼児親子



<乳幼児親子と小学生の交流プログラム>

みんなであそぼう! フラス

13日(土) 10:00~11:45

きょうだい児と一緒に遊びにきませんか? 乳幼児親子と小学生と一緒にママごとやプラレールであそべます。
■ 対象 ■ 乳幼児親子・小学生



小学生タイム

毎週木曜日

16:45~17:45

小学生がホールを使って遊ぶ時間です。ボールや一輪車などで遊べます。



小学生タイムフラス

10日・24日(水)

17:00~17:45

ホール全面で遊ぶプログラムです。一輪車は使えません。



プレイタイム

毎週(金) 17:15~17:45

プレイホールでボールなどであそべます。
■ 対象 ■ 乳幼児親子



プレイタイムフラス

27日(土) 11:00~11:30

土曜日にもプレイタイムを実施します! プレイホールでボールなどで遊べます。
■ 対象 ■ 乳幼児親子



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、受付でお申し込みください♪詳しいプログラム内容はプラザの掲示板をご覧ください。プログラムの進行の関係で、開始10分経ちましたら受付を終了させていただきます。



たまごちゃんタイム

【金曜日】

5日・12日・19日・26日
10:15~10:45

【対象】ねんねの赤ちゃん親子



きんちゃんタイム

【金曜日】

5日・12日・19日・26日
11:00~11:30

【対象】はいはいの赤ちゃん親子



もくちゃんタイム

【木曜日】

4日・11日・18日・25日
11:00~11:30

【対象】歩きはじめ~しっかり歩くまで(おおむね1歳児)の親子



せいちゃんタイム

【火曜日】

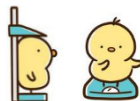
2日・9日・16日
23日・30日
11:00~11:30

【対象】おおむね2・3歳児の親子

今月の計測の日は

19日(金) 11:35~12:00です。

協力: 民生児童委員



パパもぴよぴよタイム

28日(日) 15:00~15:20

日曜日にお子さんと一緒にふれあい遊びや絵本を一緒に楽しみませんか? パパ大歓迎です♪

■ 対象 ■ ねんね~よちよちの赤ちゃん親子

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。こちらから予約してください⇒ <https://logoform.jp/form/Y4gR/1385634>



権利クイズ

Q 子どもの権利は、誰がもっている? ←

- ① 日本に住んでいる子どもだけ ←
- ② 大人にえらばれた子どもだけ ←
- ③ 世界中すべての子ども ←

答えはいちばん下に書いてあるよ! ←



「杉並区子どもの権利に関する条例」に関する内容を毎月紹介していきます!

子ども家庭部子ども政策係 区HP「子どもの権利」⇒

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/1263.html>

クイズの答え ③すべての子ども



子ども・子育てプラザ下高井戸はこんな施設です。

★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)
- 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
 - ・小中高生はマルチルーム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マルチルームをご利用ください。



杉並区ホームページからプラザニュースをご覧ください。(毎月25日に更新)



【アクセス】

- ・京王井の頭線「西永福駅」南口下車徒歩15分
- ・京王線「桜上水駅」北口下車徒歩12分
- ・すぎ丸バス(浜田山駅⇄下高井戸駅間)「塚山公園」下車 徒歩10分





6月の定例プログラムの紹介



年齢別プログラム

たまごちゃんタイム

毎週金曜日 10:15~10:45

【対象】

ねんねの赤ちゃん親子

- 5日 ねんねアート「かえるの帽子」
- 12日 おしゃべりたまごちゃん「サイコロトーク♪」
- 19日 「マラカスづくりと音楽あそび♪」
- 26日 「足形カードづくり~七夕~」



きんちゃんタイム

毎週金曜日 11:00~11:30

【対象】

はいはいの赤ちゃん親子

- 5日 「シャボン玉遊び」
- 12日 「サーキット（運動遊び）」
- 19日 「傘のガーランド作り」
- 26日 「足形カードづくり~七夕~」



もくちゃんタイム

毎週木曜日 11:00~11:30

【対象】

歩きはじめ~しっかり歩くまで
(おおむね1歳児)の親子

- 4日 「サーキット遊び~体を動かしてあそぼう♪~」
- 11日 「お庭でしゃぼん玉あそび」
雨天時 ホールにて「ふれあいあそびやおはなし会」
- 18日 「工作あそび~季節の工作~」
- 24日 「手形カードづくり~七夕~」



せいちゃんタイム

毎週火曜日 11:00~11:30

【対象】

おおむね2~3歳児の親子

- 2日 「かたくり粉あそび」
- 9日 「サーキットあそび」
- 16日 「雨の工作」
- 23日 「忍者あそび」
- 30日 「手形カードづくり~七夕~」



今月の工作

毎月新しい工作が2種類です！

作りたい人は受付スタッフまでお声がけください♪

春のロゼッタ



お花畑のリース



- 申込みなしでどなたでも作れます。
1作品1日1つまでです。