

ぴよぴよかわらばん 5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)

新年度が始まりましたが、皆様少し落ち着いた所でしょうか。天候が不安定で、体調も定まらない方も多いのではないかと思います。さわやかな春から初夏を迎えたいですね。5月は長い休みもあり、子どもたちもペースが崩れたりすることがあります。困ったことがあれば、お気軽に、すすくアドバイザーや、それぞれの事業担当職員にお声かけください。子育てのパートナーとして一緒に考えていきたいと思っています。(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



5月7日(水)・21日(水)
10:00~15:00

*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
6月14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。

【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。

すすくアドバイザーは、あそび場情報や

子育ての“なんでも相談”を受け付けています。

☎03-6385-4167(日祝除く9:00~17:00)



あおぞらひろば ベビーカープログラム



新緑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】5月16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 いちょう並木通りの休憩所③(東屋) ※雨天中止となります

【申込】4月25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)



赤ちゃんのスキンケア講座

赤ちゃんの皮膚の特徴や、それに伴う日常的なケア、
皮膚トラブルや受診の目安などについて、助産師さんからお話を聞いてみませんか？



【日時】5月27日(火) 10:30~11:15

【対象】練馬区在住で0~1歳のお子さんの保護者

【場所】オンライン Zoom での開催です 【定員】20組

【申込】5/7日(水)9:00~5/24(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)



アプリをダウンロード↓



～令和7年度 地域子ども家庭支援センター光が丘 年間プログラム（予定）～

○のびのびひろば（申込不要）

内容：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、相談もできます
毎月2回 水曜 10:00～15:00

○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：6/14、12/6、3/7 土曜
オンライン開催：4/24、8/28、1/29 木曜



OFS プログラム 13:30～15:00

内容：子育てや自身のことを参加者同士お話し学ぶ
4回連続講座（母子同室）
対象：2～5ヵ月位までの
お子さん（第1子）とお母さん
2025年4/18・25、5/2・9 金曜日
2026年1/16・23・30、2/6 金曜日



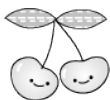
○あおぞらひろば ベビーカー

内容：ベビーカーで光が丘公園を散歩
対象：生後6ヵ月位までのお子さんと家族
2025年5月16日（金） 10:30～11:30
2025年11月7日（金） 10:30～11:30



○さくらんぼ（多胎児の会）10:30～11:30

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歳の多胎児と保護者
（多胎児の妊婦さんも大歓迎♪）
2025年6月13日（金）
2025年11月18日（火）



○柴田愛子さん講座（保育付）

内容：心が軽くなる子育てのお話
対象：1歳半～3歳までのお子さんと保護者
2025年6月25日（水）13:45～15:15



○パパ座談会（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7月12日（土） 10:30～11:30
2025年11月29日（土） 10:30～11:30



○ノーバディーズ・パーフェクト（保育付）

内容：「完璧な親なんていない」をキャッチフレーズ
に、参加者同士話し合いながら自分に合った子
育てを学ぶ連続講座
対象：0～3歳までのお子さんと保護者
2025年9/11・18・25、10/2・9・16
※全6回 毎週木曜日 13:30～15:30



○マタニティ講座

内容：出産前後のお話
対象：妊婦さんとそのパートナー
2025年10月15日（水）開催予定



○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）開催予定



○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
2026年3月11日（水）開催予定



○光が丘保健相談所とのオンラインコラボ講座

・栄養士さんによる離乳食のお話
2025年7月1日（火）開催予定
・保健師さんによる赤ちゃんの生活リズムのお話
2025年9月5日（金）開催予定
・歯科衛生士さんによる歯みがきのお話
2025年12月8日（月）開催予定



※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。



光が丘びよびよ（一時預かり室）より



満開の桜があっという間に散り、新緑の季節になりましたね。アリやダンゴムシ、テントウムシ達も動き出してきました。公園などで、色々な虫やお花に出会えるかもしれません。この時期のお散歩は、親子でたくさんの発見がありそうですね。4月から新しい生活がスタートし、慣れないことや、大変なこともあると思います。体調を崩さないように気を付けてください。私たちは、いつでもびよびよでお待ちしています。（谷口）

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

お外も暖かくなり、過ごしやすい季節になりましたね。外で遊んでいる子ども達の声や姿にはいつも元気をもらっています。新年度を迎え、新しい生活が始まった方も多いと思います。ひろば室にも新たに遊びに来てくれる子どもたちが増え、出会いもありとても嬉しく思います。

土日祝日も開所していますので、いつでもひろばに遊びに来てくださいね。(山中)

5月のプログラム



★オンラインあかちゃんタイム

5月13日(火) 10:30～11:00

申込期間 5/1～5/10

「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

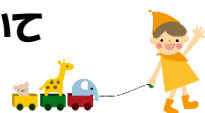
5月26日(月) 11:00～11:45 申込 5/19～

「お外であそぼう」

【対象】1歳以上のお子さんと保護者

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

★幼稚園選びについて



5月29日(木) 10:30～11:30

申込期間 5/1～5/15

幼稚園入園を考えているけれど、何から始めたらいいのだろう？実際にどのように選んだ？など直接先輩ママに話が聞けます。

【対象】幼稚園入園を考えている方 6組程度

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

【開催場所】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)

★ハローぴよぴよ

5月15日(木) 10:30～11:30 申込 5/8～

「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)

★あかちゃんタイム



5月20日(火) 10:30～11:30 申込 5/13～

「親子のふれあい遊びや交流を楽しみましょう！」

【対象】10歳のお子さんと保護者 先着 6組

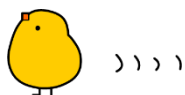
【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

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。



☆ぴよっこタイム



5月8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

「ちょうちょうをつくろう」

5月23日(金) 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

5月10日(土) 10:30~11:30

5月11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

5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

※プログラムは変更になる場合があります。

◇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



日	月	火	水	木	金	土
★マークは事前予約が必要です。 ご確認ください。				1	2	3
4	5	6	7	8 ぴよっこ タイム	9	10 KAPLAで あそぼう
11 KAPLAで あそぼう	12	13 ★オンライン あかちゃんタイム	14	15 ★ハロー ぴよぴよ	16	17
18	19	20 ★あかちゃん タイム	21	22	23 おやこで つくろう	24
25	26 ★おやこで あそぼう	27	28 わくわく 絵本の会	29 ★幼稚園 選びについて	30	31