



令和8年度 西神田児童センタープログラムのご案内



＜0・1・2歳児向けプログラム＞



プログラム	対象	日にち	時間	内容
よちよちタイム	区内在住の0歳児親子 (※1歳の誕生日で卒業です。)	月2～3回 月曜日	11:00～11:45	赤ちゃんと保護者のふれあいの場です。身体測定やベビーマッサージ、ふれあい遊び等を行います。
なかよしタイム	区内在住の0・1・2歳児親子	火曜日・金曜日	11:00～11:45	体操やリズム遊び、季節の行事等、親子で楽しく過ごします。誕生会も行います。
ベビードダンス	区内在住の首が座っている0・1歳児親子 ※妊娠中の方はご遠慮下さい	5月27日(水)、10月28日(水)、1月27日(水)	10:30～12:00	寝かしつけに最適なダンスを習います。赤ちゃんも大人も心地よい抱っこ紐の使い方を学ぶことができます。
ベビーマッサージ	区内在住の生後2ヶ月以上の0・1歳児親子	月1回 月曜日	11:00～12:00	オイルを使った赤ちゃんのマッサージ方法を学ぶことができます。
鼓動を感じるおんぶレッスン	区内在住の首が座っている0・1・2歳児親子	6月22日(月)、3月1日(月)	11:00～12:00	「おんぶ」は忙しいママの育児の味方！体にもやさしいおんぶの仕方を教えてもらうことができます。
リトミッククラブ	区内在住の0・1歳児親子	詳しくは月のたよりでご確認ください。		少人数で音楽に合わせて親子で体を動かし楽しく過ごします。
親子ヨガ	区内在住の0・1・2歳児親子	月1回 木曜日	10:00～11:00	親子一緒にヨガでリラックス。心も体もリフレッシュできます。

※令和8年4月より、各種講座の申込みは千代田区ポータルサイトからの申請になります。詳しくは毎月のおたよりをご覧ください。

＜保護者向けプログラム＞



プログラム	対象	日にち	時間	内容
骨盤調整とコアエクササイズ	区内在住の子育て中の保護者	9月3日(木)、3月4日(木)	10:30～11:30	産後の体の歪み等をエクササイズで改善します。
アンガーマネジメント講座	区内在住の0歳～18歳までのお子さんがある保護者	1月14日(木)、1月21日(木)、1月28日(木)	10:00～12:00	人が持つ怒りの感情をコントロールして適切なコミュニケーションや問題解決へと導く手法を学びます。
ベビママの会	区内在住の生後1か月～6か月までのお子さんとその母親	7月8日(水)、7月15日(水)	10:00～12:00	産後、家にいることが多かったママ同士でおしゃべりをしながら子育てについて楽しく学べる交流会です。
小学校低学年までを乗り切るスキル講座～イライラしない子育て術～	区内在住の年少児～小学3年生のお子さんがある保護者	10月8日(木)、10月15日(木)、10月22日(木)	10:00～12:00	小学校入学により子どもの生活は大きく変わります。同じ年代のお子さんを持つ保護者同士で情報交換し、子どもとの良いコミュニケーションを身につけます。

＜幼児・小学生向けプログラム＞



プログラム	対象	日にち	時間	内容
キッズダンスクラブ	区内在住・在学の小学生	9月29日(火)～	※時間は月のたよりでご確認ください。 ※専門講師が指導します。	友達と一緒にヒップホップダンスを楽しみます。ダンス発表会もあります。
卓球クラブ	区内在住・在学の小学生	5月21日(木)～		初心者でも大丈夫！講師がラケットの握り方から教えてくれます。千代田区内の児童館合同卓球大会も行います。
体操クラブ	区内在住・在園の年中・年長児・在学の小学生	5月25日(月)～		講師の先生に運動の基礎等を教わりながら、楽しく体を動かします。
工作クラブ	区内在住・在園の年中・年長児・在学の小学生	月1～2回	※日時は月のたよりでご確認ください。	身近な材料でリサイクルおもちゃなどを作って遊びます。

※ 児童館（児童センター）のクラブ等は、友だちと一緒に様々な体験をし、楽しむためのプログラムです。

＜中高生向けプログラム＞



プログラム	対象	日にち	時間	内容
中高生専用タイム	区内在住・在学の中高生	月曜日～土曜日	5:00～6:00	体育室、ロビーで遊べます。サークル登録をすれば、音楽室でバンドやダンスの練習等もできます。
中高生の放課後居場所事業（要申込）	特別支援学校・特別支援学級に通う中高生	月曜日～金曜日	9:00～6:00	特別支援学校・特別支援学級に通う中高生向けの事業です。詳しくはお問い合わせください。

＜その他＞



プログラム	対象	日にち	時間	内容
日曜開放	乳幼児親子・小学生親子	4月5日、5月3日、6月7日、7月5日、8月2日、9月6日、10月4日、11月1日、12月6日、2月7日、3月7日	9:00～5:00	3階の各部屋で遊ぶことができます。一時預かり、中高生タイムはありません。

※プログラムは変更や中止となる場合があります。ご了承ください。

※申込方法は毎月の児童館だよりをご覧ください。