2026 11月

子育て応援児童館　キャップス

CAP'S にしとく

Children And Parents' Station

X(旧 Twitter)　乳幼児活動カレンダー

板橋区立西徳児童館【住所】〒175-0045　板橋区西台 4-4-37
【Tel】03-3936-2409【Fax】03-3936-2413【利用時間】：午前 9 時から午後 5 時まで
【メールアドレス】nishitoj@city.itabashi.tokyo.jp

4 日（水）

「新聞ニンジャあそび」

ひよこ　10:15～10:45
うさぎ　11:00～11:30
くま・ぞう合同　15:00～15:30

こころをはぐくむあそび

新聞紙を使って「隠れみの術」「木の葉隠れ術」など忍者修行をしよう！

ねらい
新聞紙を破ったり、触れたりして感触を親子で楽しみましょう。

子育てマインドアップ「みんなで子育て！にこにこサークル」

0歳親子対象 13:45～14:30
11 月 5 日(木)・19 日(木)・12 月 3 日(木)

全 3 回の少人数制プログラムです♫（定員 6 組）
毎回決まったお友達と一緒に活動を通して交流をします。
保護者同士でゆっくり楽しくおしゃべりしませんか？

事前申込制　Web・電話可
【申込期間：10 月 19 日(月)～11 月 5 日(木)】
※原則として、全日程へのご参加をお願いします。
※各日程、空きがあれば途中からの参加も可能です。
※欠席する場合はご連絡ください。
※Web 予約以外の申込みは土曜日・日曜日・祝日を除きます。

専門の講師によるプログラム

子育て応援教室

6 日（金）
「女性の健康講座」
0～5 歳児保護者　10:30～11:15
保健師による女性のホルモン変化の話や乳がんについてなど女性ならではの健康に関しての講座です。

11 日(水)
「歯科衛生士の話」
0～5 歳児保護者
10:15～10:45
①虫歯ゼロの歯みがき習慣
11:00～11:30
②乳歯を守るお口のケア
赤塚健康福祉センターの歯科衛生士による講座です。
申込時に個別相談の希望有無をお聞きします。
①②両方の講座を聞くことができます。
事前申込制　Web・電話可
【申込期間：10 月 26 日（月）～11 月 10 日（火）】
※Web 予約以外の申込みは土曜日・日曜日・祝日を除きます。

18 日(水)
「英語で遊ぼう」
しっかり歩けて走れる幼児▷10:15～10:45
よちよち・抱っこの乳幼児▶11:00～11:30
歌やダンス、絵本を通して英語に親しみましょう。

絵本のまち板橋 inCAP'S「迷路であそぼう」

26 日（木）
「マイべんとうづくり」
ひよこ・うさぎ・くま合同
10:30～11:15
（最終受付:11:00）
0～5 歳児親子
14:30～15:15
（最終受付:15:00）

27 日（金）
「スタンプ DE 迷路」
ひよこ・うさぎ・くま合同
10:30～11:15
（最終受付:11:00）
0～5 歳児親子
14:30～15:15
（最終受付:15:00）

28 日（土）
ファミリーデー
「探して発見！迷路」
0～5 歳児親子・小中学生
10:15～11:30
（最終受付：11:15）
土曜日開催！
ご家族みんなであそびにきてね♪

☆開催時間中の出入りは自由です。最終受付時間までにご参加ください。
児童館ホールの半面が迷路になります！ゴールめざしてがんばろう！
※イベント期間中、26 日と 27 日、28 日の午前中はホールの利用はお休みです。

