



プレママプレママのみなさん



BABY
HAS
COME!

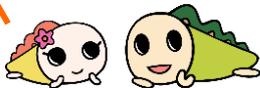
子ども・子育てプラザ下高井戸へ あそびにきませんか？



子ども・子育てプラザ下高井戸は、乳幼児親子が気軽に立ち寄れる施設です。プレママ・パパも参加できるイベントも毎月実施しています。初めての方も安心してご利用いただけるようにスタッフがご案内します。ぜひお立ち寄りください。

3月のおすすめ
プログラム

お気軽におこしく下さい♪



事前申し込み方法について

- 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【窓口・電話受付】
平日 9:00~18:00 土日 10:00~17:00
- プレママ・プレパパのみ電話申込可能です。



おしゃべりフラザ！おしえて助産師さん ～卒乳断乳のお話～

2日(月) 10:15~11:15

卒乳断乳をお考えの方、知りたい方、助産師さんと一緒にお話しませんか？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■ 2月16日(月)～
- 講師■ 助産師 内田 綾子さん



図書館による

プレママプレパパ講座

2日(月) 11:30~11:45

生まれたばかりのお子さんに本を読むってどういうこと？本を選んだり、読み聞かせをしたりする時に、大切なことってあるの？杉並区のブックスタート事業とあわせて、お話しします。また、図書館員が、プレママパパに読み聞かせもします。

- 対象■ プレパパ・プレママ
- 申込■ 2月16日(月)～26日(木)
- 協力■ 杉並区図書館

※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。

ねんね講座

～赤ちゃんの眠りについて知ろう～

18日(水) 10:30~11:15

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■ プレママ・プレパパ
0～1歳児親子 8組
- 申込■ 4日(水)～
- 講師■ 乳幼児睡眠アドバイザー、臨床心理士、公認心理師、山口 英里さん



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>



施設のご案内



プラザ外観
玄関の近くにベビーカー置き場があります



ベビールーム
赤ちゃん専用のお部屋です



プレイひろば
お庭での遊びを楽しめます♪



プレイホール
赤ちゃん専用のスペースがあります

随時見学することも可能です！
お近くにお越しの際にはぜひお立ち寄りください♪



お問い合わせ

- 住所 〒168-0073 杉並区下高井戸 4-19-6
- TEL 03-3304-0260
- 利用時間 平日 … 9:00~18:00
土日 … 9:00~17:00
- 休館日 毎月第1日曜日・祝日・年末年始

こちらからホームページをご覧いただけます！



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

