



令和7年度

フラザニュース



10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
10月休業日 5日・13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。



ハロウィンイベント特集



ハロウィンを盛り上げるイベントを親子で楽しみましょう♪

★ハロウィンバックラリー 14日(火)～31日(金)

期間中に3日来所してハロウィンバックを完成させよう！
完成したら受付である言葉を使うと…プレゼントがもらえます。
対象：乳幼児親子～小学生

※完成まで3日かかるので配布期間は29日までです。
※プレゼントは先着順となります。なくなり次第終了です。

★HAPPY★ハロウィンフォトブース

24日(金)～31日(金)お子さんの記念撮影にどうぞ♪
対象：乳幼児親子



ハロウィンコンサート



18日(土) 11:00～11:45

ハロウィンを盛り上げるすてきなコンサートを親子で楽しめます！ハロウィンの衣装をしておの参加も大歓迎です！一緒に会場を盛り上げましょう。

- 対象・定員 ■ 乳幼児親子 30組
- 申込 ■ 4日(土)～
- 出演 ■ ヴィレッジセブン



ふれあいベビーマッサージ

1日(水) 11:15～11:45

ベビーマッサージは「ふれあい」という心のこもったスキンシップです。赤ちゃんの表情や仕草から気持ちをくみ取り「気持ちいいね」「楽しいね」と言葉にしてお子さんとのやり取りを楽しんでください。

- 対象・定員 ■ ねんねの親子
- 対象 ■ 12組
- 申込 ■ 9月17日(水)～
- 講師 ■ 鍼灸師 山口 あやかさん

*プログラム内でパッチテストを行います。



★ホンネで聞きたい！ ライフプランに合わせた子育てと お金のリアルな話★

4日(土) 14:00～15:00



実際に杉並区で子育て中の「現役パパFP」がこれから子育てにかかるお金のリアルな話をお伝えします！

- 対象 ■ プレパパ・プレママ、乳幼児親子
- 定員 ■ 8組
- 申込 ■ 9月20日(土)～
- 講師 ■ 杉並区で子育て中の現役パパファイナンシャルプランナー

10月のハピハピ★バースデー

6日(月)、12日(日) 10:15～10:45

10月生まれのお友達集まれ！
みなんでお祝いをしましょう！

- 対象 ■ ①10月生まれの乳幼児
②10月にハーフバースデーを迎える0歳児
- 申込 ■
6日参加者：9月22日(月)～10月4日(土)
12日参加者：9月22日(月)～10月11日(土)



フラネタリウム

11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点の星空が観られます！
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25名
- 申込 ■ 9月27日(土)～
- 協力 ■ 社会教育センター



おしゃべりフラザ

～心地よい抱っこ抱っこひもの使い方を知ろう～

20日(月) 10:15～11:15

心地よい抱っこの仕方を知ることで、赤ちゃんも大人も安心できます。
日常使用している抱っこひもを快適に使えるようにしましょう。

- 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ：3組
乳幼児親子：8組
- 申込 ■ 6日(月)～
- 持物 ■ 普段お使いの抱っこひも
- 講師 ■ 助産師 内田 綾子さん

電話
申込可



赤ちゃん絵本

20日(月) 11:30～11:45



プレパパ・プレママへの初めての絵本選びのアドバイスや絵本の紹介をします。

- 対象 ■ プレパパ・プレママ
- 申込 ■ 6日(月)～16日(木)

電話
申込可

※期間内にお申込がなかった場合、中止になることがありますので、ご了承ください。

たかさんまつり



日にち：10月26日(日)

場所：高井戸第三小学校

乳幼児親子さんも遊べるコーナーがあります♪詳しくは館内ポスターをご覧ください。
24日(金)28日(火)の午前中はキッズルームが使用できません。

★当日参加プログラムのご案内★ 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
4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



※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
8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

絵本ライブ
15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



<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
 14・28日(火)の
 16:30~16:45 はおはなしです。

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

プレイタイムプラス
25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
8日・22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。

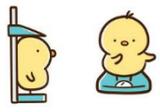
たまごちゃんタイム
【金曜日】
3・10・17・24・31日
10:15~10:45
【対象】
 ねんねの赤ちゃん親子

きんちゃんタイム
【金曜日】
3・10・17・24・31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】
2・9・16・23・30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】
7・14・21・28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(木) 11:35~12:00です。
 協力：民生児童委員



パパもびよびよタイム 19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

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)



知ってほしい! **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」

- 生命
- プライバシー
- 居場所
- 健康

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>

【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 (浜山駅⇨下高井戸駅間) 「塚山公園」下車徒歩 10 分