2026

11月

子育て応援児童館

CAP'S キャップス 高島平

Children And Parents' Station

〒175−0082　板橋区高島平３−12−28
板橋区立高島平児童館
TEL（３９７９）３８９４　Fax（３９７９）３９５５

X（旧ツイッター）検索コード

いたばし子育て応援アプリ

ITABASHI 高島平 ボランティアワークショップ

絵本のまち板橋 inCAP'S
ファミリーデー「高島平秋のパンまつり」

28日(土) 乳幼児親子・小学生対象　午前の部 10:00～11:30　午後の部 14:00～15:30

パンの絵本にちなんだおまつりです！！
コックさんになって、ゲームやピザ作りを楽しみましょう☆

ベジチェック収穫祭

12日(木)

うさぎ・くま合同　10:00～10:45
ひよこ　11:00～11:45

野菜摂取量を測定できるベジチェックや、
おいもほりごっこなど
野菜と仲良くなるイベントです。

こころをはぐくむあそび

絵本の世界であそぼう
秋のビリビリおちば

4日(水)

うさぎ・くま合同　10:15～10:45
ひよこ　11:00～11:30
ぞう　16:00～16:30

ビリビリ破って紙あそび！！
それをおちばに見立てて
あそびます☆

子育て応援教室　「あさちゃんあやちゃんタイム」
卒乳ってどうやるの？

ひよこ　9日(月)　11:00～11:30

助産師さんと理学療法士さんによる講座です。
卒乳に関すること、セルフケア、乳がんなどについて
お話いただけます。骨盤底筋体操もあります♪

子育て応援教室　**栄養士によるお話**

25日(水)

1歳以上　10:20～10:50
好き嫌いとその対応について

0歳　11:00～11:30
離乳食の進め方について

子育て応援教室
「デコパージュでくるみボタン」

乳幼児保護者対象

6日(金)　①10:00～10:45
②11:00～11:45

専門講師による活動です。
デコパージュという技法で
くるみボタンの飾りを作ります☆

事前申込制　児童館窓口・電話　各回定員１５組

申込開始日１０月２３日（金）（窓口・電話は土・日・祝を除く）

専門講師によるプログラム

「親子リトミック」　10日(火)
概ね１歳児以上親子(しっかりあんよ)10:30～11:00
概ね１歳未満親子(だっこ・はいはい・よちよち)11:10～11:40
親子でリトミックをして楽しみます。

