



令和7年度

フラザニュース



1月

○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。



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
1月休業日 1日～4日・12日



フラザしもたかのお正月あそび
～獅子舞がやってくる～

25日(日) 14:00～15:00

伝統行事のお正月あそびにちなんだパネルシアターと獅子舞を楽しみましょう。お獅子に噛まれると1年を幸せに過ごせるといわれています♪

- 対象 ■ プレママ・プレパパ、乳幼児親子、小学生
- 申込 ■ 当日 13:00～受付窓口
- 獅子舞出演 ■ 大宮前郷土芸能保存会



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。



しもたかタイム～保育園入園の流れ～



14日(水) 10:30～11:00

保育園入園をお考えの皆さん、杉並区の入園の流れをご存知ですか？

保育園入園までの流れを資料をもとにお話します。

- 対象 ■ 次年度以降の保育園入園をお考えの保護者
- 定員 ■ 6組
- 申込 ■ 12月23日(火)～
- 協力 ■ 高井戸子どもセンター

しもたか
タイム

杉並区スポーツ振興財団連携事業
親子ヨガ

17日(土) ①10:00～10:45 ②11:00～11:45

パパも一緒に親子で体を動かし楽しみましょう♪

- 対象・定員 ■
- ①首の据わったお子さん～1歳くらいのお子さんとパパ 10組
- ②首の据わったお子さん～1歳くらいのお子さん親子 10組
- 申込 ■ 12月23日(火)～
- 講師 ■ 中楯 めぐみさん

1月のハピハピ★バースデー

18日(日)、19日(月) 10:15～10:45

1月生まれのお友達集まれ！みんなで祝いましょう！

- 対象 ■ ①1月生まれの乳幼児
②1月にハーフバースデーを迎える0歳児
- 申込 ■
- 18日参加者 : 5日(月)～17日(土)
- 19日参加者 : 5日(月)～18日(日)



英語で遊ぼう

21日(水) ①10:15～10:45 ②11:00～11:30

親子で英語の歌を歌ったり、チャンツや絵本を楽しみましょう♪

- 対象・定員 ■
- ①0歳～1歳5カ月親子 10組
- ②1歳6カ月～3歳親子 10組
- 申込 ■ 7日(水)～
- 講師 ■ 黒崎 晴子さん



ベビーマッサージ

26日(月) 10:15～11:00

大好きなママの手で赤ちゃんのからだところを育みます！

*プログラム内でパッチテストを行います。

- 対象・定員 ■ ねんねの乳児親子 8組
- 申込 ■ 11日(日)～
- 参加費 ■ オイル代 100円
- 講師 ■ 佐野 奈々さん



もちつき会 2月7日(土) 13:30～15:30 (受付 13:15～15:15) 事前申込制：1月21日(水)～

近隣町会や地域の方の協力で行うもちつき会です。当日はつきたてのおもちを食べられるほか、フォトブースもあります。
申し込みはプラザ窓口にて受け付けます(450食まで)。乳幼児親子は保護者の方が、小学生以上はご本人がお申し込みください。詳しくはプラザ内のポスターまたは14日(水)配布の申込用紙をご覧ください。

※準備・片付けのため、実施日前後には部屋の利用に制限がかかる場合があります。

★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

パパとかんかんタイム

10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

28日(水) ①10:00~10:45 ②11:00~11:45

パパやママがフェルトでお子さんのオリジナル名札を作ることができます。

■ 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

＜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
13・27日(火)の16:30~16:45は
昔遊びです。

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

24日(土) 11:00~11:30

土曜日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

14日・28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】

16・23・30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】

16・23・30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】

15・22・29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】

13・20・27日
11:00~11:30

【対象】

しっかり歩ける
(おおむね 2・3 歳児)親子

たまごちゃん&きんちゃん合同タイム 7日(水) 10:15~10:45

もくちゃん&せいちゃん合同タイム 7日(水) 11:00~11:30

今月の計測の日は

30日(金) 11:35~12:00 です。

協力：民生児童委員



パパも、びよびよタイム 18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？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
をご覧いただけます。
(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4 「意見を言われる権利」

子どもの 思い 考え 意見

伝えることができるよ

ちゃんと聴くよ

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/ko-domokenri/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

