

ぴよぴよかわらばん

10月号

〒179-0072 練馬区光が丘2-9-6 光が丘区民センター6階



TEL03-5997-7759(地域子ども家庭支援センター光が丘) TEL03-5997-7763(光が丘ぴよぴよ 一時預かり室)

先日区立中学校より、職場体験として2名の女子生徒さんが、子育てのひろばと乳幼児一時保育に入ってくださいました。昨今は核家族化や少子化が進み、異年齢の関わりが減少していると言われていた中、小さなこどもたちも、中学生も、双方にとって貴重な体験であったのではないかと思います。今後もこうした受け入れは続けていきますので、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。(所長 新澤)

のびのびひろば

お子さんの育ちに不安のある親子を対象としたひろば事業です。子ども家庭支援センターの相談員に育児相談もできます。**申込不要**



10月8日(水)・22日(水)
10:00~15:00



*22日(水)、10:00~12:00は
こども発達支援センターの相談員が在籍しています。

*12:00~13:00は持参した
食事をとることが出来ます♪

【場所】地域子ども家庭支援センター光が丘 会議室
(光が丘区民センター6階)

プレパパ*プレママのための

子育て支援サービスのプチ説明会

12月6日(土) 10:30~11:00



区内の産前産後の子育て支援サービスのご紹介と、
光が丘ぴよぴよひろば室のご案内をします。

【場所】地域子ども家庭支援センター光が丘

【申込】右のQRコードを読み込み、

専用フォームからお申込みください。

☎03-6385-4167(日祝除く9:00~17:00)



マタニティ講座 ~出産後のおはなし~



出産前後の心身の変化や、腱鞘炎になりにくい抱っこの仕方や授乳の方法、寝かしつけなど、生まれたばかりの赤ちゃんのお世話のポイントについて助産師さんから詳しいお話を聞けるオンライン講座を開催します!

【日時】2025年10月15日(水) 10:30~11:30

【会場】オンライン Zoom での開催です

【対象】妊婦さんとそのパートナー

【申込】2025年9月24日(水)~10月13日(月)までに
ねりはぐ(ねりま子育て応援アプリ)からお申込みください

【問い合わせ】地域子ども家庭支援センター光が丘

☎03-5997-7759(日祝除く9:00~17:00)



アプリをダウンロード↓



あおぞらひろば ベビーカープログラム



紅葉が美しい光が丘公園をベビーカーで一緒にお散歩しませんか?
おひさまぴよぴよやプレパひろばを運営している NPO 法人 PLAYTANK の外遊びのプロ「プレーリーダー(講師)」とご案内します。赤ちゃんとの散歩のコツや、公園のおすすめスポットなどをご紹介しますので、一緒に楽しみましょう!



【日時】11月7日(金)10:30~11:30

【対象】練馬区民の方で生後6か月くらいまでのお子さんとそのご家族(先着8組)

【場所】光が丘公園 いちよう並木通りの休憩所③(東屋) ※雨天中止となります

【申込】10月17日(金)~ 地域子ども家庭支援センター光が丘の窓口・電話

☎03-5997-7759(日祝除く9:00~17:00)



～令和7年度 11月以降に開催予定の講座～

○プチ説明会

内容：練馬区の子育て支援サービスの紹介
対象：プレママ＊プレパパ
対面開催：12/6、3/7 土曜
オンライン開催：1/29 木曜



○はじめての歯みがき

内容：歯科衛生士さんによる歯みがきのお話
対象：生後6か月～1歳半くらいまでの
お子さんと保護者
2025年12月8日（月）10:00～11:00



○あおぞらひろば ベビーカー

内容：ベビーカーで光が丘公園を散歩
対象：生後6か月くらいまでのお子さんと家族
2025年11月7日（金）10:30～11:30



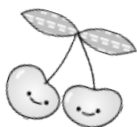
○オンライン卒乳講座

内容：助産師さんによる卒乳のお話
対象：卒乳を考えている方
2026年2月9日（月）10:30～11:10



○さくらんぼ（多胎児の会）

内容：多胎児の保護者同士の交流
※対面とオンラインの同時開催
対象：0～1歳の多胎児の保護者
（多胎児の妊婦さんも大歓迎♪）
2025年11月18日（火）10:30～11:30



○オンライン防災講座

内容：助産師さんによるお子さんのいる
ご家庭の防災についてのお話
対象：0歳～1歳半くらいまでの保護者
2026年3月11日（水）10:00～10:45



○パパ講座（保育付）

内容：現役子育て中の“ねりパパ”との座談会
対象：0～3歳位までのお子さんとお父さん
2025年11月29日（土）10:30～11:30

※講座は日程や時間に変更になる可能性があります。
詳細や申込方法等は、最新の「かわらばん」や練馬区立子ども家庭支援センター公式X
をご覧ください。

すくすく アドバイザー

子育ての“なんでも相談”受付中です！

イヤイヤ期の付き合い方は？ 親子で過ごせる遊び場は？
トイレトレーニングってどうするの？ おひさまぴよぴよって？
ちょっと子どもを預けたいな。 離乳食を食べない…
妊娠中にできる出産準備は？
そろそろ卒乳したい。母子手帳ってどこでもらえるの？
夜泣きで困っています…。ファミリーサポート利用したい。