２０２６年１１月　子育て応援児童館　　CAP'S 西徳　　カレンダー

月	火	水	木	金
2	**3**	**4**	**5**	**6**
10:15～10:45 楽器あそび 11:00～11:30 楽器あそび 14:00～14:30 楽器あそび	文化の日 施設開放 9:00～12:00 13:00～17:00	10:15～10:45 新聞ニンジャあそび 11:00～11:30 新聞ニンジャあそび くま・ぞう合同 15:00～15:30 新聞ニンジャあそび	**0～2 歳児親子** 10:00～11:00 おやこっこ１回目 「アートであそぼう」 ※事前申込制　電話可 子育てマインドアップ ０歳親子対象 13:45～14:30 みんなで子育て！ にこにこサークル ＊事前申込制　Web・電話可	**子育て応援教室** **0～5歳児保護者** 10:30～11:15 **「女性の健康講座」** **0～5歳児親子** 14:00～14:30 よ～いドン！
9	**10**	**11**	**12**	**13**
10:15～10:45 ボールプールで あそぼう 11:00～11:30 ボールプールで あそぼう 14:00～14:30 ボールプールで あそぼう	10:15～10:45 プレイバルーン 11:00～11:30 プレイバルーン 15:00～15:30 ゲームであそぼう	**子育て応援教室** **「歯科衛生士の話」** **0～5歳児保護者** 10:15～10:45 ①虫歯ゼロの歯みがき習慣 11:00～11:30 ②乳歯を守るおロのケア ※事前申込制　Web・電話可 くま・ぞう合同 15:00～15:30 プレイバルーン	10:15～10:45 アスレチック プチうさぎ 11:00～11:30 アスレチック **0～5歳児親子** 14:00～14:30 元気に体を動かそう♪	10:15～10:45 ミニアスレチック 11:00～11:30 アスレチック **りっくんタイム** **0～5歳児親子** 14:00～14:30 しゃぼん玉と～ばそ♪ 雨天時：にしとくライブラリー
16	**17**	**18**	**19**	**20**
10:15～10:45 おはなしだいすき 11:00～11:30 おはなしだいすき **産後サポート事業** **2・3か月児の親子の会** 13:30～14:00 ※事前申込制 Web・電話可 14:00～14:30 脳を育むふれあいあそび	**0～2 歳児親子** 10:00～11:00 おやこっこ２回目 「アートであそぼう」 ※事前申込制　電話可 15:00～15:30 手形アート ～きのこ～	**英語で遊ぼう** **しっかり歩けて走れる幼児** 10:15～10:45 **よちよち・抱っこの乳幼児** 11:00～11:30 3～5歳児親子 15:00～16:00 げんきっこ 「アートであそぼう」 ※事前申込制　電話可	10:15～10:45 手形アート ～きのこ～ プチうさぎ 11:00～11:30 足形アート ～きのこ～ 子育てマインドアップ ０歳親子対象 13:45～14:30 みんなで子育て！ にこにこサークル ＊事前申込制　Web・電話可	10:15～10:45 足形アート ～きのこ～ 11:00～11:30 手形アート ～きのこ～ **0～5歳児親子** 14:00～14:30 電車 DE あそぼう
23	**24**	**25**	**26**	**27**
勤労感謝の日 施設開放 9:00～12:00 13:00～17:00	10:15～10:45 みんなでダンス 11:00～11:30 リズムあそび 15:00～15:30 誕生会＆手形足形＆ 身長・体重測定	10:15～10:45 誕生会＆手形足形＆ 身長・体重測定 11:00～11:30 誕生会＆手形足形＆ 身長・体重測定 14:00～14:30 誕生会＆手形足形＆ 身長・体重測定 15:00～17:00 迷路の準備のため ホールの利用はお休みです。	**絵本のまち板橋 inCAP'S** **「迷路であそぼう」** **マイべんとうづくり** ひよこ・うさぎ・くま合同 10:30～11:15 （最終受付:11:00） 0～5歳児親子 14:30～15:15 （最終受付:15:00）	**スタンプ DE 迷路** ひよこ・うさぎ・くま合同 10:30～11:15 （最終受付:11:00） 0～5歳児親子 14:30～15:15 （最終受付:15:00）
30				
10:15～10:45 ひらひら落ち葉あそび 11:00～11:30 ひらひら落ち葉あそび 14:00～14:30 ひらひら落ち葉あそび				

12月のお知らせ

12月11日（金）
クリスマス会
ひよこ　10:00～10:45
うさぎ・くま合同　11:00～11:45
ぞ　う　15:00～15:30
クリスマスの雰囲気を、みんなで味わいましょう♪
事前申込制　Web・電話可
【申込期間：11月20日(金)～12月10日(木)】
※Web 予約以外の申込みは土曜日・日曜日・祝日を除きます。

【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
ぞう　：3･4･5 歳児
※プチうさぎ：１歳

【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　使えないお部屋や遊具がありますのでご確認ください。