

## ぴよぴよかわらばん 6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)

新年度が始まってから2か月が過ぎようとしています。4月から環境が変わり、新しい生活のリズムに慣れるまで大変だったという方もいるのではないのでしょうか。ゴールデンウィークも過ぎ、それぞれのペースで過ごされているかと思います。この所例年ではありますが、6月に入るとさわやかな春から初夏を一気に飛び越して夏に向かっていくような傾向があります。特にこの時期は暑さに身体が慣れていないこともあり、熱中症なども十分注意をしていくことが必要です。夏に向けて、無理なく体力づくりもできるとよいですね。(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**



6月3日(水)・17日(水)  
10:00~15:00



\*17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

6月13日(土) 10:30~11:00

区内の産前産後の子育て支援サービスをご紹介します。  
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。

【問い合わせ】☎03-6385-4167(日祝除く9:00~17:00)



### 北保健相談所とのコラボ講座



### 赤ちゃん乗り越えよう!夏の生活!!

暑すぎる夏、赤ちゃんはどう過ごせばいいの?

保健師さんにお話を聞いてみませんか?一緒に夏を乗り越えましょう!

練馬区の子育てサービスの案内もさせていただきます。



【日時】2026年7月6日(月)10:00~11:00

【場所】オンライン Zoom での開催です

【対象】生後4か月くらいまでのお子さんと保護者

【申込】6月15日(月)9:00~7月4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(日祝除く9:00~17:00)



### 6月6日(土) 休館日のお知らせ



光が丘区民センターが害虫駆除のため休館となり、地域子ども家庭支援センター光が丘の事業(子どもと家庭の総合相談・すくすくアドバイザー・乳幼児一時預かり・トワイライトステイ)がお休みになります。

電話も不通になりますので、ご注意ください。みなさまのご理解とご協力をお願いいたします。

※ひろば室は通常通り開室しています



## パパによるパパのためのなんでも座談会 ～〇〇って他のパパはどうしてる？～

「家事や育児、他のパパはどうやっているの？」や「パパライフをエンジョイするための秘訣！」などなど、  
パパ同士で交流しながら話してみませんか？当日は先輩パパである“ねりパパ”  
(練馬区を拠点とした現役パパによる育児支援団体)が進行役となって  
話を進めてくださいます。お子さんと一緒にパパたちの参加をお待ちしております！！

【日時】7月11日(土)10:30～11:30

【対象】0歳～3歳までのお子さんとお父さん(先着8組) ※別室保育あり

【申込】6/20(土)～

右のQRを読み込み、専用フォームからお申し込みください

【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)

【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)



### 令和8年度 地域子ども家庭支援センター光が丘 7月以降開催講座

○赤ちゃんのスキンケア講座(親子同室)

内容:赤ちゃんのスキンケアについて

対象:0～1歳のお子さんと保護者

2026年9月7日(月)10:30～11:15



○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

2027年2月5日(金)10:00～10:45



○マタニティ講座～出産前後のお話～

内容:助産師さんによる産前産後のお話

対象:プレママとそのパートナー

2026年10月2日(金)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:乳幼児の保護者

2027年3月4日(木)10:00～10:45



○ペアレントング・プログラム ダイジェスト版(保育付き)

内容:親子の関係を育てるコミュニケーションを  
学ぶプログラム

対象:後日お知らせ

2026年10月15日(木)10:00～12:00



○北保健相談所とのオンラインコラボ講座

・保健師さんによる赤ちゃんとの夏の生活について

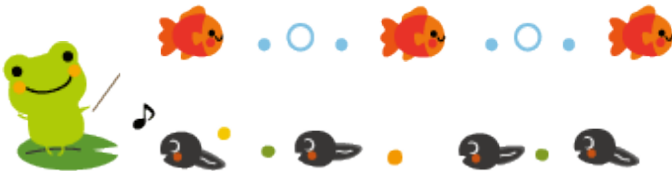
2026年7月6日(月)10:00～

・歯科衛生士さんによる歯みがきのお話

2026年9月29日(火)10:00～

・栄養士さんによる離乳食のお話

2026年12月7日(月)10:00～



# 光が丘びよびよ(一時預かり室) より



あっという間に春が過ぎ梅雨の季節となりましたね。日中は汗ばむ日も増え、保育室は半袖でも過ごしやすくなりました。子どもたちは季節ならではのあじさいやかたつむりの製作を楽しんでいます。雨が降ると外で遊べない日も増えますが、そんな時はぜひ遊びに来てくださいね。そして本格的な夏に向けて体調には気を付けて過ごしましょう。お待ちしております！(榎本)

# 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

雨の日の傘と長靴はなんだか特別な感じがして「お外に行きたい！」とウキウキする子どもたち。雨の日には、晴れの日とは違う雨の匂いや葉っぱに落ちる雫などの自然を楽しむのもいいですね。雨の日の散歩ついでにちょっと寄り道をしてひろばにもお越しください。(官野)



## 6月のプログラム

### ★オンラインあかちゃんタイム

6月10日(水) 10:30～11:00

申込期間 6/1～6/8

7月3日(金) 10:30～11:00

申込期間 6/23～7/1

「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](mailto:piyopiyo-h@unchusha.com))へ



### ★あかちゃんタイム

ズレパパ・ズレママ  
コラボ♪

6月13日(土) ①10:00～10:40

②10:50～11:30 申込 6/6～

「親子のふれあい遊びや交流を楽しみましょう！」

②の回はズレパパ・ズレママも一緒に交流します。

【対象】①6か月～11か月のお子さんと保護者(先着5組)

②1か月～5か月のお子さんと保護者(先着5組)

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

### ★ハローぴよぴよ



6月15日(月) 10:30～11:30 申込 6/8～

「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)

### ★ふたご・みつごの会「さくらんぼ」

6月12日(金) 10:30～11:30 申込 6/5～

ふたご・みつごの多胎児の子育てについてお話し  
しませんか？

【対象】0歳～1歳の多胎児と保護者

(多胎児の妊婦さんも大歓迎)

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)



### ★おやこであそぼう

6月30日(火) 10:30～11:30 申込 6/23～

「水あそび」

【対象】1歳半以上のお子さんと保護者(先着5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)

◇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。



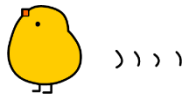
●練馬区立子ども家庭支援センター公式 X(旧 Twitter)

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](http://x.com/nerima_kodomo)



☆ぴよっこタイム



6月4日(木) 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

☆おやこでつくろう

「フラコップで-シャワー-をつくろう！」  
6月18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

☆KAPLAであそぼう

6月27日(土) 10:30~11:30  
6月28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

6月24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

☆ちいさな人形劇

6月25日(木) 11:00~11:20  
地域のボランティアの方によるミニ人形劇です。  
\*申込不要

\*プログラムは変更になる場合があります。

おねがい

お子様の衛生のため、大人の方は年間を  
通して靴下着用にご協力ください。



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4 ぴよっこ タイム	5	6
7	8	9	10 ★オンライン あかちゃんタイム	11	12 ★さくらんぼ の会	13 ★あかちゃん タイム
14	15 ★ハロー ぴよぴよ	16	17	18 おやこで つくろう	19	20
21	22	23	24 わくわく 絵本の会	25 ちいさな 人形劇	26	27 KAPLAで あそぼう
28 KAPLAで あそぼう	29	30 ★おやこで あそぼう	★マークは事前予約が必要です。ご確認ください。			