

2026

11月

子育て応援児童館 キャップス

CAP'S
Children And Parents' Station
緑が丘

板橋区立緑が丘児童館

板橋区中台 3-27-2

いたばし子育て
応援アプリ緑が丘児童館
X(旧ツイッター)

☎ 03-3934-4176

FAX 03-3934-4147

絵本のまち板橋 in CAP'S

30日(月)

ひよこ、うさぎ、くま

みどり DE 絵本

10:30~11:30 ~絵本の世界へようこそ~

絵本を題材にコーナーあそびを行います。
みんなで絵本の世界をたのしもう！子育て応援教室 事前申込制 (Web・TEL可)
理学療法士によるからだケア講座

11日(水)

乳幼児親子(0歳以上) 10:15~10:45

乳幼児親子(0歳以上) 11:00~11:30

理学療法士による産後の母体回復、腰痛予防などの
心と体のケア講座です。

子育て応援教室 事前申込制 (Web・TEL可)

ベビータッチングケア

19日(木)

ひよこ 10:30~11:30

専門講師による講座です。植物性オイルを使
ったベビーマッサージを行います。※オイル
を使用しなくても実施できます。

事前申込制 (Web・TEL可)

パパと一緒にあそぼう！

28日(土)

ひよこ 10:30~11:15

うさぎ・くま 14:00~14:45

パパならではのダイナミックふれあい
遊びやパパ同士楽しくお話する交流会
もあります。ぜひご参加ください。

あいキッズ職員とあそぼう

18日(水)

ぞう 14:15~14:45

若木小あいキッズ、緑小あいキッズの先生
が児童館へ来てくれます。先生たちと
楽しい時間を一緒に過ごしましょう！

子育て応援教室 事前申込制 (Web・TEL可)

歯科衛生士のお話

25日(水)

ひよこ・うさぎ・くま

10:30~11:00

歯科衛生士が歯の健康についてお話してくれます。
虫歯ゼロの習慣のコツを教えてください。

【事前申し込み制の活動】

活動名	実施日	申し込み開始日
親子リトミック	11/2(月)	10/19(月)
理学療法士による からだケア講座	11/11(水)	10/28(水)
マンスリークラフト	11/18(水)	11/4(水)
ベビータッチングケア	11/19(木)	11/5(木)
歯科衛生士のお話	11/25(水)	11/11(水)
パパと一緒にあそぼう！	11/28(土)	11/13(金)

2026年11月 子育て応援児童館 CAP'S 緑が丘カレンダー

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
「親子リトミック」 ①抱っこ・よちよち 10:30～11:00 ②しっかりあんだよ 11:10～11:40 ※事前申込制(Web・Tel 可) くま 14:00～14:30 「足形アート」	文化の日 施設開放 9:00～12:00 13:00～17:00	「足形アート」 ひよこ 10:15～10:45 うさぎ 11:00～11:30 そう 14:15～14:45 「作ってあそぼう」	「カレンダー作り」 くま 10:15～10:45 うさぎ 11:00～11:30 ひよこ 14:00～14:30 「カレンダー作り」	「えらんであそぼう」 ひよこ 10:15～10:45 うさぎ・くま 11:00～11:30 乳幼児親子（2歳以上） 14:00～14:30 「ブロックあそび」
9	10	11	12	13
ひよこ 10:15～10:45 「ボールプール」相談 うさぎ・くま相談 11:00～11:30 「お砂であそぼう」 乳幼児親子（2歳以上） 14:45～15:15 「削ってお絵描き」	乳幼児親子（0歳以上） 10:15～10:45 「とんぼのめがね作り」 乳幼児親子（0歳以上） 11:00～11:30 「グランマのおはなし会」 産後サポート事業 2・3か月児とその保護者 13:45～14:15 「2・3か月児の親子の会」 ※事前申込制(Web・Tel 可)	子育て応援教室 「理学療法士によるからだケア講座」 乳幼児親子（0歳以上） ①10:15～10:45 ②11:00～11:30 ※事前申込制(Web・Tel 可) そう 14:15～14:45 「紙あそび」	「いろいろな道を歩こう」 くま 10:15～10:45 うさぎ 11:00～11:30 ひよこ 14:00～14:30 「タオルあそび」	5～7か月児の親子 10:15～10:45 「ハーフパースデー」 うさぎ 11:00～11:30 「くれよんぐるぐる」 くま 14:00～14:30 「くれよんぐるぐる」
16	17	18	19	20
「落ち葉あそび」 ひよこ 10:15～10:45 うさぎ 11:00～11:30 くま 14:00～14:30 「落ち葉あそび」	「わくわくあそび」 ひよこ 10:15～10:45 うさぎ・くま 11:00～11:30 乳幼児親子（2歳以上） 14:00～14:30 「動く電車であそぼう」	子育て応援教室 マンスリークラフト 「革工作」 乳幼児親子（0歳以上） ①10:15～10:45 ②11:00～11:30 （各回定員6組） ※事前申込制(Web、Tel 可) そう 14:15～14:45 「あいキッズ職員とあそぼう」	はいはい・よちよちのお子さん 9:45～10:15 「はいはい・よちよちタイム」 ひよこ 10:30～11:30 子育て応援教室 「ベビータッチングケア」 ※事前申込制(Web・Tel 可) 乳幼児親子（1歳以上） 14:45～15:15 「ねんどあそび」	「のりものGO!」 くま 10:15～10:45 うさぎ 11:00～11:30 ひよこ 14:00～14:30 「のりものGO!」
23	24	25	26	27
勤労感謝の日 施設開放 9:00～12:00 13:00～17:00	ねんねのお子さん 10:15～10:45 「布あそびスペシャル」 うさぎ 11:00～11:30 「アスレチック」 くま 14:00～14:30 「アスレチック」	乳幼児親子（0歳以上） 9:45～10:15 「シャボン玉あそび」 子育て応援教室 歯科衛生士のお話 ひよこ・うさぎ・くま 10:30～11:00 「虫歯ゼロのはみがき習慣」 ※事前申込制(Web・Tel 可) そう 14:15～14:45 「洗濯バサミであそぼう」	「新聞紙あそび」 くま 10:15～10:45 うさぎ 11:00～11:30 ひよこ 14:00～14:30 「筋トレあそび」	「手形・足形ぺったん＆身体測定」 ひよこ 10:15～10:45 うさぎ 11:00～11:30 くま 14:00～14:30 「手形・足形ぺったん＆身体測定」
30	相談 9日(月) 職員や保護者同士で子育ての悩みや今気になっていることなど気軽に話をしましょう。			
「絵本のまち板橋 in CAP'S みどり DE 絵本」 ひよこ・うさぎ・くま 10:30～11:30 乳幼児親子（0歳以上） 14:00～14:30 「絵本の世界であそぼう」	18日(水) 事前申込制 マンスリークラフト 「革工作」 自分の好きな模様を打ち込みます。自分だけのオリジナルキーホルダーを作ってみます。 育児の合間の息抜きをしませんか？		28日(土) 事前申込制 「パパと一緒にあそぼう!」 親子で一緒に楽しく遊んだり、パパ同士でお話したりしませんか？ ご参加お待ちしております。	
【活動名と対象年齢】 ひよこ：0歳 うさぎ：1歳～1歳児 くま：2歳児以上 そう：3・4・5歳児 【Web 予約】 (Web 可)は、いたばし子育て応援アプリから申込みができます。				
				

※土・日曜日・祝日は民間委託による開放日です。利用時間:9時-正午,13時-17時 すくすくサロンはお休みです。