

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。

令和7年

3月



申込について

～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

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

【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・年末年始

■3月の休業日■

2日(日)・20日(木)

ベビーマッサージ 10日(月) 10:15～10:45

ピュアオイルを使用するベビーマッサージです！
48時間以内に予防接種を受けている方、
ジュクジュク湿疹がある方は参加をお控え下さい。

- 対象 ■ 生後2か月～ねんねの赤ちゃん親子
- 定員 ■ 10組
- 申込日 ■ 2月25日(火)～
- 費用 ■ 90円(オイル代)
- 講師 ■ 柿田 智佳子さん



マタニティヨガ 14日(金) 13:30～14:30

お腹の赤ちゃんと一緒にヨガでリラックスしませんか？
当時は、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名
- 申込日時 ■ 2月21日(金)10:00～
*右記二次元コードから申込みができます。
- 持ち物 ■ タオル、バスタオル(ブランケット可)、飲み物
- 講師 ■ ヨガインストラクター まちや先生

お申込みは



※上の赤ちゃん・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♪

窓口
受付

マオ先生と 英語でリトミック！

17日(月)

- ① 10:30～10:55 1歳児親子 (歩けるお子さん)
- ② 11:05～11:30 2～3歳児親子

ネイティブスピーカーのマオ先生によるリトミックです。

- 定員 ■ 各回 15組
- 申込日 ■ 3月3日(月)～
- 講師 ■ マオ・マッキニーさん



窓口・電話
受付

助産師さんに聞いてみよう

～ママと子どものお悩み相談～

24日(月) 10:15～11:00

地域で活動している助産師さんに、
出産や育児の悩みを相談できます。

- 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ 3組
乳幼児親子 10組
- 申込日 ■ 3月10日(月)～
- 講師 ■ 助産師 内田 綾子さん



申込
不要

夜泣き講座 7日(金) 10:30～11:30

夜泣き、寝ぐずり、お昼寝など、
赤ちゃんの眠りについてのお話です。

- 対象・定員 ■ プレママ・プレパパ 5組
乳幼児親子 20組
- 申込日 ■ 2月21日(金)～
- 講師 ■ NPO法人 赤ちゃんの眠り研究所
山口 英里さん



絵本ライブ

13日(木) 14:45～15:15

「対話式」絵本の読み語り会です。

- 対象 ■ 乳幼児親子・小学生
- 協力 ■ こどもの成長を護る杉並ネットワーク
代表 井原 太一さん

