



2026年 11月のおしらせ

CAP's なります

子育て応援児童館 キャップス
Children And Parents' Station

【利用時間】

月曜日～金曜日(祝日を除く)

9:00 ~ 17:00

(12:00~13:00はランチタイム)

土曜日・日曜日・祝日

9:00 ~ 12:00, 13:00 ~ 17:00



X(旧ツイッター)

いたばし子育て
応援アプリ

板橋区立なります児童館
板橋区成増3-34-21 ☎3939-6502 FAX3939-6550

*児童館では X(旧ツイッター)で災害発生時等の連絡やイベントの情報を配信しています。

子育て応援教室

申込制

発達障がい児支援教室

～引き出そう！子どもがぐんぐん育つちから～

11月10日(火) 10:15～11:30

対象:乳幼児親子・小学生の保護者
子育て支援関係者

公認心理師 臨床心理士による講演会です。
発達障がいの特性について理解を深め、発達が気になる子
と、その保護者に対する支援方法を学びます。

申込み 10月5日(月)～11月5日(木)まで
窓口・Web・TEL 可 先着30組

リズム教室

5日(木) ひよこ 10:10～10:40

プチ・うさぎ・くま合同 10:50～11:20

専門講師による教室です。
ピアノに合わせて体を動かしましょう！



絵本のまち板橋 in CAP'S

図書館がやってくる！

11日(水) 乳幼児親子 14:00～14:30

成増図書館の職員による読み聞かせと絵本の紹介です。絵本選びのポイント
などアドバイスいただけますよ！絵本と楽しく関わしましょう♡

申込制

消防署見学

25日(水)

プチ・うさぎ・くま 10:30～11:30

場所:志村消防署赤塚出張所
(赤塚3-1-10)



現地集合・解散になります 先着30組

申込み 11日(水)～24日(火)

※窓口のみです。申込書に記入をしてください。



申込制

ままヨガ

13日(金) ひよこ 10:10～10:40

プチ・うさぎ・くま合同 10:50～11:20

専門の講師による保護者向けのヨガ教室です。動きやすい
服装でご参加ください。

申込み 10月29日(木)～11月12日(木)

窓口・Web・TEL 可 各回先着20組

栄養士の話

19日(木) ひよこ 10:10～10:40

プチ・うさぎ・くま合同 10:50～11:20

赤塚健康福祉センターの栄養士による講座です。ひよこは、
離乳食の進め方の話です。プチ・うさぎ・くまは、食べ物の
好き嫌いなど幼児期の食事の悩みについての話です。

ベリーダンスを見よう！体験しよう！

26日(木) 乳幼児親子 10:50～11:20

ボランティアママによるイベントです。ベリーダンスを見
て、体験してみませんか？リフレッシュしましょう♪

申込制

バランスボール

30日(月) 1部(ひよこ) 10:10～10:40

2部(1歳以上) 10:50～11:20

バランスボールを使って体を動かしましょう！

※保護者だけの参加希望の方は2部に申込んでください。

申込み 11月12日(木)～11月27日(金)

窓口・Web・TEL 可 各回先着15組



絵本のまち板橋 in CAP'S

ファミリーデー「ジュラシックなります」

21日(土)

対象:乳幼児親子・小学生 10:00～11:30

ホールが恐竜のお部屋に大変身します★

近隣施設とコラボ！

★成増図書館セレクトによる「恐竜絵本コーナー」がありま
すよ！ ドキドキわくわくな絵本がたくさん。

★成増ソラスト保育園のおともだちが作った恐竜の絵も
展示されます。どんな恐竜かな？見に来てね。

おしらせ

※イベント準備及びイベントのため、19日(木)の午後から
21日(土)午前中までホールでの自由あそびができません。
ご了承ください。

「ジュラシックなります」20日(金)

