



# 子育てサロン・イベント

1日 (水)		
2日 (木)		
3日 (金)		
4日 (土)		
5日 (日)		
6日 (月)	新川	<p>◆マタニティ・ヨガ</p> <p>午前10時～11時30分 三鷹元気創造プラザ3階 高齢者福祉センター（新川6-37-1）／1,500円（社協会員は1,200円） 三鷹市助産師会のホームページ <a href="http://mitaka-jyosanshi.net/yoga.html">http://mitaka-jyosanshi.net/yoga.html</a>からお申込みください→ 【申込・問い合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協（0422-76-1271）</p> 
	新川	<p>◆助産師と一緒に赤ちゃんとお遊ぼう</p> <p>午後1時～3時 三鷹元気創造プラザ3階 高齢者福祉センター（新川6-37-1） 無料／直接会場へお越しください。 【申込・問い合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協（0422-76-1271）</p>
	深大寺	<p>◆子育てサロン@深大寺</p> <p>午前10時～午前11時30分／東野地区公会堂（深大寺2-9-8） 無料／直接会場へお越しください。 【問い合わせ】ほのほのネット深大寺班、みたか社協（0422-76-1271）</p>
7日 (火)	大沢	<p>◆のがわの家</p> <p>午前10時～午後2時／のがわの家（大沢6-3-35野川公園隣） 100円／出入り自由／食べ物の持込可 【問い合わせ】みたか社協（0422-76-1271）</p>
8日 (水)	井の頭	<p>◆赤ちゃん和妈妈とパパの会@井の頭『ベビーマッサージ』</p> <p>午前10時30分～12時／井の頭地区公会堂（井の頭5-10-24） 3カ月～7カ月までの赤ちゃん和妈妈とパパ先着12組／無料 【問い合わせ・申込】井の頭地区公会堂へ来館または（46-6546）へ</p>
9日 (木)	上連雀	<p>◆子育て中のお母さんあつまれ♪</p> <p>午後1時～3時／上連雀新道北地区公会堂（上連雀2-12-14） 無料／直接会場へお越しください。 【問い合わせ】ほのほのネットけやき班、みたか社協（0422-76-1271）</p>
	下連雀	<p>◆無料手形</p> <p>午前10時30分～12時の間いつでも／みたかスペースあい（下連雀3-28-20） 無料／持ち物：おしりふき 直接会場にお越しください。 オリジナルの台紙にお子様の手形足型を取り、ママが可愛くアレンジしてオリジナルカードを作成します。 【問い合わせ】withbaby ホームページ<a href="https://withbaby.jp/reservation">https://withbaby.jp/reservation</a></p>
10日 (金)	中原	<p>◆子育てコンビニひろば</p> <p>午前10時～11時30分／元気ひろばおれんじ（中原3-1-65 ツルハドラック向い） 無料／育児中の方でしたらどなたでも 【問い合わせ・申込】みたか子育てねっと・子育てコンビニ <a href="mailto:kosodatenet@mitaka.ne.jp">kosodatenet@mitaka.ne.jp</a></p>
11日 (土)	上連雀	<p>◆一汁一菜カフェ</p> <p>午前11時～午後2時の間いつでも／上連雀堀合地区公会堂（上連雀1-15-15） 大人100円・子ども0円、直接会場にお越しください。 子どもからお年寄りまでどなたでもお越しいただけます。 ※よろしければおわんとハシをご持参ください。 【問い合わせ】みたか社協（0422-76-1271）</p>



