

3月のテーマは 春

2024

3月

子ども・子育て
プラザ
下井草



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♪

【編集・発行】児童青少年課
子ども・子育てプラザ下井草
〒167-0022 杉並区下井草 3-13-9

TEL 03-3396-8888
【開所時間】 <月～金> 午前 9:00～午後 6:00
<土・日> 午前 9:00～午後 5:00

【休業日】 毎月第 1 日曜日・祝日
年末年始 (12月 29日～1月 3日)
今月の休業日→ 3 (日)・20 (水)

♪ みんなで楽しもう♪

みんなのコンサート

10(日) 11:00～11:45

プラザのみんなで作るコンサートです
ママやパパたちが楽器の演奏をして
くれたりみんなで歌を歌ったり
ママ・パパ・子どもたち

みんなで楽しみましょう

◆対象：どなたでもどうぞ

当日お越しください

(演目はプラザ内に掲示します)



0歳～年長さんまでみんなあつまれ!

おおきくなったね会

22(金) 10:30～11:15

ねんねはいはいタイム・よちよちタイム
とことこタイム・わんぱくタイムの
みんなでお子さんの成長をお祝いしましょう
(各タイムについての詳細は裏面をご覧ください)

◆対象：0歳～年長の乳幼児親子

◆定員：80組

◆申込：3月5日(火)～

保護者が受付または電話で申込んでください



【要申込】 楽しくおどろう!

親子で千アダンス

9(土) 10:30～11:30

千アダンスの先生が教えてくれます!
動きやすい服装でご参加ください

◆講師：元プロ野球千アダンサー
神田恵実先生

◆対象：年少～年長の幼児親子

小学 1・2 年生 (小学生は子どもだけで参加できます)

◆定員：20組

◆申込：2月24日(土)～ 本人または

保護者が受付または電話で申込んでください

◆持ち物：上履き (大人の方も必要です)
飲み物・タオル

●協力：杉並区スポーツ振興財団



【要申込】 親子で楽しもう

ニコニコスキンシップ遊び

14(木) 14:30～15:15

親子でにこやかにふれあって体操や
ダンス、からだあそびをしましょう

●講師：子ども向けテレビ番組体操指導者
藤原明美さん

◆対象：1歳～3歳幼児親子

◆定員：30組

◆申込：2月29日(木)～**区民優先**

保護者が受付または電話で申込んでください
動きやすい服装でお越しください



【要申込】 体を整えてリフレッシュ!

産前産後ヨガ

17(日) 10:30～11:15

妊婦さんも産後ママもヨガで体を整えて
心地よい時間を過ごしましょう♪
プレパパ・パパも大歓迎!



●講師：ヨガインストラクター田中道子さん

◆対象：安定期に入り医師に運動制限等されていない

妊婦の方とそのパートナー

産後3ヶ月以降の乳幼児保護者とそのパートナー

(お子さんと参加できます)(パパの参加もできます)

◆定員：20組

◆申込：2月17日(土)～プレママ・プレパパさんのみ

3月1日(金)～産後ママ・パパも

本人またはご家族が受付または電話で申込んでください

◆持ち物：ヨガマットまたはバスタオル

【要申込】 とことこパーティー

フルーツポンチ作り

13(水) 10:30～11:15

◆対象：2歳～3歳

とことこタイム対象の幼児親子

◆定員：20組

◆材料費：50円(子ども一人につき)

◆申込：2/21(水)～ 定員になり次第締め切ります

※保護者が受付で材料費をそえて申込んでください

※材料費はおつりのないようお願いします

※3月11日以降の返金はできません

◆持ち物：われないコップ・スプーン・タオル



ようこそ! 「親子のほっとステーション」へ

毎月テーマに合わせたおしゃべり会と講座等をおこないます。おしゃべりしながら情報交換をしたり、悩み解決のヒントをお届けします。ご参加をお待ちしています。

プレパパ
プレママ
大歓迎!

おしゃべり会 乳幼児の眠り

7(木) ① 11:00～11:30

② 15:00～15:30

みんなでお子さんの眠りについておしゃべりしましょう

◆対象：乳幼児親子

保護者の方のみの参加も可能です

プレパパ
プレママ
大歓迎!

パパたちのおしゃべり会

9(土) 10:30～11:00

パパ同士でいろんなお話をしてみませんか

◆対象：パパ・プレパパ

◆定員：6組程度

木のおもちゃであそぼう!

木育ひろば

14(木) 10:30～11:30

五感に働きかける木のおもちゃで遊びましょう
おもちゃコンサルタントによる
説明や相談も受けられます

◆対象：3歳くらいまでの乳幼児親子
保護者のみの参加も可能です

◆定員：10組

◆申込：2月29日(木)～

保護者が受付または電話で申込んでください

●協力：荻北ほっとサロン

プレパパ
プレママ
大歓迎!

