練馬区立地域子ども家庭支援センター光が丘　光が丘ぴよぴよ
令和８年（2026年）　№224
【社会福祉法人　雲柱社】

# 光が丘 ぴよぴよかわらばん 12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）

乳幼児一時預かりの予約システムは、現在安全対策のメンテナンスを行っており、皆様に大変ご不便をおかけしております。臨時に導入しているLoGoフォームは従来のシステムと操作方法が大きく異なりますので、ご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。
また、現在「利用登録の面接」も大変混雑しております。ご利用をお考えの方は、なるべくお早めにご相談ください。
（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**



12月2日（水）・16日（水）
10:00～15:00



＊16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

12月5日（土）　10:30～11:00

区内の産前産後の子育て支援サービスと
光が丘ぴよぴよひろば室のご紹介をします！

【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



## ワクワク♪ドキドキ♡　はじめての離乳食



離乳食はいつから始めたらいい？あると便利なグッズは？
なるべくラク～に作る方法を教えて！などなど
まだ始めてないけど不安…。始めたけどこれでいいの？
ママ、パパのなぜ？に管理栄養士がお答えします！

【日時】12月7日（月）10:00～11:00（オンラインZoomでの開催です）
【内容】離乳食開始前から中期への移行までのポイントと実演デモ
【対象】生後7か月までのお子さんと保護者（妊婦さんも大歓迎！）　先着10組
【申込】11/16（月）9:00　～　12/5（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）

ねりま 子育て 応援

## ～休館日のお知らせ～

○12月19日（土）は清掃のため光が丘区民センターが休館となり、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。（ひろば室は通常通りです）



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

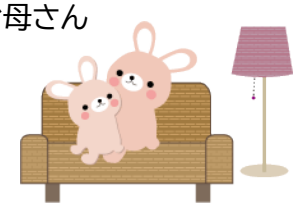
## 第一子の赤ちゃんとお母さんのための　赤ちゃんと創るわたしの家族
## ～はじめの一歩～　FS プログラム



【日時】1/15 日(金)、22日(金)、29日(金)、2月5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2026年8月6日　～　11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】2026年12月7日(月)　～　2027年1月7日(木)
地域子ども家庭支援センター光が丘　電話か窓口にてお申込みください
☎　03-5997-7759(日祝、年末年始を除く9:00～17:00)

＊講座は日程や時間が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 をご確認ください

## 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？
トイレット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？
夜泣きで困ってます･･･。　ファミリーサポートを利用したい。

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

ひんやりとした朝の空気に、思わず肩をすくめてしまう季節になりましたね。

この度、長年ボランティアとして毎週火曜日の午前中に来てくださっていたご夫婦が、11 月をもって引退されました。スタッフや子どもたちから「じぃじ・ばぁば」と慕われていたお二人。じぃじの優しいハーモニカの音色(童謡やアンパンマンの歌など)と、ばぁばの温かいまなざしに包まれ、子どもたちはいつも笑顔でのびのびと過ごしていました。長い間、本当にありがとうございました！(小川)

# 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

## 12月のプログラム

### ★おやこでつくろう

12月1日(火)　10:30～11:00　申込 11/24～
「　クリスマスバッグをつくろう♪　」
【対象】1歳以上のお子さんと保護者　（先着20組）
【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

### ★パパと一緒のあかちゃんタイム

12月　12日(土)　10:30～11:30　申込 11/27～
男性保育士さんと一緒に親子のふれあ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)

プレママ・プレパパ
コラボ♪



### ★あかちゃんタイム

12月　5日(土)　10:30～11:30　申込 11/27～
「親子のふれあい遊びや交流を楽しみましょう！」
後半はプレパパ・プレママも一緒に交流します。
【対象】0歳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

12月　14日(月)　14:30～15:30　申込 12/7～
「　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

12月9日(水)10:30～11:30　申込 12/2～
「　絵の具であそぼう　」
【対象】1歳半～3歳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)

### ★卒ぴよキッズあつまれ！

12月20日(日)　①10:00～10:45
②11:00～11:45　申込 12/12～
「　カプラや製作を一緒に楽しもう！　」
【対象】4歳以上のお子さんと保護者(各回先着6組)
【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)



久しぶりに会えるのを
楽しみにしているね♪

### ★オンラインあかちゃんタイム

12月10日(木)　10:30～11:00
申込期間 12/1～12/8
「　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

### 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

## ☆KAPLA であそぼう

12 月 6 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



12 月 23 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

## ☆ぴよっこクリスマス



12 月 17 日(木)　11:00～11:30
15:30～16:00

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

## 1 月のぴよっこタイム

1月 7 日(木)　11:00～11:15
15:30～15:45

※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

◇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。




# 12 月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1<br>★おやこで<br>つくろう | 2 | 3 | 4 | 5<br>★あかちゃん<br>タイム |
| 6<br>カプラ | 7 | 8 | 9<br>★おやこで<br>あそぼう | 10<br>★オンライン<br>赤ちゃんタイム | 11 | 12<br>★パパー緒の<br>あかちゃんタイム |
| 13 | 14<br>★ハロー<br>ぴよぴよ | 15 | 16 | 17<br>ぴよっこ<br>クリスマス | 18 | 19 |
| 20<br>★卒ぴよ<br>キッズ | 21 | 22 | 23<br>わくわく<br>絵本の会 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29<br>休室 | 30<br>休室 | 31<br>休室 | ★マークは事前予約が必要です。 | |

※12/29-1/3 は年末年始のため休室となります。　※年始は 1/4 から開室します。