

練馬区立 光が丘児童館 ぴよぴよだより

令和8年(2026年)

子育てのひろば(0~3歳の子どもと保護者対象)

開室日時
月曜日~土曜日
10:00~17:00
(日曜・祝日はお休み)

住所
〒179-0072
練馬区光が丘1-3-1
Tel.(03)3975-7137

最寄り駅
・地下鉄赤塚駅
・下赤塚駅



【指定管理者】
社会福祉法人雲柱社

暑い夏!ぴよぴよでたくさん遊んで親子の思い出を作りましょう♡お部屋を涼しくしてお待ちしています。



わらべうた

6日(木) 14:30~15:00



親子でわらべうたを歌いながら、ふれあい遊びをして楽しみましょう。
初めての方や赤ちゃんも楽しく参加できます。

対 象: 0~3歳のお子さんと保護者

ねりパパさんとあそぼう

8日(土) 11:00~11:30



「ねりパパ」と一緒に、読み聞かせや音楽遊びなどで楽しみましょう。
※「ねりパパ」は練馬区の現役パパによる育児支援団体です。

対 象: 0~3歳のお子さんと保護者

ぺたぺたアートでうちわづくり

10日(月)より毎日

10:00~11:45/13:00~16:00

※日祝とプログラム開催時は除く

お子さんの手形(0歳児は足形)を使ってうちわづくりを行います。
上記時間帯で、ご都合のよろしい時間に
お越しください。



対 象: 0~3歳のお子さんと保護者
先 着: 30組(なくなり次第終了)

ベビーマッサージ in zoom

18日(火) 10:30~11:00

ご家庭でリラックスしながらベビーマッサージをしてみませんか?
※日頃お使いのベビーオイルやローション、
バスタオルを用意し、ご参加ください。
♡妊婦さんもお人形などを使って是非ご参加ください

対 象: 歩く前のお子さんと保護者
申 込: 8/4(火) 9:00~
メール申込
定 員: 10組程度



hikari-ji@unchusha.com

〈件名〉ベビーマッサージ

〈本文〉①保護者の名前
②お子さんの名前(ふりがな)
③月齢 ④電話番号 ⑤町名



ママヨガ

20日(木) 10:30~11:15

ネリヨガのインストラクターによるママのためのヨガです。
お子さんと一緒に安心してレッスンできます。
動きやすい服装でお越しください。



対 象: 0~3歳のお子さんと保護者
申 込: 8/6(木) 10:00~ ひろば受付/電話
定 員: 10組程度

ハンドトリートメント

27日(木) 14:00~15:30

ママのためのハンドトリートメントです。
癒しのひと時を体験してくださいね。
※キャンセル待ちがでた場合は初めての方優先となります。



対 象: 0~3歳のお子さんと保護者
申 込: 8/13(木) 10:00~ ひろば受付/電話
定 員: 5組(ひとり15分程度)

ハーフセレブレーション

31日(月) 10:20~11:00

5・6・7か月の赤ちゃんあつまれー!!
みんなでおしゃべりや情報交換したり
記念写真を撮ったりしながらすごしましょう。

対 象: 5・6・7か月の
お子さんと保護者
申 込: 8/17(月) 10:00~
ひろば受付/電話
定 員: 各回6組
持 ち 物: カメラ、スマホ等



★熱中症~~特別警戒アラート~~が発出された場合には、
対象の日にはぴよぴよで行われる全てのイベントは
中止になります(オンライン(zoom等)イベントは実施)
また、熱中症~~警戒アラート~~が発出された場合には、
原則イベントは行われますが、熱中症に十分注意して
無理のない範囲でご参加ください。
※ひろばは開室しますが、熱中症に十分注意して
お越しください。



水遊び

7・21・28(金)10:20~11:00

(8月14日(金)はお休み)



対 象：0～3歳のお子さんと保護者
(兄弟児のいる方は職員にご相談ください)

場 所：ぴよぴよの庭か児童館ホール

持 ち 物：濡れても良い服装・タオル・着替え・
サンダル・帽子・飲み物等

0歳から遊べるように赤ちゃん用のスペースも用意しています。プールではないのでオムツが外れていないお子さんも参加できます。
※熱中症アラート等の関係上、外でできない場合はホールで水遊びをします。



★身体測定は個別に実施しています。

★お子さんの誕生月に手形と身長体重を記録した「誕生日カード」をお渡し、お祝いをします。
(プログラム開催時と12時～13時の時間帯以外でお願いします。)



プログラムカレンダー

(常時、ひろば室は自由に遊べます。)

日	月	火	水	木	金	土
🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸						1
2 <u>びよびよ休</u>	3	4	5	6 <u>わらべうた</u>	7 <u>水遊び</u>	8 <u>ねいパパさんとあそぼう</u>
9 <u>びよびよ休</u>	10 <u>べたべた</u> <u>うちわ</u> →	11 <u>びよびよ休</u>	12	13	14	15
16 <u>びよびよ休</u>	17	18 <u>ベビーマッサージ</u> <u>inZOOM</u>	19	20 <u>ママヨガ</u>	21 <u>水遊び</u>	22
23 <u>びよびよ休</u>	24	25	26	27 <u>ハンド</u> <u>トリートメント</u>	28 <u>水遊び</u>	29
30 <u>びよびよ休</u>	31 <u>ハーフセレブ</u> <u>レーション</u>	 練馬区立 子ども家庭支援センター 公式 X(旧 twitter) アカウント				

☆保育士が常駐しておりますので、なにかありましたらお気軽にご相談ください。