月～土曜日 9:00～17:00

電話でも窓口でも
お気軽にどうぞ！

☎03-6385-4167



光が丘ぴよぴよ(一時預かり室) より



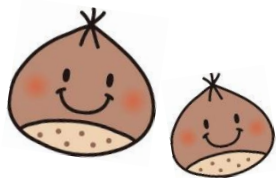
厳しい暑さも落ち着いてキンモクセイやイチョウなど、すっかり秋の香りに包まれて来ましたね。運動会や発表会、芋ほりなどの行事も待ち構えている事と思います。秋晴れの日、まだ夏を感じる日差しの日もあります。昼夜の気温差が大きい季節でもあるので、体調には十分お気をつけください。ぴよぴよでは「ひろったの！」と満面の笑みで、どんぐりや落ち葉を持ってきてくれるお子さんもいます。可愛い姿にスタッフもメロメロです♪「ぴよぴよ、たのしい！」と言ってもらえるようにスタッフは毎日全力で笑顔を届けています！今月もスタッフ一同お待ちしております♪ 井上

光が丘ぴよぴよ (ひろば室)

日曜～土曜 9:00～17:00

0歳～3歳までのお子さんが利用できます。

地域子ども家庭支援センター光が丘分室 〒179-0072 練馬区光が丘5-2-5-105 TEL03-3979-8101



10月のプログラム



★区立幼稚園説明会

10月9日(木) 10:30～11:30 申込 10/2～
先着 6組

区立幼稚園ってどんなところ？

区立幼稚園の先生のお話を聞いてみませんか？

【対象】0歳～3歳のお子さんと保護者

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

★オンラインあかちゃんタイム

10月14日(火) 10:30～11:00
申込期間 10/1～10/10

「ふれあい遊びを楽しみましょう！」

【対象】1ヶ月～3ヶ月のお子さんと保護者

【申込方法】「オンラインあかちゃんタイム参加希望・
参加者氏名・お子様氏名」をご記入の上
下記アドレスよりお申込み下さい。

(piyopiyo-h@unchusha.com)へ



★おやこであそぼう

10月17日(金) 10:45～11:30 申込 10/10～
「お散歩に行こう」

【対象】1歳以上のお子さんと保護者(先着 6組)

※雨の場合は室内で遊びます。

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

★看護師さんのアドバイス

10月23日(木) 10:30～11:30 申込 10/9～
先着 6組

区立保育園の看護師さんが、

冬のスキンケアについてお話ししていただきます。

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

※事前に質問があればお申込み時におしらせください。

★あかちゃんタイム

10月24日(金) ①14:00～14:40
②14:50～15:30 申込 10/17～

「親子のふれあい遊びや交流を楽しみましょう！」

【対象】①1～5ヶ月のお子さんと保護者(先着 6組)

②6～11ヶ月のお子さんと保護者(先着 6組)

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)



★ハローぴよぴよ

10月16日(木) 14:30～15:30 申込 10/9～
「ぴよぴよの紹介を行います！」

【対象】ひろば利用が初めてのお子さんと保護者

【申込方法】電話(03-3979-8101)

★応急救命講習

10月30日(木) ①10:00～10:45
②11:00～11:45 申込 10/16～

光が丘消防署の方による

「子どもの応急救命」についてのお話しです。

【対象】0歳～3歳のお子さんと保護者(各回先着 5組)

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

☆おやこでつくろう

「お散歩バッグをつくろう！」

10月7日(火) 15:15~15:45

【対象】1歳以上のお子さんと保護者

【申込方法】当日ひろばにて申込



☆わくわく絵本の会



10月22日(水) 11:00~11:20

「わくわく絵本の会」の皆さんによる読み聞かせの時間です。※申込不要

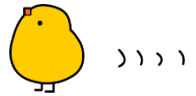
☆KAPLAであそぼう

10月18日(土) 10:30~11:30

10月19日(日) 10:30~11:30

KAPLA(フランス生まれの木の板)の感触を楽しみながら、親子で一緒にあそびましょう。※申込不要

☆ぴよっこタイム



10月28日(火) 11:00~11:15

15:30~15:45

手遊びやふれあい遊びなど、みんなで一緒に楽しみましょう。※申込不要

◇身体測定も個別に実施します。

◇お子さんの誕生月には、
誕生カードをお渡しします。
スタッフにお声掛けください。



※プログラムは変更になる場合があります。

休室のお知らせ

10月26日(日)~27日(月)

ひろば室の補修塗装工事のため、
終日休室となります。

ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

●練馬区立子ども家庭支援センター公式 X(旧 Twitter)

子ども家庭支援センターや子育てのひろばびよびよのイベント情報などをポストします。フォローをお願いします。

http://x.com/nerima_kodomo



10月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7 おやこで つくろう	8	9 ★区立幼稚園 説明会	10	11
12	13	14 ★オンライン あかちゃん タイム	15	16 ★ハロー びよびよ	17 ★おやこで あそぼう	18 KAPLAで あそぼう
19 KAPLAで あそぼう	20	21	22 わくわく 絵本の会	23 ★看護師さんの アドバイス	24 ★あかちゃん タイム	25
26 休室	27 休室	28 ぴよっこ タイム	29	30 ★応急救命講習	31	

★マークは事前予約が必要です。ご確認ください。