

ぴよぴよかわらばん 1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)

ねりま区報を読まれていますか？ 区報には子育て情報含め最新の情報が満載されていますので、ぜひお読みになることをおすすめします。現在は区のHPやXやLINEで情報配信もされますし、駅やコンビニ、公共施設で手に入れることもできます。国や東京都も、子育ての応援に向けて様々な施策を進めていますので、ぴよぴよでも、様々な情報をお届けできればと思っています。

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**



1月7日(水)・21日(水)
10:00~15:00



*21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
食事をとることができます♪

【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

1月29日(木) 14:00~14:30



区内の産前産後の子育て支援サービスをご紹介します。

【場所】オンライン Zoom

【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)



第一子の赤ちゃんとお母さんのための 赤ちゃんとお母さんの家族

～はじめの一步～ FS プログラム



【日時】1/16日(金)、23日(金)、30日(金)、2/6日(金)

各回 13:30~15:00 4回連続の講座です！

【内容】 *はじめまして赤ちゃん、そして私たち *私たちの家族と生活

*赤ちゃんのことをもっと知ろう！ *家族のこれから

上記をテーマにテキストを使用したり、日々の育児やお母さん自身やパートナーのことなど、お母さん同士で毎回お話しするプログラムです

【対象】練馬区にお住まいの2~5か月くらいまでの赤ちゃん(第一子)とお母さん
(およそ2025年8月7日~2025年10月15日生まれのお子さん)

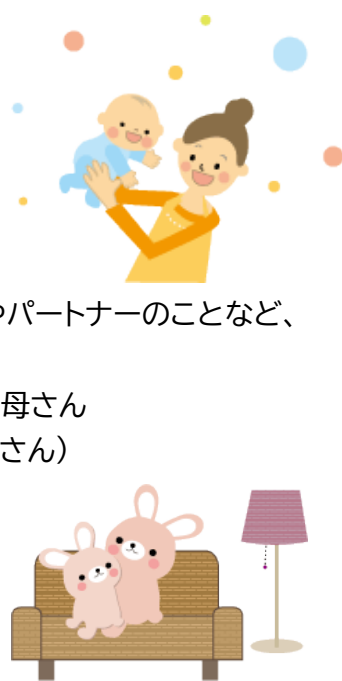
【定員】先着6組(母子同室でのプログラムです)

【会場】地域子ども家庭支援センター光が丘(光が丘区民センター6階)

【申込】2025年12月1日(月)~2026年1月9日(金)

地域子ども家庭支援センター光が丘 電話でお申込みください

☎ 03-5997-7759(日祝除く9:00~17:00)



休館日のお知らせ



12月29日(月)~1月3日(土)は年末年始のため、全ての事業がお休みとなります





オンライン卒乳講座



そろそろ卒乳したいけど、実際にどうやって進めていけばいいの？
春から入園予定だけど、授乳を続けられる方法はあるの？など、
卒乳を考えている方を対象とした、助産師さんによる卒乳講座をオンラインで開催します！

【日時】 2026 年 2 月 9 日(月)10:30～11:10

【会場】 オンライン Zoom での開催です

【定員】 先着 20 名

【対象】 卒乳のことを聞いてみたい方(練馬区内在住の方)

【申込】 2026 年 1 月 19 日(月)9:00 ～ 2026 年 2 月 7 日(土)17:00 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・12/29～1/3 を除く 9:00～17:00)



アプリをダウンロード↓



※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の公式 X をご覧ください。



光が丘びよびよ(一時預かり室) より

たくさん子どもたちと過ごすことができたこの 1 年。1 年を振り返ってみると、子どもたちの成長した姿に驚かされ、保護者の皆さまと一緒に子どもたちの成長を見守らせていただけていることに感謝の思いです。年が明け、子どもたちの元気な声とともにまた新たな 1 年がスタートします。スタッフ一同、本年も皆さまとお会いできることを楽しみにしてお待ちしております！2026 年もよろしくお願いいたします。(佐藤)

乳幼児一時預かり

地域子ども家庭支援センター光が丘では、保護者のリフレッシュのためなど、理由を問わずお子さまをお預かりする『乳幼児一時預かり』を実施しています。事前に親子で登録面談をしていただく必要があり、面談後に利用予約をしてご利用ください！