困りごとありませんか

乳幼児の眠り

15(金) 10:30～11:15

お子さんの睡眠のことで気になることはありませんか
ぐっすり眠るための生活の整え方を
睡眠アドバイザーで理学療法士の資格を
お持ちの方からお話いただけます

●講師：乳幼児睡眠アドバイザー
理学療法士・医学博士他
岡部しのぶさん

◆対象：乳幼児親子

◆定員：40組

◆申込：3月1日(金)～

保護者が受付または電話で申込んでください
保護者のみの参加もできます





当日受付でお申込ください

対象:乳幼児親子

木 おおむね0歳児対象
わんぱくひらひらタイム
10:30~11:00 / 14:30~15:00



火 おおむね1歳児対象
よちよちタイム
10:30~11:00



水 おおむね2・3歳児対象
とことこタイム
10:30~11:00



水 年少~年長さん対象
わんぱくタイム
15:00~15:45



7日 みんなでハンドベル&誕生会
14日 木育ひろばとニコニコスキン
シップ遊びのためお休みです
21日 足形アート&プレママと
先輩ママの交流会
28日はお休みです
※午前・午後も同じプログラムです
どちらかご都合に合わせてご参加ください

5日 手形アート&誕生会
12日 リズムあそび
19日 よちよちおたのしみ会
26日はお休みです

6日 とことこアート&お誕生会
13日 とことこパーティー
フルーツポンチを作って食べよう
詳しくは表面をご覧ください
20日はお休みです
27日はお休みです

6日 テリパリーごっこ
13日 わんぱくおたのしみ会
持ち物: われないコップ
20日はお休みです
27日はお休みです

ピアノにあわせてあそぼう!

みんな de ドレミ

25(月) 10:30~11:00

対象:乳幼児親子

~春のあそび~

ピアノに合わせて
体を動かしたり
ふれあいあそびを楽しもう!



ようこそ! プレママのみなさん!

毎日つくれます!! エコー写真アルバムづくり

エコー写真そのままになっていませんか? かわいく保存しましょう!

① 10:00~12:00 ② 14:00~17:00

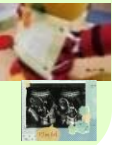
(土日は16:00まで)



時間内に直接お越しください
対象: 妊婦さんとそのパートナー

エコー写真を1~2枚お持ちください

お子さんのフェルト名札のプレゼント券をさしあげます!



申込不要のプログラム

みんなあつまれ!

のび~のひろば

1(金)

10:30~11:15

(身体測定受付 11:00 終了)

身体測定コーナー・情報コーナー
おしゃべりコーナーなど盛りだくさん

- 共催: あそび~の下井草
- 協力: 民生児童委員

のび~のひろば終了後 11:30~12:30 まで
マルチルーム3で一緒におしゃべりしませんか
ランチ持ち込み OK!



対象:乳幼児親子

マルチ3で開催!
3歳~年長さん対象

わんぱくひろば

6・13・27(水)

13:00~17:30

3歳以上限定の特別なおもちゃが登場!
おもちゃのパーツが小さいため
3歳以上の幼児親子のみご利用
になります*プログラム等の都合で
お休みになることがあります



みんなで楽しく♪

わくわくタイム

(月)(火)(木)(金)(土)(日)

15:30

親子のふれあいあそびやダンスなどを楽しみ
ます♪10分程度のミニプログラムです
※プログラム等の都合により中止または時間
が変更になることがあります



水ようびは♪

わくわくタイム With 小学生

(水) 16:30~16:45

小学生と一緒に遊びやダンスをします
※このあとの時間は「小学生タイム」の
ためプレイルームは使えません

プレイルームで広々と!

トレイン GO!!

23(土)・24(日)

9:00~16:30

電車のおもちゃでダイナミックにあそべます!
※プレイルームで一部遊べない遊具があります



なおしてもらおう!

おもちゃの病院

14(木)

13:00~15:00

おもちゃは3月7日(木)からお預かりします
3月21日(木)までに取りにきてください

ひと家族1点とさせていただきます

- 協力 杉並おもちゃドクターズ



杉並区児童館第6ブロック事業

今日からすぐ使える! 親子コミュニケーション講座

8日(金) 10:00~11:30 (開場 9:45)

※12月に予定していた講演会がこの日に延期になりました。

子どものしつけや子どもとの関係等で悩んでいませんか? 親子も自分らしく生きるための
コミュニケーションを、簡単なワークも交えて楽しく学ぶ講座です♪これからの時代に必要
な「非認知能力※」を育むことにも繋がります。

講師: 和田智代氏

場所: 本天沼児童館 2階遊戯室

対象: 乳幼児~小学生の保護者 40名程度

申込: 2月19日(月)~ ※電話申込可能です

託児: 乳幼児のお子さん 先着12名まで



※非認知能力とは

子どもが自分らしく幸せに
生きていくために重要な能力。
(最後までやり抜こうとする力、
コミュニケーション能力等)

子ども・子育てでフラガはこんな施設です

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。
- ◇年齢に応じた遊具などで、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)も気軽に立ち寄ってください。
- 先輩ママと交流もできます。

利用相談事業

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」等の
利用相談と情報提供を行います。
(月~金 10:00~17:00)

利用できる方(対象)

★子どもとその保護者

- ◇乳幼児を主たる対象とする施設ですが、
小学生や中高生も利用ができます。
- ◇乳幼児だけの利用はできません。
(大人の付き添いが必要です)

★これから子育てをはじめる方

(妊娠中の方とそのパートナー)

車椅子をご利用の方へ

受付は2階にありますので、
スロープをご利用いただけます。
車椅子で使えるトイレも
ありますので、お気軽に
お越しください。



杉並区ホームページ
からプラザニュースが
ご覧いただけます。
(毎月25日に更新)

アクセス

☆関東バス☆

【下井草2丁目】下車 徒歩3分

◎荻窪駅・下井草駅間

荻 10 系統

◎阿佐ヶ谷駅・下井草駅間

阿 50、阿 51 系統

☆西武新宿線☆

【下井草駅】下車 徒歩8分

