

はじめてのプレーパーク Q&A



Q:何歳から遊べるの？小さい子も遊べるの？

A: 何歳でもOKです。小さい子だけが集まるのは、平日の午前中からお昼ご飯が終わるぐらいの時間。休日は小学生等大きい子もいますが、小さい子が遊びやすいスペースがあります。ねんねの赤ちゃんが寝転がる場所や手作りお昼寝ベッドもあります。

Q:何を持っていけばいいの？

A: 汚れても気にならない服装と靴で来てください。着替えと身体を拭くタオルがあれば安心です。服や靴を汚したくない時は、長靴やお砂場着の「貸し出し」もあります。

- ★暑い時期：木陰は比較的涼しいです。水道水は飲みますが、水筒を持ってきてこまめに水分補給を。虫よけ対策もお忘れなく。
- ★寒い時期：動きやすいように、アウターは風を通さない薄手のタイプがおすすめです。動くと汗をかくので、暑くなったら脱げる重ね着もおススメです。

Q:おむつ替えや着替えができる場所がありますか？

A: トイレに補助便座、おむつ交換台、ベビーチェアがあります。個室の更衣室もあるので、授乳室としても利用できます。

アクセス・園内地図

所在地
〒165-0022
東京都中野区江古田3丁目14 江古田の森公園内

アクセス
都営大江戸線「新江古田駅」から徒歩約10分

西武新宿線「沼袋駅」から徒歩約20分
西武池袋線「江古田駅」から徒歩約15分
またはバス利用、乗車約7～10分の停留所
「江古田の森」下車

中央線「中野駅」からバス利用
乗車約19分の停留所「江古田の森」下車



開催概要

■開園日時
毎週月曜日、火曜日、水曜日、土曜日、日曜日

■開園時間
冬季（11月～2月まで）：9:30～17:00
冬季以外（3月～10月まで）：9:30～18:00

■休園日
毎週木曜日、金曜日
年末年始（12月29日～翌年1月3日まで）

発行：えごたの森プレーパーク
住所：〒165-0022 東京都中野区江古田3丁目14
江古田の森公園内
電話：070-3275-7942
HP：egotanomori-playpark.com
IG：instagram.com/egotanomori.playpark/



ホームページ



Instagram

中野区委託事業
運営：NPO法人PLAYTANK / 協力：探求あそび場づくりの輪



えごたの森プレーパーク

ちびっこのお友達！
遊びにおいで
楽しいよー

Q:お昼ごはんを食べる場所がありますか？

A: プレーパークエリア内に、靴を脱いで座れる広いデッキがあります。また『江古田の森公園』内はどこでも、レジャーシートを敷いてお弁当を食べることができます。

Q:自転車やベビーカーで行っていいの？

A: 大丈夫です。自転車は公園入口の駐輪場に停めて、公園内は歩いてきてください。ベビーカーは、プレーパークエリア内に置けるスペースがあります。

Q:外での遊ばせ方がわからない...。危なそうで怖い...

A: プレーリーダーと呼ばれている常駐スタッフがいるので、わからないことや困ったことがあれば気に声をかけてください。プレーリーダーは、子どもたちが楽しく遊べるサポートや安心して遊べる安全管理をしています。

乳幼児親子対象のイベント案内 毎週月曜日に実施中♪

【参加費無料】【予約不要】
ねんね、はいはい、よちよちの赤ちゃんには、ゴロゴロできる大きなシートを用意しています。保護者の方は上のお子さんと一緒にイベントを楽しんでください。

森の読み聞かせ

ちびっこと子育て中の保護者の方に人気の絵本の紹介と読み聞かせです。風の音や鳥の声と一緒に絵本の世界へ。

時間：10時半～11時半
対象：子どもと保護者の方



森で整う Shinrin Yoga

ヨガをするのは、保護者のみなさんです♪
出産や育児や疲れた身体をほぐして
いたわりましょう。
広い空の下でご自身の心と身体を整えませんか？
参加者の体調を聴きながら、インストラクターが呼吸とポーズを導きます。

日程：月に2回実施
時間：10時半～11時半
対象：保護者の方

※ねんね、はいはい、よちよちの赤ちゃんたちもお外で安心して遊べるようにプレーリーダーがサポートします♪

自然で遊ぼう！

土、水、枝、木の実、枯れ葉など
四季折々の森の自然と触れあい
身体を使って、
思い切り遊んじゃおう！

時間：10時半～11時半
対象：子どもと保護者の方



※日程等の詳細はInstagramでお知らせします。
※乳幼児親子対象イベントは祝日の実施はありません。

プレーリーダーは、
いつでもいるよー！

月・火・水曜日 9:30~13:30 ちびっこのみんな集まれ～！

おいでよ！

どんどん形が変わるから
ぜんぜん飽きなかったよ！

思い切り遊ぶと
ご飯もちゃんと食べるし
よく眠る。遊ぶって大切！

大きなウッドデッキで、ねんねしたり
はいはいしたりできるよ！
汚れる心配もなく赤ちゃんも
過ごしやすいよ！

赤ちゃんのねんね

シートやタオル、ブランケットを
自由に使ってOKです。

だれが
いるかな？

ここにも
置こうかな？

初めて会う子たちとも
気づいたら遊んでるっていいね。

みんなであそぶのって
楽しいよ～♪

くるくるマーケット

不要になった人が衣類等を持ってきて
必要な人が持って帰る、無料のフリマです。



クラフトコーナー

クラフトコーナー
子どもも保護者の方も
座ってのんびり
手仕事を楽しめます。



貸し出しグッズ

お砂場着、長靴、タオル類、
赤ちゃん用ブランケット



あそぼ～！



大人セルフ「カフェ」

コーヒー、紅茶、
ハーブティー、緑茶…
いろいろあります。
100円/1日/1人。



がたんごとん♪
電車だよ～！



ころころころ～♪

ピタゴラ装置みたい！気に入って
ずっとやっていました。



まってよ～！



お外だとお絵描きも
ダイナミック♪