あけましておめでとうございます！  
今年も毎日笑顔あふれる年になりますように。

12日 (日)		
13日 (祝)		成人の日
14日 (火)	大沢	◆のがわの家 午前10時～午後2時／のがわの家（大沢6-3-35野川公園隣） 100円／出入り自由／食べ物の持込可 【問合わせ】みたか社協（0422-76-1271）
	井の頭	◆みんなのブックカフェ@井の頭 午前10時30分～12時30分（赤ちゃん和妈妈の会）／井の頭東部地区公会堂（井の頭1-3-18） 午後1時30分～午後5時（みんなのブックカフェ：赤ちゃんからご年配の方まで、どなたでも） 無料／直接会場へお越しください。 【問合わせ】みんなのブックカフェ ブログ「みんなのブックカフェ成長日記」 <a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a>
15日 (水)	大沢	◆食de絆～学生と一緒にランチタイム～ 午前11時30分～午後1時の間／ルーテル学院大学学生食堂（大沢3-10-20） 学食で学生とランチを食べながら交流しています。子ども連れOKです。 昼食代実費（持ち込みも可）／直接会場へお越しください。 【問合わせ】ルーテル学院大学コミュニティ人材養成センター（0422-31-7920） みたか社協（0422-76-1271）
	下連雀	◆おむすびハウス・ママカフェ『スタンドグラス風シールづくり』 午前10時～12時／おむすびハウス（下連雀1-10-20） 360円（材料費・保険代・お茶代込）／定員10組 お子様の飲み物、おやつをお持ちください。ママたちが作業している間は、ボランティアがお子さんのお世話をしています。 1/10までに下記までお申し込ください。 【問合わせ・申込】吉川（メール：mamacafe106@gmail.com）
16日 (木)	上連雀	◆親子の居場所づくり講座～自分たちのサロンをつくってみよう～ 午前10時～12時 東多世代交流センター（牟礼2-13-19）／定員10組 乳幼児を持つママパパ向けの居場所づくりきっかけ講座です。立ち上げの手法や、実際に活動しているママたちの体験談をご紹介します。 地域のボランティアによる保育つきです。 【問合わせ・申込】みたか社協（0422-76-1271）、問合せメール→ <a href="mailto:chiiki@mitakashakyo.or.jp">chiiki@mitakashakyo.or.jp</a>
17日 (金)	牟礼	◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地 午後3時～5時 三鷹台団地第一集会所（牟礼2-14-40）／直接会場へお越しください。 3時30分～「ちっちゃい子と一緒にヨガ」、4時～「絵本の読み聞かせと手遊び歌」のイベントがあります。 動きやすい服装でご参加ください。 【問合わせ】みんなのブックカフェブログ「みんなのブックカフェ成長日記」 <a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a>
18日 (土)		
19日 (日)		
20日 (月)	新川	◆マタニティ・ヨガ 午前10時～11時30分 三鷹元気創造プラザ3階 高齢者福祉センター（新川6-37-1）／1,500円（社協会員は1,200円） 三鷹市助産師会のホームページ <a href="http://mitaka-jyosanshi.net/yoga.html">http://mitaka-jyosanshi.net/yoga.html</a> からお申し込みください→ 【申込・問合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協（0422-76-1271）
	新川	◆助産師と一緒に赤ちゃんを遊ばせよう 午後1時～3時 三鷹元気創造プラザ3階 高齢者福祉センター（新川6-37-1） 無料／直接会場へお越しください。 【申込・問合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協（0422-76-1271）

申込みは  
お早めに♪



21日 (火)	大沢	◆のがわの家<ランチ会> 午前10時~午後2時/のがわの家(大沢6-3-35野川公園隣) 参加費300円 メニューは、お汁粉、細巻です。 【問合わせ】みたか社協(0422-76-1271)	
	下連雀	◆絵本と親子ふれあい遊びの会 午前10時~12時/おむすびハウス(下連雀1-10-20) 参加費200円(お茶菓子代)/お子様のお飲み物・おやつをお持ちください。 絵本の紹介や読み聞かせ、わらべ歌、手遊び、工作、おしゃべりなどを楽しめます。 事前にお申してください。当日参加も可能です。 【問合わせ・申込】おむすび倶楽部友の会(0422-46-4117藤原)/omusubimitaka@gmail.com	
	新川	◆外国人ママ・国際結婚ママおしゃべり交流会 午前10時~11時30分/三鷹元気創造プラザ4階学習室(新川6-37-1) 無料 対象:外国人母親または国際結婚の日本人母親/女性限定、子連れ参加可(保育あり) ※外国人母親が初めての場所に一人で出向くのは困難なことです。 会場まで一緒にいらして下さる日本人支援者も歓迎です。 みんなで「やさしい日本語」や「やさしい英語」を使って、子育てについておしゃべりします。 【問合わせ】Mama Tomo Cafe(ピナット~外国人支援ともだちネット) E-mail: pinattomitaka@gmail.com (事務所に専従職員はおりませんので、ご連絡はメールでお願いします)	
22日 (水)			
23日 (木)			
24日 (金)			
25日 (土)			
26日 (日)	井の頭	◆インターナショナルフレンズ 午前11時30分~午後1時30分/井の頭東部地区公会堂2階和室(井の頭1-3-18) 無料 直接会場へお越しください。ランチを食べながらのおしゃべり会です。 【問合わせ】intl.friends123@gmail.com インターナショナルフレンズブログ <a href="http://intl-friends.blog.jp/">http://intl-friends.blog.jp/</a>	
	下連雀	◆絵本ビブリオバトル 午前9時30分~11時30分/三鷹市市民協働センター(下連雀4-17-23) 無料 持ち物:お気に入りの絵本2冊(発表を希望の場合。発表なしでも参加可) 親子で人前でのスピーチ・プレゼンを練習する会です。継続参加を希望される場合のみ入会(入会金・参加費)が必要です。まずはお気軽にお越しください。 【問合わせ・申込】mitaka.littleleaders@gmail.com 三鷹リトルリーダーズトーストマスターズクラブ <a href="https://www.mitaka-littleleaders.org/">https://www.mitaka-littleleaders.org/</a>	
	新川	◆1日プレイパーク 午前10時~午後2時※雨天中止 三鷹市農業公園(新川6-30)/直接会場へお越しください。 【問合わせ】三鷹市都市整備部緑と公園課(0422-45-1151内線2833)	
27日 (月)	新川	◆産後ヨガ教室 午前10時~11時30分 三鷹元気創造プラザ3階 高齢者福祉センター(新川6-37-1) 費用:1,500円(社協会員は1,200円) 対象:おおむね3ヶ月~6ヶ月の母子(母のみも可) 持ち物:飲み物、バスタオル、汗拭きタオル、動きやすい服装 三鷹市助産師会のホームページ <a href="http://mitaka-jyosanshi.net/">http://mitaka-jyosanshi.net/</a> からお申込みください 保育希望の方の予約締切は2週間前となります。 【申込・問合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協(0422-76-1271)	



