

練馬区立

令和8年(2026年)

# 光が丘児童館ぴよぴよだより

(最寄り駅)

・地下鉄赤塚駅

・下赤塚駅

子育てのひろば(0~3歳の子どもと保護者対象)



月曜日～土曜日 10:00～17:00(日曜・祝日はお休み)  
〒179-0072 練馬区光が丘1-3-1 (光が丘児童館内) TEL(03)3975-7137

【指定管理者】社会福祉法人雲柱社



新年あけましておめでとうございます。

本年も皆様にとって過ごしやすい「ひろば」になるよう運営していきたいと思います。

さて、年末からインフルエンザや胃腸炎がはやりだしています。やはり1番の感染症予防は「手洗いうがい」とのことです、授乳前にお母さんが手を洗うことも予防になるようです。

新年も、みなさんが元気な笑顔で遊びに来てくれるのをびよびよのお部屋でお待ちしています。

## 今月の予定

### わらべうた

8日(木) 14:30～15:00

親子でわらべうたをうたったり、ふれあい遊びをしたりして楽しみましょう。初めての方や小さい赤ちゃんも楽しく参加できますよ。絵本の読み聞かせもあります。

【対象】0～3歳のお子さんと保護者



### ねりパパさんとあそぼう

10日(土) 10:30～11:00

「ねりパパ」さんと一緒に、読み聞かせや音楽遊びなどで楽しみましょう。

※「ねりパパ」は練馬区のパパサークルです。



【対象】0～3歳のお子さんと保護者

### ハンドトリートメント

13日(火) ①10:30～11:15

②14:00～14:45

保護者の方のためのハンドマッサージです。  
癒しのひと時を体験してくださいね。(一人15分程)



【申込開始】1/6(火)10:00～

【対象】0～3歳のお子さんと保護者

【定員】6組 ※ひろば受付か電話申込

### 看護師さんのお話と相談会

16日(金) 10:30～11:30

保育園の看護師さんがお子さんの感染症や保育園生活での健康面などお話しした後、個別相談会を行います。



【申込開始】1/5(月)10:00～

【対象】0～3歳のお子さんと保護者

【定員】8組 ※ひろば受付か電話申込

### 人形劇

20日(火) 11:00～11:30

今月は「おむすび座」さんが  
お正月にちなんだ楽しい人形劇を開催します。



【対象】0～3歳のお子さんと保護者

### 歯のおはなしと相談会



23日(金) 10:30～11:30

歯科衛生士さんが、乳幼児の歯の発達や歯みがきについてのお話をしてくださいます。

質問や相談の時間も設けます。是非ご参加ください。



【申込開始】1/9(金)10:00～

【対象】0～3歳のお子さんと保護者

【定員】8組 ※ひろば受付か電話申込

### ベビータッチケア

27日(火) 10:30～11:15

セルフタッチ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



【申込開始】1/13(火)10:00～

【対象】0歳のお子さんと保護者

【定員】6組 ※ひろば受付か電話申込

### 手形足形アート

28日(水) ①10:20～11:00(1歳～)

②11:10～11:50(0歳)

お子さんの手形足型を使って  
季節を感じる作品を作ります。

今月は、児童館親子活動と  
合同で「節分アート」を  
行います。



【対象】0歳～未就学のお子さんと保護者

### ～心理師さんによる～

### 子どもの心とママの心のお話

30日(金) 10:30～11:30

泣いて、怒って、迷っても大丈夫。子どもの気持ち、  
ママの心を安心に変えるヒントを探しにきませんか?

【申込開始】1/16(金)10:00～

【対象】0～3歳のお子さんと保護者

【定員】8組程度 ※ひろば受付か電話

## ハワイアンリトミック

1月17日(土)10:30~11:00



講師によるプログラムです。ウクレレに合わせて、親子で身体を動かして楽しみましょう。子ども用のパウスカートやズボンを用意しています。

【申込開始】1/5(月)9:00~

【対象】おすわりができる頃の赤ちゃん~3歳児

【定員】20組 ※児童館受付か電話申込

## ★ちびっこルーム

日曜日・祝日の午前中は児童館のホールで、小さい子が遊べるようにセットしています。

日曜・祝日 9:00~13:00

・**ブーブーカータイム** 11日・18日

コンビカー、巧技台、ボールプール、三輪車

・**ブロックタイム** 12日・25日

ホーミング、ブロック、ドールハウス、ビリボ

## お知らせ

12月28日(日)~1月4日(日)

ぴよぴよは、年末年始のお休みになります。新年は1月5日(月)から開室します。

★身体測定は毎日個別に実施しています。

★お子さんの誕生日は個別でお祝いをします。(前後1か月以内)

可愛いケーキと写真撮影をし、手形入り「誕生日カード」のプレゼントがあります。

※12時~13時以外の時間でお願いします。



## ~プログラム予定~ (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 ぴよぴよ休 <b>休館日</b>	2 ぴよぴよ休 <b>休館日</b>	3 ぴよぴよ休 <b>休館日</b>
※幼児活動「さんさん」のプログラムは 乳幼児お便りをご覧ください。						
4 ぴよぴよ休	5	6	7	8 <u>わらべうた</u>	9	10 <u>ねりパパさんと あそぼう</u>
11 ぴよぴよ休	12 ぴよぴよ休	13 <u>ハンド トリートメント</u>	14	15	16 <u>看護師さんの お話を相談会</u>	17 <u>ハワイアンリトミック</u>
18 ぴよぴよ休	19	20 <u>人形劇</u>	21	22	23 <u>歯のおはなしと 相談会</u>	24
25 ぴよぴよ休	26	27 <u>タッチケア</u>	28 <u>手形足形 アート</u>	29	30 <u>子どもの心と ママの心のお話</u>	31

☆保育士が常駐しておりますので、なにかありましたらお気軽にご相談ください。