子育て応援教室
「ベビーマッサージ」　13日(金)
ひよこ　14:00～14:45
飲み物・おむつ・バスタオルをお持ちください。

「レッツ・イングリッシュ」　16日(月)
うさぎ・くま合同 10:15～10:45
ひよこ　11:00～11:30
英語でうたやダンスをして楽しみます。

２０２６年１１月　子育て応援児童館　　CAP'S 高島平　　カレンダー

月	火	水	木	金
2 うさぎ・くま合同 10:15～10:45 「心が育つお話会」 ひよこ 11:00～11:30 「心が育つお話会」 0・1・2歳児親子 14:00～15:00 ほっとプログラム 「おやこっこ①」 ※事前申込制（窓口・電話）5組	**3** 文化の日 施設開放 9：00～12：00 13：00～17：00	**4** うさぎ・くま合同 10:15～10:45 絵本の世界であそぼう 「秋のビリビリおちば」 ひよこ 11:00～11:30 絵本の世界であそぼう 「秋のビリビリおちば」 ぞう　16:00～16:30 絵本の世界であそぼう 「秋のビリビリおちば」	**5** くま 10:15～10:45 「アスレチック」 うさぎ 11:00～11:30 「アスレチック」 ひよこ 14:00～14:30 「ミニアスレチック」	**6** 乳幼児保護者 子育て応援教室 「デコパージュで くるみボタン」 ①10：00～10：45 ②11：00～11：45 事前申込制　各回１５組定員 （窓口・電話） 0～5歳児親子 16:00～16:30 読書の秋「図書館ごっこ」
9 うさぎ・くま合同 10:15～10:45 子育て相談プログラム 「冬の元気な身体づくり」 ひよこ 11:00～11:30 子育て応援教室 「あさちゃんあやちゃん タイム～卒乳ってどうやるの～」 0～5歳児親子 16:00～16:30 「電車あそび」	**10** 「親子リトミック」 概ね１歳以上親子 （しっかりあんよ） 10:30～11:00 概ね１歳未満親子 （だっこ・はいはい・よちよち） 11:10～11:40 2・3か月児親子 14:00～14:30 産後サポート事業 「2・3か月児の親子の会」 ※事前申込制（窓口・Web・電話） ひよこ 14:30～15:00 子育て相談プログラム 「ほっとタイム」	**11** うさぎ・くま合同 10:15～10:45 「手形・足形アート ～ベジタブル～」 ひよこ 11:00～11:30 「足形アート ～ベジタブル～」 ぞう 16:00～16:30 「手形アート ～ベジタブル～」	**12** うさぎ・くま合同 10:00～10:45 「ベジチェック収穫祭」 ひよこ 11:00～11:45 「ベジチェック収穫祭」 うさぎ 14:00～14:30 「つみつみカンカン」	**13** くま　10:15～10:45 「はさみでチョッキン」 うさぎ 11:00～11:30 「のりでペタペタ」 ひよこ 14:00～14:45 子育て応援教室 「ベビーマッサージ」
16 うさぎ・くま合同 10:15～10:45 レッツ・イングリッシュ ひよこ 11:00～11:30 レッツ・イングリッシュ 0～5歳児親子 16:00～16:30 「ふうせんあそび」	**17** ベビーうさぎ 10:15～10:45 「のりものあそび」 うさぎ 11:00～11:30 「のりものあそび」 ひよこ 14:00～14:30 「空間認知能力を育む ボールプール」	**18** うさぎ・くま合同 10:15～10:45 「まこっちゃんと レッツダンス」 ひよこ 11:00～11:30 子育て応戦教室 「ダンスdeエクササイズ」 ぞう 16:00～16:30 「ボールプール」	**19** くま 10:15～10:45 「ボールプール」 うさぎ 11:00～11:30 「ボールプール」 0・1・2歳児親子 14:00～15:00 ほっとプログラム 「おやこっこ②」 ※事前申込制（窓口・電話）5組	**20** うさぎ・くま合同 10:15～10:45 「元気にかけっこ」 ひよこ 11:00～11:30 「100日& ハーフバースデー」 3・4・5歳児対象 15:00～16:00 ほっとプログラム 「げんきっこ」 事前申込制（窓口・電話）5組
23 勤労感謝の日 施設開放 9：00～12：00 13：00～17：00	**24** ベビーうさぎ 10:15～10:45 「くぐってのぼってピョン」 うさぎ 11:00～11:30 「くぐってのぼってピョン」 ひよこ 14:00～14:30 「くぐってのぼってピョン」	**25** 子育て応援教室 栄養士によるお話 １歳以上の保護者 10:20～10:50 「好き嫌いと その対応について」 0歳の保護者 11:00～11:30 「離乳食の 進め方について」 ぞう　16:00～16:30 「ふしぎな砂あそび」	**26** うさぎ・くま合同 10:15～10:45 「作ってかざろう クリスマス」 ひよこ 11:00～11:30 「作ってかざろう クリスマス」 0～5歳児親子 16:00～16:30 「作ってかざろう クリスマス」	**27** くま 10:15～10:45 「ねんどあそび」 うさぎ 11:00～11:30 「ねんどあそび」 ひよこ 14:00～14:30 「脳が育つ ふれあいあそび」
30 うさぎ・くま合同 10:15～10:45 「11月生まれ誕生日会」 ひよこ 11:00～11:30 「ファーストバースデー」 0～5歳児親子 16:00～16:30 「つみ木あそび」	絵本のまち板橋 inCAP'S ファミリーデー「高島平秋のパンまつり」 ＩＴＡＢＡＳＨＩ高島平ボランティアワークショップ １１月２８日（土） 午前の部　１０：００～１１：３０ 午後の部　１４：００～１５：３０ 対象：乳幼児親子・小学生 絵本の世界を、ご家族でお楽しみください		予告 クリスマス会 １２月１１日（金） うさぎ・くま合同 10:00～10:45 ひよこ 11:00～11:45 サンタさんは来てくれるかな？	【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 ※ベビーうさぎ：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。