



○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び、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。

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  
12月休業日 7日・29日～1月4日



## 子ども・子育てプラザ下高井戸がお送りするクリスマスイベント♪

### クラフトバンドを作る まきまきツリー&サンタさん

1日(月)

①10:00～10:45 ②11:00～11:45

色付きのクラフトバンドでおうちの玄関や棚に飾れるクリスマスクラフトをゆったり作りませんか?

- 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ 乳幼児親子各回8組
- 材料費 ■ 100円
- 申込 ■ 11月17日(月)～
- 協力 ■ 母親クラブ ふたば会



### エンジョイクリスマス♪ ～みんなで楽しくおどろう～

18日(木) 16:00～16:45

みんなで楽しく踊りましょう！クリスマスに楽しい時間を過ごしませんか？

- 対象・定員 ■ 年中・年長の幼児親子 小学生12組
- 申込 ■ 4日(木)～
- 講師 ■ 田中ゆきさん



### 赤ちゃんの成長を促す パパと親子リズム体操

13日(土) 11:00～11:30

親子と一緒に身体を動かし、心身をリフレッシュしましょう。楽しみながら、赤ちゃんの成長を促します。

- 対象 ■ 首の据わった～おおむね1歳半くらいまでのお子さんとパパ
- 定員 ■ 12組
- 申込 ■ 11月29日(土)～
- 講師 ■ 村林栄子さん



### スクラップブッキング

10日(水) 10:30～11:45

ご家族の写真をクリスマスバージョンで飾りましょう！

- 対象 ■ ねんね、だっここの赤ちゃん親子～乳幼児保護者
- ※ねんね、だっここのお子さん以外は保護者のみの参加となります。
- 材料費 ■ 500円
- 定員 ■ 6組
- 申込 ■ 11月26日(水)～
- 講師 ■ 伊野美佳さん



### プラザしもたか クリスマス会

17日(水) 10:45～11:45

クリスマスの曲やお話をみんなで楽しめましょう。写真撮影タイムもあります。

- 対象・定員 ■ 乳幼児親子25組
- 申込 ■ 3日(水)～



### クリスマスコンサート

21日(日) 11:00～11:45

ピアノ、カホン、トランペットの生演奏でクリスマスソングを中心に、大人も子どもも楽しめる音楽をお届けします♪

- 対象・定員 ■ 乳幼児親子20組
- 申込 ■ 6日(土)～
- 出演 ■ 土澤咲子さん・高瀬啓伍さん・今池輝一さん



### ころころマスコット

10日(水) 13:30～14:00

坂道を転がる楽しいペンギンのキャラクターを作りましょう♪

- 対象 ■ 年少～年長親子
- 定員 ■ 6組
- 申込 ■ 11月26日(水)～
- 講師 ■ 杉本絵里さん



### アロママッサージ

22日(月)

①10:15～10:45 ②11:00～11:30

手のひらや足の裏をマッサージしてリフレッシュしませんか。お家でできる簡単なマッサージを知ることができます。

- 対象・定員 ■ ①ねんね～はいはい親子12組
- ②歩き始め～未就園児親子10組
- 申込 ■ 8日(月)～
- 講師 ■ 棚橋菜々子さん



### ほめるってどうするの? ～ほめて育てる育児のコツ～ [全3回]

4日(木)、11日(木)、18日(木) 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ィアを皆さんで共有する講座です！同室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 ※3回連続参加が可能な方 6組
- 申込 ■ 11月13日(木)～※右側の2次元コードからのみの受付です

\*会場は高井戸児童館です



## ★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



### 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 ■ 子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

8日(月)

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

### のりもの大すき！ ちびっこカーランド

22日(月) 24日(水) 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〉

### 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  
9・23日(火)の16:25~16:45は  
サーキット遊びです。

### 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

土曜日にもフ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】

5・12・19日  
10:15~10:45

- 【対象】  
ねんねの赤ちゃん親子

たまごちゃん&きんちゃん合同タイム 23日(火) 10:15~10:45



### きんちゃんタイム 【金曜日】

5・12・19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・11・18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】

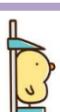
2・9・16日  
11:00~11:30

- 【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

16日(火) 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

日曜日にぴよぴ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？パパ大歓迎です♪

- 対象 ■ ねんね～よろちの赤ちゃん親子

### 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～ほっこ・つどう・つながる～

- ・乳幼児を連れていっても気軽に立ち寄れ、  
ほっこ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  
をご覧いただけます。  
(毎月25日に更新)



すべての子どもは  
権利を持っています

#### その3 「育つ権利」



区ホームページ「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  
(浜田山駅 ⇄ 下高井戸駅間)  
「塚山公園」下車徒歩 10 分

