

2026年

6月

子育て応援児童館  
キャップス

CAP'S 南板橋  
Children And Parents' Station



X (旧ツイッター)



Web 予約アプリ  
母子モ  
※板橋区民の方のみ



板橋区立南板橋児童館

173-0004 板橋区板橋1-39-1

Tel: 03-3963-4518 Fax: 03-3963-4533

CAP'S 南板橋で 雨の日も 楽しくあそぼう♪

☆父の日のプレゼント作り

9日(火) くま・うさぎ合同 10:00~10:30  
ひよこ 11:00~11:30  
ぞう 15:00~15:30



お子さんの足形を使用した可愛いポスターを作ります。

子育て応援教室

☆保健師の話



12日(金)

☆①睡眠について 10:00~10:15

☆②イヤイヤ期について 10:25~10:40

個別相談 10:40~11:10

板橋健康福祉センターの保健師による講座です。  
入眠の環境や寝かしつけのコツ、イヤイヤ期の様子や  
気持ちの切り替えのコツについてお話を聞いてみませ  
んか?  
※事前申込制

子育て応援教室

☆歯科衛生士の話

18日(木) ①10:15~10:35

②10:40~11:00

乳幼児の食事と歯磨きのコツ

☆①前歯のみ生えているお子さん向け

☆②奥歯も生えているお子さん向け



板橋健康福祉センターの歯科衛生士による講座です。  
虫歯にならないための食生活やおやつについての考え方、  
歯固めについてや歯磨きのコツについてお話を聞いてみま  
せんか?  
※事前申込制

子育て相談プログラム

☆子育てマインドアップ

概ね1か月~6か月児対象

① 5日(金) 14:00~15:00

② 19日(金) 14:00~14:45

③ 30日(火) 14:00~14:45



全3回継続のプログラムです。

日常の悩みなど同じ保護者と回を重ねて話をするができます。

※ 子育てマインドアップは事前申込制です

【事前申込制プログラム】 ※実施日の概ね2週間前から Web または窓口でお申込みください。(電話可)

活動	実施日時	対象
子育て相談プログラム 「子育てマインドアップ①」	5日(金) ①14:00~15:00	概ね1か月~6か月児
子育て応援教室 保健師の話 ① 「睡眠について」 ② 「イヤイヤ期について」	12日(金) ①10:00~10:15 ②10:25~10:40(個別相談 10:40~11:10)	乳幼児親子
産後サポート事業 2・3か月児の親子の会	12日(金) 14:00~14:30	2・3か月児の保護者
子育て相談プログラム ほっと一息「パパママトーク」	16日(火) 11:00~11:30	ひよこ
子育て応援教室 「やってみよう! ベリーダンスエクササイズ」	17日(水) ①ストレッチ 10:30~11:00 ②ダンス 11:10~11:40	乳幼児親子
子育て応援教室 歯科衛生士の話 「乳幼児の食事と歯磨きのコツ」	18日(木) ①10:15~10:35 (前歯のみ生えているお子さん向け) ②10:40~11:00 (奥歯も生えているお子さん向け)	乳幼児親子
保育園長の話 「保育園の生活と入園に向けて」	24日(水) 10:30~11:30(個別相談 11:00~11:30)	乳幼児親子

【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 乳幼児親子:0~5歳児  
こうさぎ:1歳(令和8年4月以降1歳になったお子さんでお誕生月の翌月からこうさぎとなり、うさぎと一緒に活動します)