28日 (火)	野崎	◆ほのぼの野崎『折り紙でつくる鬼の箱/親子遊び』 午後1時～3時/野崎地区公会堂(野崎2-4-29) 無料/直接会場へお越しください。 【問い合わせ】ほのぼのネット野崎1・2班、みたか社協(0422-76-1271)
	大沢	◆のがわの家 午前10時～午後2時/のがわの家(大沢6-3-35野川公園隣) 100円/出入り自由/食べ物の持込可 【問い合わせ】みたか社協(0422-76-1271)
	井の頭	◆みんなのブックカフェ@井の頭 午前10時30分～12時30分(赤ちゃん和妈妈の会)/井の頭東部地区公会堂(井の頭1-3-18) 午後1時30分～午後5時(みんなのブックカフェ:赤ちゃんからご年配の方まで、どなたでも) 無料/直接会場へお越しください。 【問い合わせ】みんなのブックカフェ ブログ「みんなのブックカフェ成長日記」 <a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a>
29日 (水)	新川	◆色育(いろいろ)教室 午後1時30分～2時30分/おやこひろばえいふえい(新川4-18-2えんがわ家) 500円 色の力を使ったワークを行います。お子さまから大人までどなたでもご参加いただけます。 子連れ受講も可能です。 【問い合わせ・申込】エフコネクト <a href="mailto:ffconnect.staff@gmail.com">ffconnect.staff@gmail.com</a>
	下連雀	◆バースデーフォト撮影会 午前11時～、11時30分～、12時～、12時30分～の全4回 みたかスペースあい(下連雀3-28-20) 3,800円(要予約)/各回2組 お子様の誕生日を素敵なデコレーションの中で写真に残しませんか?お誕生日だけでなく、記念の写真撮影も大歓迎です。 ※撮影データ5枚を後日メールにてお渡しします。+1,000円で5カット追加可能です。 【問い合わせ・申込】withbaby ホームページ <a href="https://withbaby.jp/reservation">https://withbaby.jp/reservation</a>
	下連雀	◆みなみうら食堂～みんなで作る、みんなで食べる～ 午前10時～午後2時/みなみうら診療所(下連雀7-1-27) 500円(未就学児無料)/定員30名/申込制 メニューは未定です。 【問い合わせ・申込】みたか社協(0422-76-1271)/ <a href="mailto:minamiurasyokudou@gmail.com">minamiurasyokudou@gmail.com</a>
30日 (木)	下連雀	◆アイシングクッキー 午前10時30分～12時30分/みたかスペースあい(下連雀3-28-20) 2,800円(お持ち帰り用の箱、紙袋付き)/持ち物:エプロン 要予約/定員6名 ※原則キャンセル不可。当日キャンセルの場合は、講師が作成した作品をお渡しいたします。 【問い合わせ・申込】withbaby ホームページ <a href="https://withbaby.jp/reservation">https://withbaby.jp/reservation</a>
31日 (金)	牟礼	◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地 午後3時～5時 三鷹台団地第一集会所(牟礼2-14-40)/直接会場へお越しください。 3時30分～「ちっちゃい子と一緒にヨガ」、4時～「絵本の読み聞かせと手遊び歌」のイベントがあります。 動きやすい服装でご参加ください。 【問い合わせ】みんなのブックカフェブログ「みんなのブックカフェ成長日記」 <a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a>
くまちゃんハウス	牟礼	◆1月のくまちゃんハウスの予定はこちら! 今月もくまちゃんハウスでは子どもたち、親子で楽しめるイベントがいっぱい♪ 最新情報や予約は Facebook <a href="https://www.facebook.com/kumachanhouse5/">https://www.facebook.com/kumachanhouse5/</a> または LINE@にご登録ください♪

毎月の情報をメールでも配信しております。

ご希望の方は、アドレス ([chiiki@mitakashakyo.or.jp](mailto:chiiki@mitakashakyo.or.jp)) へ、

またはQRコード「問合せ画面」より、「子育て情報配信希望」と明記し、送信してください。

