

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：児童青少年課
杉並区立子ども・子育てプラザ和泉
〒168-0063 杉並区和泉 2-36-14
TEL：03-3328-6550

令和6年
10月



【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29日～1月3日

■10月の休業日■
6日(日)・14日(月)

申込みについて

～申込み方法は、左上のマークをご確認ください～

【窓口受付】平日 9:00～18:00 土日 9:00～17:00

【電話受付】平日 10:00～18:00 土日 10:00～17:00

窓口・電話
受付

窓口
受付

申込
不要

窓口・電話
受付

ほめるってどうするの？

～ほめて育てる育児のコツ～

お子さんとのより良い関係づくりについて、考えてみませんか。
子育てのアイデアを皆さんで共有する参加型の講座です。

10/10(木)

☆ほめてみよう

10/17(木)

☆一緒に楽しもう

10/24(木)

☆しつけに挑戦

■ 時間 ■ 全日程 10:15～11:15

■ 対象 ■ ①杉並区在住
②1歳半～3歳のお子さんの保護者
③3回連続参加が可能の方

■ 定員 ■ 6組

■ 申込日 ■ 9月19日(木)～

★託児あり★

申込
不要

ハロウィンスタンプラリー

29日(火)～31日(木) 終日



プラザに遊びに来てスタンプを集めよう！
全部集めると景品がもらえるかも…？
※景品はなくなり次第、配付終了となります。

■ 対象 ■ 乳幼児親子・小学生
(期間中、お子さん1人につき1回まで
ご参加となります。)

窓口
受付

パレットさんの親子リトミック

27日(日)

① 10:00～10:35 0,1歳児親子

② 11:00～11:35 2,3歳児親子

*開始5分前までには必ずお越しください。

パレットさんの人気プログラムです！
親子で思いっきり音楽を感じませんか？
当日は動きやすい服装でお越しください。

■ 定員 ■ 各回 20組
■ 申込日 ■ 10月13日(日)～
■ 協力 ■ パレットさん

窓口
受付

ベビトレヨガ

11日(金) 11:00～11:45

産後のトレーニングを行いながら、子どもの脳トレや
身体遊びを行います。

■ 対象 ■ ねんねの赤ちゃん～歩き始め前の親子
※父親の同伴はできません。

■ 定員 ■ 20組
■ 申込日 ■ 9月27日(金)～
■ 講師 ■ ベビトレヨガインストラクター
和田 麻菜美さん



窓口・電話
受付

助産師さんに聞いてみよう

～だっこのしかたとだっこひもの使い方～

21日(月) 10:15～11:15

赤ちゃんにとっても、だっこする大人にとっても、
安全で安心なだっこのしかたを助産師さんが教えてくれます。
腱鞘炎等のだっこに関するお悩み相談や、今お使いのだっこ
ひもの調整も行います。

■ 対象・定員 ■ 乳幼児親子 10組
■ 申込日 ■ 10月7日(月)～
■ 持ち物 ■ 普段お使いのだっこひも
■ 講師 ■ 助産師 内田 綾子さん



マタニティヨガ

25日(金) 13:30～14:15

お腹の赤ちゃんと一緒にヨガでリラックスしませんか？
当日は、動きやすい服装でお越しください。
(プラザで着替えることもできます)

■ 対象・定員 ■ プレママ 5組
■ 申込日時 ■ 10月4日(金) 10:00～
*右記QRコードから申込みができます。
■ 持ち物 ■ タオル、バスタオル(プランケット可)、飲み物
■ 講師 ■ ヨガインストラクター まちゃ先生

お申込みは
こちら～



※上のお子さん・父親の同伴はできません。
※プログラム終了後、図書館の職員による絵本の紹介があります♪