

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)

10月



【指定管理者】
社会福祉法人雲柱社

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

少しずつ気温も下がってきて、お外で遊ぶお子さんも増えてきました。お子さんの気持ちに合わせて室内遊びや外遊びと組み合わせて過ごすのも良い季節ですね。今月5日にはお庭でしゃぼん玉遊びがあったり、他のイベントもあったりと盛りだくさんです。

「ぴよぴよ」のお庭には、ボールや乗り物の遊具があります。遊びながら秋の風を受けたり、落ち葉拾いをしたり、季節が移りかわる様子を肌で感じることもできます。今月はイベントも多くなっています。親子でたくさん楽しめますように。



副園長先生の子育て応援隊

6日(火) 10:30~11:30

区立保育園の副園長先生や看護師さんによる
なんでも相談会を行います。
保育園のことや子育てのこと等、なんでも相談できます。



対象：0~3歳のお子さんと保護者

ぺたぺたアート



6日(火) 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

お子さんの足形を使って作品を作ります。
上記時間帯で、ご都合の
よろしい時間にお越しください。
今月は「実りの秋」です



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)



わらべうた



8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

パネルシアターピーかぶー

9日(金) 11:00~11:30

パネルシアター「ピーかぶー」さんが
楽しいお話の数々を上演します。
みんなで楽しみましょう。



対象：0歳~3歳のお子さんと保護者

ハンドトリートメント

14日(水) 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：9/30(水) 10:00~ ひろば受付/電話
定員：5組(ひとり15分程度)

ママヨガ

15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：10/1(木) 10:00~ ひろば受付/電話
定員：10組程度

タッチケア

20日(火) 10:30~11:10

セルフタッチケアでママの心を整えた後
絵本や歌でふれあいを楽しみながら、心を込めて
「触れること」を楽しみましょう。



対象：0歳のお子さんと保護者
申込：10/6(火) 10:00~ ひろば受付/電話
定員：6組

おりがみの会

29日(木) 10:30~11:30

体が動く「によきによきあおむしくん」を、
おしゃべりしながら一緒に作りましょう。
地域の子育てボランティアの方々
作り方をやさしく教えてくれるので
安心して参加できます。



対象：0~3歳のお子さんと保護者



小児救急ミニ講座



27日(火) 14:00~15:00

急な子どもの病気や救急時の対応の仕方を区内の小児科医にお話しいただきます。
是非この機会にご参加ください。練馬区HPからもお申込できます。

講師 田村内科小児科医院 田村 幸子 先生
対象 0~3歳のお子さんと保護者
定員 20組
申込 10月1日(木) 午前9時~10月15日(木) オンライン申請



【申込専用フォーム】
<https://logoform.jp/form/G2rU/1789216>



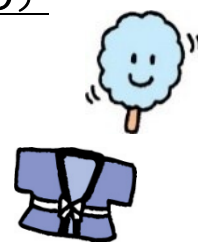
光が丘児童館えんにち「かぼちゃとおばけのおまつり」

10月24日(土) 13:00~16:00 (最終受付 15:40)

【内容】 ぴよぴよのお部屋は乳幼児さんコーナーです。
(おかしくじとねりパパさんのバルーンアートをやります。)
※授乳、おむつ替えもできます。

【持ち物】 手さげ袋、靴袋

【注意】 午前はえんにち準備の為、ぴよぴよの通常利用は出来ません。



5日(月) 10:20~11:00

お庭でしゃぼん玉あそびを行います。
汚れても良い服装でお越しください。

対象: 0歳~就学前のお子さんと保護者

★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。)

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



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4 ぴよぴよ休	5 <u>しゃぼん玉遊び</u>	6 <u>副園長先生</u> <u>子育て応援隊</u> <u>ぺたぺたアート</u>	7	8 <u>わらべうた</u>	9 <u>パネルシアター</u> <u>ピーかぶー</u>	10
11 ぴよぴよ休	12 ぴよぴよ休	13	14 <u>ハンド</u> <u>トリートメント</u>	15 <u>ママヨガ</u>	16	17
18 ぴよぴよ休	19	20 <u>タッチケア</u>	21	22	23	24 <u>光が丘児童館</u> <u>えんにち</u>
25 ぴよぴよ休	26	27 <u>小児救急</u> <u>ミニ講座</u>	28	29 <u>おりがみの会</u>	30	31

光が丘児童館ぴよぴよにはお庭があります。歩き始めのよちよち歩きのあかちゃんも安全に遊ぶことが出来ます。
お庭遊びだけの利用も出来ますので、是非、お気軽にご利用ください。