

びよびよかわらばん 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

03-5997-7759(地域子ども家庭支援センター光が丘) 03-5997-7763(光が丘びよびよ 一時預かり室)

先日、光が丘区民センターで変圧器を交換するという大きな工事がありました。その際、万が一に備え、停電状態が続く事を想定して準備をしました。考えていくと、エレベーターはもちろんのこと、照明、電子レンジ、ポット、冷蔵庫、エアコンなど、日常的に欠かせないものの多くを電気に頼っており、それが使え無いということは、これほどまでに不便になるのかと、改めて思いました。実際は工事も予定時間に完了となり、何事もありませんでした。「日頃の備え」の重要性を強く感じた出来事でした。1月になりますが、防災講座も予定しております。それぞれの「備え」を一緒に考えていきましょう。 所長 新澤拓治

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4日(水)・18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

12月7日(土)10:30~11:30

区内の産前産後の子育て支援サービスをご紹介します。光が丘びよび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。

すく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。



北保健相談所とのコラボ講座

はじめての歯みがき



歯が生えはじめたけど、いつから歯みがきをはじめたらいいの？
歯みがきを嫌がるけど、どうしたらいい？等、
歯科衛生士さんからお話を聞いてみませんか？

練馬区の子育てサービスのご案内もさせていただきます。

日時：2024年12月12日(木) 10:00~11:00

会場：オンライン Zoom での開催です

対象：生後6ヵ月くらい~1歳くらいまでのお子さんと保護者の方(先着10)

申込：11月21日(木)~

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：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)



~ 休館日のお知らせ ~

○12月21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(日)~1月3日(金)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 赤ちゃんとお母さんの家族
～はじめの一步～ FS プログラム

- 【日時】 1/10(金)、17(金)、24(金)、31(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 * 赤ちゃんのことをもっと知ろう!
* 私たちの家族と生活 * 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等、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 ヶ月くらいまでの赤ちゃん(第一子)とお母さん
(およそ 2024 年 8 月 10 日~2024 年 11 月 10 日生まれのお子さんが対象です)
- 【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】 12 月 2 日(月)~12 月 28 日(土)
地域子ども家庭支援センター光が丘 電話でお申込みください
03-5997-7759(日曜祝日除く 9:00~17:00)



赤ちゃんのための防災講座

赤ちゃんとの生活で、もしもの時のための日頃の備えはできていますか?
赤ちゃんがいる家庭ならではの備蓄や普段からできることを助産師さんからお話していただきます。
質疑応答の時間もありますので、備えができていても、これからの方も一度お話を聞いてみませんか?

- 【日時】 2025 年 1 月 15 日(水) 10:00~10:45
- 【対象】 練馬区在住の方で 0 歳~1 歳半前後のお子さんのいる保護者
- 【会場】 オンライン Zoom での開催です
- 【申込】 2024 年 12 月 18 日(水)9:00~
QR コードを読み込み、専用フォームからお申し込み下さい
- 【定員】 先着 30 組
- 【問い合わせ】 地域子ども家庭支援センター光が丘



03-5997-7759(日曜・祝日・12/29~1/3 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 をご覧ください。



光が丘ぴよぴよ(一時預かり室) より



日の入りが一段と早くなり、冷え込みに冬の訪れを感じる朝晩となってきました。体調管理が難しい時期ですが、冬に向けて整えていきたいこの頃です。

ぴよぴよではこの時期でも汗だくになってごっこ遊びをしたり、身体を動かしたりしてお部屋で遊ぶことがあります。空調の調節も随時していますが、暑くなって衣服で体温調節することがありますので予備で薄手の T シャツのご用意があってもいいかもしれません。子どもの体力は本当に無限ですね! 私たちもまだまだ負けてはいられません...!

(佐々木)

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 03-3979-8101

紅葉も終わり、ひろば前の公園では枯れ葉の中をかさかさとお散歩姿を見かけます。朝晩は冷え込みますが、日中は日差しの暖かい日もあり、秋から冬への移り変わりを感じることができます。

今年も残すところ1ヶ月となりました。クリスマスや年末の大掃除と慌ただしくなる時季です。ほっと一息つくために、どうぞご家族でぴよぴよに遊びに来てください。今年1年たくさんご来所いただきありがとうございました。良いお年をお迎えください。(玉谷)



12月のプログラム



オンラインあかちゃんタイム

12月2日(月)10:30～11:00

申込期間 11/20～11/27 まで

1月14日(火)10:30～11:00

申込期間 12/25～1/8 まで



「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



あかちゃんタイム



12月7日(土)10:30～11:30 申込 12/2～

「親子のふれあい遊びや交流を楽しみましょう！」

【対象】0歳のお子さんと保護者

【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22日(日) 10:00～10:45

申込 12/9～ 11:00～11:45

「スノードームをつくろう！」

【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)



ハローぴよぴよ

12月3日(火)10:30～11:30 申込 11/28～

「ぴよぴよの紹介を行います！」

【対象】ひろば利用が初めての生後6ヶ月までの

お子さんと保護者

【申込方法】ひろば受付か電話(03-3979-8101)

おやこであそぼう

12月23日(月)11:00～11:45 申込 12/16～

「絵の具スタンプで感触を楽しもう！」

【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)



～お願い～

大人の方は年間を通し靴下
着用のご協力をお願いします。

おやこでつくろう

12月11日(水) 10:30~11:00

「クリスマスの帽子をつくろう！」

【対象】1歳から3歳のお子さんと保護者

【申込方法】当日ひろばにて申込



クリスマスすぽっとタイム

12月20日(金) 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

KAPLA であそぼう

12月14日(土) 10:30~11:30

12月15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25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。

練馬区立子ども家庭支援センター公式 X(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。

お子さんの誕生日には、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。



ひろばカレンダー-12月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 オンライン あかちゃんタイム	3 ハロー ぴよぴよ	4	5	6	7 あかちゃん タイム
8	9	10	11 おやこで つくろう	12	13	14 KAPLAで あそぼう
15 KAPLAで あそぼう	16	17	18	19	20 すぽっと タイム	21
22 卒びよ キッズあつまれ	23 おやこで あそぼう	24	25 わくわく 絵本の会	26	27	28
29 休室	30 休室	31 休室	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。			

マークは事前予約が必要です。ご確認ください。