*登録面談は予約制になります
電話か窓口にてご予約下さい！

- 【利用要件】 練馬区に住民登録のある方、集団生活が可能な方
- 【対象年齢】 生後 6 か月から小学校就学前のお子さま(疾病等の場合はご利用できません)
- 【問い合わせ】 光が丘びよびよ(一時預かり室)
- 【住所】 光が丘 2-9-6 光が丘区民センター6 階 (光が丘駅下車 徒歩 1 分)

◆ 乳幼児一時預かり 当日受付について ◆

当日受付専用電話 080-9048-2463

※受付開始は 9:30～ 先着順になります！

利用登録面談のご予約・お問い合わせ等はこちらの電話でお受けいたします

☎ 03-5997-7763 9:00～17:00(日祝除く)

※17:00 以降は繋がりません



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



1月のプログラム

あけましておめでとうございます。今年も子どもたちの成長を利用される皆様と一緒に喜び、見守っていききたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。(玉谷)



★パパと一緒にあかちゃんタイム

1月17日(土) 10:30～11:30 申込 1/9～
男性保育士さんと一緒に親子の触れ合い遊びや交流を楽しみましょう!

【対象】0歳のお子さんとパパ(先着6組)

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

★栄養士さんのアドバイス

1月19日(月) 10:30～11:30 申込 1/5～
区立保育園の栄養士さんによる離乳食から幼児食への進め方についてのお話です。(先着5組)

【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知らせください。



★オンラインあかちゃんタイム

1月20日(火) 10:30～11:00

申込期間 1/9～1/16

「ふれあい遊びを楽しみましょう!」

【対象】1か月～3か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ください。

(piyopiyo-h@unchusha.com)へ



★ハローぴよぴよ

1月22日(木) 10:30～11:30 申込 1/15～

「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)

★おやこであそぼう

1月26日(月) 10:30～11:30 申込 1/19～

「絵の具スタンプで感触を楽しもう!」

【対象】1歳半以上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)



★ねいまママパパてらす講座

「ベビーマッサージと良いタッチ」～0歳からはじめるやさしい性教育～

赤ちゃんが安心できる触れ方を学びながら、日常のふれあいに役立つ“良いタッチ”のポイントをお伝えします。

0歳から自然に始められる性教育の第一歩をベビーマッサージを楽しみながら、一緒に始めましょう。

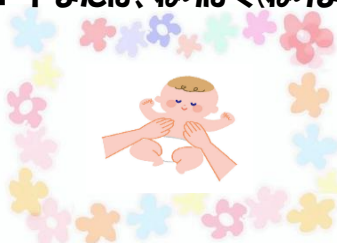
【日時】2月10日(火) 10:30～11:30

【対象】0歳(2～11か月)の赤ちゃんと保護者の方(6組 応募多数の場合には抽選)

【申込】1月13日(火)～1月27日(火)に、下記のQRコードまたは、ねいはぐ(ねいま子育て応援アプリ)からお申込みください

【会場】光が丘ぴよぴよひろば室

【講師】熊井助産院 助産師 熊井亜矢子



☆ぴよっこタイム



1月6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

☆人形劇



1月14日(水) 11:00~11:20

地域のボランティアの方による人形劇です。

※申込不要

☆KAPLAであそぼう

1月24日(土) 10:30~11:30

1月25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

☆わくわく絵本の会



1月28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

☆おやこでつくろう

「オニのお面をつくろう！」

1月29日(木) 10:30~11:00

【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



◇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。

●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ぴよぴ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



日	月	火	水	木	金	土
※12/29(月)~1月3日(土)は年末年始のため 休室となります。				1 休室	2 休室	3 休室
4	5	6 ぴよっこ タイム	7	8	9	10
11	12	13	14 人形劇	15	16	17 ★パパと一緒にの あかちゃんタイム
18	19 ★栄養士さんの アドバイス	20 ★オンライン あかちゃんタイム	21	22 ★ハロー ぴよぴよ	23	24 カブラ
25 カブラ	26 ★おやこで あそぼう	27	28 わくわく 絵本の会	29 おやこで つくろう	30	31

★マークは事前予約が必要です。ご確認ください。