くま 10:30～11:00

プチうさぎ・うさぎ 11:10～11:40

ひよこ 14:00～14:30

乳幼児親子 15:00～15:30

恐竜をテーマに様々なあそびができます。

ゲームコーナーとフォトコーナーなどもあります！



あそび
はぐくむ
こころを

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
<p>くま 10:10~10:40 かけっこあそび</p> <p>プチうさぎ・うさぎ 10:50~11:20 かけっこあそび</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 ハイハイレース</p>	<p>文化の日</p> <p>施設開放 9:00~12:00 13:00~17:00</p>	<p>くま 10:10~10:40 きょうりゅうキーホルダー</p> <p>プチうさぎ・うさぎ 10:50~11:20 きょうりゅうキーホルダー</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 きょうりゅうキーホルダー</p>	<p>ひよこ 10:10~10:40 リトミック教室</p> <p>プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:50~11:20 リトミック教室</p> <p>よちよち歩きのお子さん 14:00~14:30 よちよちタイム 「お山のぼり」 </p>	<p>ひよこ 10:10~10:40 フォトカード作り</p> <p>プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:50~11:20 フォトカード作り</p> <p>ぞう 15:30~16:00 きょうりゅうキーホルダー</p>
9	10	11	12	13
<p>くま 10:10~10:40 体を使ってあそぼう</p> <p>プチうさぎ・うさぎ 10:50~11:20 体を使ってあそぼう</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 足形をとろう</p>	<p>申込制(Web・TEL可) 乳幼児親子 発達障がい児支援教室 ～引き出そう！子どもがぐんぐん育つから～ 10:15~11:30 30組</p> <p>乳幼児親子 16:25~16:50 なりますタイム</p>	<p>くま 10:10~10:40 アスレチック</p> <p>プチうさぎ・うさぎ 10:50~11:20 アスレチック </p> <p>乳幼児親子 14:00~14:30 絵本のまち板橋 inCAP'S 「図書館がやってくる！」</p>	<p>ひよこ 10:10~10:40 プレイパルーン</p> <p>プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:50~11:20 プレイパルーン</p> <p>乳幼児親子 16:25~16:50 よちよちタイム 「ふれあいあそび」</p>	<p>申込制(Web・TEL可) ひよこ 10:10~10:40 プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:50~11:20 子育て応援教室 「ままヨガ」 各20組</p> <p>ぞう 15:30~16:00 恐竜をつくろう</p>
16	17	18	19	20
<p>くま 10:10~10:40 12月のカレンダー制作</p> <p>プチうさぎ・うさぎ 10:50~11:20 12月のカレンダー制作</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 ねんねアート</p>	<p>ひよこ 10:10~10:40 ねんねアート (16日と同じ内容です) 乳幼児親子 10:50~11:20 恐竜をつくろう</p> <p>乳幼児親子 14:00~14:30 絵本タイム</p>	<p>プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:10~10:40 よーいどん！ 乳幼児親子 10:50~11:20 子育て相談プログラム 「ボランティア歯科衛生士さんと遊びながら話そう」</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 子育て相談プログラム 「相談員とおしゃべりタイム」</p>	<p>ひよこ 10:10~10:40 プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:50~11:20 子育て応援教室 「栄養士の話」</p> <p>※午後、準備のためホールは使えません。 </p>	<p>くま 10:30~11:00 ジュラシックなります プチうさぎ・うさぎ 11:10~11:40 ジュラシックなります</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 ジュラシックなります 乳幼児親子 15:00~15:30 ジュラシックなります</p>
23	24	25	26	27
<p>勤労感謝の日</p> <p>施設開放 9:00~12:00 13:00~17:00</p>	<p>ひよこ 10:10~10:40 ボール遊び</p> <p>乳幼児親子 10:50~11:20 ニコニコおはなし会 ※ボランティアによる 楽しいおはなし会です </p> <p>乳幼児親子 16:25~16:50 なりますタイム</p>	<p>申込制(窓口のみ) プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:30~11:30 消防署見学 30組</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 ファーストバースデー&成長を記録しちゃおう！</p>	<p>プチうさぎ・うさぎ 10:10~10:40 ポイントラリー 乳幼児親子 10:50~11:20 子育て応援教室 「ベリーダンスを見よう！体験しよう！」</p> <p>申込制(web・TEL可) 2・3か月児 14:00~14:30 産後サポート事業 2・3か月児の親子の会</p>	<p>ひよこ 10:10~10:40 楽器であそぼう</p> <p>プチうさぎ・うさぎ・くま合同 10:50~11:20 お誕生会&成長を記録しちゃおう！</p> <p>ぞう 15:30~16:00 12月のカレンダー制作&成長を記録しちゃおう！</p>
30	<p>「恐竜をつくろう」</p> <p>汚れてもいい服できてね</p> <p>13日(金) 15:30~16:00 ぞう対象</p> <p>17日(火) 10:50~11:20 乳幼児親子対象</p> <p>昨年も好評だった「ジュラシックなります」がやってきます。 みんなで段ボールや大きな紙で恐竜を作ろう 作った恐竜は「ジュラシックなります」で飾ります。</p>			<p>【活動名と対象年齢】</p> <p>ひよこ：0歳 うさぎ：1歳～1歳児 くま：2歳児以上 ぞう：3・4・5歳児</p> <p>※プチうさぎ：1歳</p> <p>【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 </p>