



○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 10:00～午後6:00 土日午前 10:00～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。

申込受付  
 時間が  
 変更に  
 なりました。

～子どもはみんな芸術家～  
**きっずアート 春休みSP**  
**①2日(火) 11:00～11:45 ②29日(火) 14:30～15:15**  
 きっずアートは幼児さん向けのお絵かきや工作の時間です。  
 4月は春休みSP「**大きな紙に絵の具と筆で色をぬろう!**」

- 対象 ■ 4歳～新1年生の親子
- 定員 ■ 各回6組
- 材料費 ■ 110円(申込時にお持ちください)
- 申込 ■ 3月19日(火)～

**親子で運動遊び**  
**3日(水) 11:00～11:45**  
 親子でコミュニケーションをとりながら身体を一緒に動かしていきます。

- 対象 ■ 3歳～6歳(未就学児)
- 定員 ■ 15組
- 申込 ■ 3月19日(火)～
- 講師 ■ 潘 鎮浩さん  
 (下高井戸運動場 館長)

**4月のハピハピ★バースデー**  
**10日(水) 10:15～10:45**  
 4月生まれのお友達集まれ!  
 みんなでお祝いをしましょう!

- 対象 ■ ①4月生まれの乳幼児  
 ②4月にハーフバースデーを迎える0歳児
- 申込 ■ 3月27日(水)～4月9日(火)

**太郎先生の「つながる」音楽レクリエーション**  
**～アフリカの太鼓でリズムパーティー～**  
**10日(水) 14:15～15:00**  
 音楽でひとつになって  
 みんなで楽しみましょう!

- 対象 ■ 乳幼児親子・小学生
- 定員 ■ 30名
- 申込 ■ 3月27日(水)～
- 講師 ■ 法島 太郎さん

**わらべうたであそぼう♪**  
**15日(月) 11:00～11:30**  
 親子で触れ合いを楽しみながら、わらべうたであそびましょう! お気軽にご参加ください♪

- 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ3組  
 0～2歳児親子 15組
- 申込 ■ 4月1日(月)～
- 講師 ■ 塚原 道子さん

**ふれあいベビーマッサージ**  
**17日(水) 11:15～11:45**  
 ベビーマッサージは「ふれあい」という心の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 ■ ねんねの赤ちゃん
- 定員 ■ 20組
- 申込 ■ 4月3日(水)～
- 講師 ■ 山口 あやこさん  
 (鍼灸師・あん摩マッサージ指圧師)

**杉並で子育て中のパパFPが、こっそり教えます!!**  
**★ライフプランに合わせた  
 子育てとお金のリアルな話★**  
**20日(土) 10:00～11:00**  
 ご家庭に合わせたライフプラン表を作り、「子育てにかかるお金やもらえるお金」などをリアルに聞くことができます。個別相談会も行います!!

- 対象 ■ プレママ・プレパパ・乳幼児親子
- 定員 ■ 8組
- 申込 ■ 4月6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

春になりました。新しい年も  
 よろしくお願ひいたします。

★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

**わくわく! さかなつり**  
**4日(木) 15:00~16:00**  
 おさかなをつかって、プレイホールで  
 さかなつりを楽しみましょう♪  
 ■対象 ■ 乳幼児親子・小学生  
 ■協力 ■ 母親クラブ ふたば会

時間が変わりました!  
**フレイタイム**  
**16・23・30日(火)**  
**19・26日(金)**  
**15:00~15:30**  
 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

**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 ■ 井原 太一さん  
 (こどもの成長を護る  
 杉並ネットワーク)

**春休みスペシャル フラザムービー**  
**5日(金) 14:00~14:40**  
**6日(土) 15:15~17:00**  
**8日(月) 14:00~15:00**  
**15:00~16:00**  
 プレイホールの大画面で映画会!  
 内容は来てのお楽しみ!  
 ■対象 ■ 乳幼児親子、小学生  
 ■申込 ■ 当日 13:00~ 窓口で申し込めます。  
 詳しくは館内ポスターをご覧ください。

**NEW**  
**フレイタイムプラス**  
**20、27日(土)**  
**15:00~15:30**  
 土曜日にもフレイタイムを  
 実施します!  
 ■対象 ■ 乳幼児親子

**自分だけのスペシャルデザイン!**  
**オリジナル名札作り**  
**24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

〈乳幼児親子と小学生の交流プログラム〉  
**フレイホールでみんなであそぼう!**  
**4・11・18・25日(木) 16:30~16:45**  
 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

「みんなであそぼう!」終了後は「**小学生タイム**」です。  
 小学生がプラザのホールで遊べる時間です。  
 ※小学生タイム中、乳幼児親子のホール利用はできません。  
 ご理解・ご協力お願いします。

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。

タイムの曜日が変わりました! たまごちゃんタイムときんちゃんタイムが金曜日、もくちゃんタイムが木曜日です!

<p><b>たまごちゃん</b>  <b>タイム</b>  <b>【金曜日】</b>  <b>19日・★26日</b>  <b>10:15~10:45</b>  <b>【対象】</b>                  ねんねの赤ちゃん親子</p>	<p><b>きんちゃん</b>  <b>タイム</b>  <b>【金曜日】</b>  <b>19日・★26日</b>  <b>11:00~11:30</b>  <b>【対象】</b>                  はいはいの赤ちゃん親子</p>	<p><b>もくちゃん</b>  <b>タイム</b>  <b>【木曜日】</b>  <b>18日・★25日</b>  <b>11:00~11:30</b>  <b>【対象】</b>                  歩きはじめ~しっかり歩くまで                  (おおむね1歳児)の親子</p>	<p><b>せいちゃん</b>  <b>タイム</b>  <b>【火曜日】</b>  <b>16日・★23日・30日</b>  <b>11:00~11:30</b>  <b>【対象】</b>                  しっかり歩ける                  (おおむね2・3歳児)親子</p>
--	--	---	---

★のついている日のプログラムは計測の日です。手形・足形もとれます。 協力：民生児童委員

**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。

**【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