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
<p>くま 10:00~10:30 にこにこ成長記録 うさぎ 11:00~11:30 にこにこ成長記録</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 にこにこ成長記録</p>	<p>うさぎ 10:00~10:30 ふうせんであそぼう ひよこ 11:00~11:30 ふうせんであそぼう</p> <p>乳幼児親子 14:00~14:30 オリジナルアイスづくり</p>	<p>くま 10:00~10:30 かみねんどであそぼう うさぎ 11:00~11:30 かみねんどであそぼう</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 つくってあそぼう</p>	<p>くま・うさぎ合同 10:00~10:30 輪であそぼう ひよこ 11:00~11:30 うんどうあそび</p> <p>そう・くま合同 15:00~15:30 なわであそぼう</p> 	<p>くま 10:00~10:30 GO!GO!しんかんせん うさぎ 11:00~11:30 かみであそぼう</p> <p>ひよこ 14:00~15:00 子育て相談プログラム マインドアップ ① ※事前申込制(Web可)</p>
8	9	10	11	12
<p>くま 10:00~10:30 リズムであそぼう ~カエルゲコゲコ~ うさぎ 11:00~11:30 リズムであそぼう ~カエルゲコゲコ~ ひよこ 14:00~14:30 子育てに役立つ絵本 読み聞かせ第1弾</p>	<p>くま・うさぎ合同 10:00~10:30 父の日のプレゼント作り ひよこ 11:00~11:30 父の日のプレゼント作り</p>  <p>そう 15:00~15:30 父の日のプレゼント作り</p>	<p>乳幼児親子0・1・2歳児 10:00~11:00 ほっとプログラム おやこっこ ※事前申込制 6組 ※午前のホールは自由遊びができます ※10:30~11:30 ホールでのりものタイム</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 どうぶつの赤ちゃん 大きざくらバ</p>	<p>くま・うさぎ合同 10:00~10:30 指先あそび ひよこ 11:00~11:30 いろいろな輪であそぼう</p>  <p>乳幼児親子 16:15~16:45 わくわくタイム</p>	<p>乳幼児親子 10:00~11:10 子育て応援教室 保健師の話 ①睡眠について ②イヤイヤ期について ※事前申込制(Web可)</p> <p>2・3か月児親子対象 14:00~14:30 2・3か月児の親子の会 ※事前申込制(Web可) ※午後のホールは自由遊びができます</p>
15	16	17	18	19
<p>くま 10:00~10:30 たなばた短冊作り うさぎ 11:00~11:30 たなばた短冊作り</p>  <p>ひよこ 14:00~14:30 たなばた短冊作り</p>	<p>くま・うさぎ合同 10:00~10:30 子育て相談プログラム ほっと一息♡ あそびながらはなそう ひよこ 11:00~11:30 子育て相談プログラム ほっと一息♡ パパママトーク ※事前申込制(Web可)</p> <p>そう・くま合同 15:00~15:30 うごいてあそぼう</p>	<p>乳幼児親子 ①ストレッチクラス 10:30~11:00 ②ダンスクラス 11:10~11:40 子育て応援教室 やってみよう! パリーダンスエクササイズ ※事前申込制(Web可)</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 感触あそび</p>	<p>乳幼児親子 ①10:15~10:35 (前歯のみ生えている お子さん向け) ②10:40~11:00 (奥歯も生えている お子さん向け) 子育て応援教室 歯科衛生士の話 「乳幼児の食事と 歯磨きのコツ」 ※事前申込制(Web可)</p> <p>3・4・5歳児親子 15:00~16:00 ほっとプログラム げんきっこ※事前申込制 5組 ※午後のホールは自由遊びができます</p>	<p>くま・うさぎ合同 10:30~11:00 作って飾ろう クレヨン画&amp;星座作り</p>  <p>ひよこ 14:00~14:45 子育て相談プログラム マインドアップ ② ※事前申込制 ※受付終了</p> <p>乳幼児親子 16:15~16:45 わくわくタイム</p>
22	23	24	25	26
<p>乳幼児親子0・1・2歳児 10:00~11:00 ほっとプログラム おやこっこ ※事前申込制 6組 ※午前のホールは自由遊びができます ※10:30~11:30 ホールでのりものタイム</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 ボールコロコロ</p>	<p>うさぎ 10:30~11:00 布あそび</p>  <p>ひよこ 14:00~14:30 赤ちゃん体操 そう・くま合同 15:00~15:30 キラキラプレスレット作り</p>	<p>乳幼児親子 10:30~11:30 子育て応援教室 保育園長の話 「保育園の生活と 入園に向けて」 ※事前申込制(Web可)</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 ふれあいあそび</p>	<p>くま・うさぎ合同 10:30~11:00 誕生会&amp;身長体重測定</p> <p>ひよこ 14:00~14:45 ファーストバースデー&amp; ハーフバースデー&amp;身長体 重測定 乳幼児親子 16:15~16:45 わくわくタイム</p>	<p>くま 10:00~10:30 楽器あそび 乳幼児親子 11:00~11:30 おはなし会がやってきた!</p> <p>ひよこ 14:00~14:30 いろいろな音を楽しもう</p>
29	30	【来月のイベント予告】 7月2日(木) セタ会 くま・うさぎ 10:30~11:15 ひよこ 14:00~14:45 フォトコーナーやお星さまで遊びながら セタ行事を楽しみましょう♪ ※時間が変更になる場合があります。※事前申込制になります。 ◎「事前申込制」について 実施日の概ね2週間前から Web または窓口でお申し込み ください。(電話可)		<p>【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</p> <p>※こうさぎ : 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> 