



令和7年度

フラザニュース

9月



編集・発行：杉並区児童青少年課
子ども・子育てプラザ下高井戸
〒168-0073
杉並区下高井戸 4-19-6
TEL：03-3304-0260

【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
9月休業日 7日・15日・23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。受付窓口にて申し込みをお受けします。
- プレパパ・プレママ向けのプログラムのみ電話申込可能です。受付時間は窓口と同じです。



こんぺいとうコンサート 6日(土) 14:15～15:00

大型絵本やパネルシアターをすてきな音楽と共に楽しめます!

- 対象 ■ 乳幼児親子
- 定員 ■ 25組
- 申込 ■ 8月23日(土)～
- 講師 ■ こんぺいとう



杉並区スポーツ振興財団連携事業 おやこたいそう

電話申込可

10日(水) ①14:30～15:00 ②15:15～15:45

親子と一緒に体を動かして、楽しいひとときを過ごしましょう☆
お子さんと一緒に体を動かしてリフレッシュしませんか?

- 対象・定員 ■ ①年少～年長の幼児親子 10組
②1歳半～3歳くらいの幼児親子 12組
- 申込 ■ 8月26日(火)～
- 講師 ■ 中村 純さん

9月のハピハピ★バースデー

8日(月)、14日(日) 10:15～10:45

9月生まれのお友達集まれ!
みんなでお祝いしましょう!

- 対象 ■ ①9月生まれの乳幼児
②9月にハーフバースデーを迎える0歳児

- 申込 ■
8日参加者：8月25日(月)～9月6日(土)
14日参加者：8月25日(月)～9月13日(土)



乳幼児のための応急手当&AEDを知ろう 13日(土) 10:30～11:30

「もしも、家で子どもが倒れてしまったらどうしますか...?」いざという時のために、乳幼児の心肺蘇生や異物除去の方法を体験したり、AEDの使い方を学びます。

- 対象 ■ 乳幼児親子・プレパパ・ママ
- 定員 ■ 12組
- 申込 ■ 8月30日(土)～
- 講師 ■ 杉並区救急協力員 小谷 好美さん



みんなでよーいドン! ～かけっこを楽しもう～ 16日(火) 14:30～15:15

運動会前にぴったりです!
楽しく走るコツを身に着けましょう!

- 対象 ■ 年少～年長の幼児親子
- 定員 ■ 8組
- 申込 ■ 2日(火)～
- 講師 ■ 下高井戸運動場 館長 潘 鎮浩さん



電話申込可

わらべうたであそぼう 17日(水) 11:00～11:30

親子でふれあいを楽しみながらわらべうたで遊びましょう。
気軽にご参加ください。

- 対象・定員 ■ 0～2歳児親子 15組
プレパパ・ママ 3組
- 申込 ■ 3日(水)～
- 講師 ■ 塚原 道子さん



パパも一緒におしゃべりフラザ! ～発達につながるスキンシップ～ 21日(日) 10:15～11:15

電話申込可

今のうちを知っておいた方がいい赤ちゃんの大事な心や体の話や、赤ちゃんとのふれあい方について助産師さんに聞いてみませんか。ご興味のある方はぜひいらしてください!

- 対象・定員 ■ プレパパ・プレママ 3組 乳幼児親子 8組
- 申込 ■ 6日(土)～
- 講師 ■ 助産師 内田 綾子さん



乳幼児の熱中症を予防しましょう

子どもは体温の調節機能が十分に発達していないため、大人より熱中症になるリスクが高くなります。対策など詳しくは以下の杉並区役所のHPをご覧ください。

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/news/20594.htm>



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♪

詳細はこちら!



「すぎなみ舞祭」の開催が今年も決定☆
子どもたちのバフ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♪



★当日参加プログラムのご案内★

食べて知ろう!防災パッククッキング 24日(水) 11:30～12:30

災害時にも活用できるビニールパッククッキングを試食できます。時間内にお越しください。

- 対象 ■ 乳幼児親子・プレママ・プレパパ
- 協力 ■ 母親クラブふたば会
- 申込 ■ 30分前から窓口受付



当日、開始時間までに会場にお越しください

パパもびよびよタイム 28日(日) 15:00～15:20

日曜日にびよびよタイムがやってきました!お子さんと一緒にふれあい遊びや絵本と一緒に楽しみませんか?ババ大歓迎です!

- 対象 ■ ねんね～よちよちの赤ちゃん親子





のりもの大すき！ ちびっこカーランド

2日(火) 10:30~11:30
4日(木) 14:30~15:30



ホール全面を使ってコンビ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

パパとかんかんタイム

6日(土) 10:00~11:30

ホールで電車で遊ぶ時間です。ママの参加もできます。

■対象 ■乳幼児親子

※9月より、申し込みなしで当日参加できます。



自分だけのスペシャルデザイン！ オリジナル名札作り

3日(水)

①10:00~10:45 ②11:00~11:45

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 ■乳幼児親子
■定員 ■各回先着 12組
■申込 ■各回 30分前~窓口受付

<乳幼児親子と小学生の交流プログラム>

フレイホールで みんなであそぼう！

毎週火曜日 16:00~16:45

乳幼児さんと小学生と一緒に遊ぶ時間です。

■対象 ■乳幼児親子・小学生

9日・30日(火)の

16:30~16:45は**おはなし**です。

フレイタイム

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



フレイタイムプラス

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

小学生タイム

毎週(木) 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。

(一輪車で遊ぶ時には上履きが必要です)

小学生タイムプラス

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。

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】

12・19・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】

12・19・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】

11・18・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】

9・16・30日
11:00~11:30

【対象】

しっかり歩ける
(おおむね2・3歳児)親子

今月の計測の日は30日(火)11:35~12:00です。協力：民生児童委員

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)



9月1日スタート！

杉並区子どもの権利相談・救済窓口

子どもを権利の主体として尊重し、子どもと一緒にどうしたらいいかを考える「子どもの権利相談・救済窓口」を開設します。

子どもに関することであれば、保護者の方、支援者などの大人も相談することができます。

なみなみめんぼうし
0120-7373-34

開設日・相談方法などの詳細はこちら▼



電話・メール・LINE・WEBフォーム・窓口・手紙の6種類の方法で相談できます。

相談無料

子ども家庭部管理課子どもの権利推進担当

<https://www.city.suginami.tokyo.jp/s053/news/21551.html>



【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⇄高井戸駅間)
「塚山公園」下車徒歩 10分

