



# 子育てサロン・イベント

1日 (祝)		元旦
2日 (水)		
3日 (木)		
4日 (金)		
5日 (土)		
6日 (日)		
7日 (月)	新川	<p>◆マタニティ・ヨガ</p> <p>午前10時～11時30分 三鷹元氣創造プラザ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。 【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遊びましょう</p> <p>午後1時～3時 三鷹元氣創造プラザ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。 【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】ほのぼのネット深大寺班、みたか社協 (0422-76-1271)</p>
	中原	<p>◆ポーセラーツ</p> <p>午前11時30分～午後1時 / 元氣ひろばおれんじ (中原3-1-65 ツルハドラック向い) 2,500円 (材料費込み) 【問い合わせ・申込】元氣ひろば おれんじ (0422-76-5940)</p>
8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) 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>
	深大寺	<p>◆みんなのお勝手 (深大寺) ～みんなで作る、みんなで食べる～</p> <p>午前10時～午後2時 / Mamababyみのりランド (深大寺2-40-23) 500円 (材料費込) お子様無料 / 先着30名 / 申込制 メニューは手打ちうどん、ませご飯、牛乳寒天です。 【問い合わせ・申込】みんなのお勝手@深大寺事務局 (メール: minoka.jindaiji@gmail.com)</p>
	井の頭	<p>◆みんなのブックカフェ@井の頭</p> <p>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 (赤ちゃんからご年配の方まで、どなたでも) 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></p>
9日 (水)	井の頭	<p>◆赤ちゃん和妈妈の会@井の頭</p> <p>午前10時～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>
	深大寺	<p>◆フリースペース (みのりランド)</p> <p>午前10時～午後3時 / Mamababyみのりランド (深大寺2-40-23) 無料 一軒家のリビングスペースでお子さまと一緒に遊びながら、おしゃべりしたりのんびり過ごしましょう。 離乳食やお弁当を食べることもできます。 ママ向けの雑誌、書籍の貸し出しや、子ども服のフリマコーナーもあります。 ※申込は必要ありませんが、予告なく中止となる場合があります。ご了承ください。 【問い合わせ・申込】mamababyみのりランド (メール: mamababy.minori@gmail.com)</p>

10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。 【問合わせ】ほのぼのネットけやき班、みたか社協（0422-76-1271）</p>	
	下連雀	<p>◆無料手形&amp;読み聞かせ</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、直接会場にお越しください。／持ち物：おしりふき 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しょう！ 今月のテーマは「いのしし」です。 【問合わせ・申込】withbaby ホームページ<a href="https://withbaby.jp/reservation">https://withbaby.jp/reservation</a></p>	
11日 (金)	牟礼	<p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地</p> <p>午後2時30分～4時30分 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。 【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></p>	
12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。子ども用のおもちゃも準備しています。 ※よろしければおわんとハシをご持参ください。 【問合わせ】みたか社協（0422-76-1271）</p>	
	深大寺	<p>◆染め物ワークショップ</p> <p>①午前10時～12時、②午後1時～3時／Mamababyみのりランド（深大寺2-40-23） 1,000円～（染めたいものの重さにより変わります）／どなたでも、子連れ可 さらしを染めて抱っこおんぶ紐にしたり、洋服、エコバッグ、手ぬぐいなどを染めます。 【問合わせ・申込】mamababyみのりランド（メール：mamababy.minori@gmail.com）</p>	
	牟礼	<p>◆はじめての！サッカー教室体験会</p> <p>午前10時20分～12時／くまちゃんハウス（牟礼5-12-26） 対象：5歳～小学6年生まで（申込制） 体幹トレーニングと初心者向けのサッカー教室です。 【申込・問合せ】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com）</p>	
13日 (日)			
14日 (祝)			成人の日
15日 (火)	大沢	<p>◆のがわの家&lt;ランチ会&gt;</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） 参加費300円 メニューはお汁粉です。 【問合わせ】みたか社協（0422-76-1271）</p>	
	深大寺	<p>◆手仕事の会（子連れ可）</p> <p>午前10時～12時／Mamababyみのりランド（深大寺2-40-23） 500円（+材料費） お子様のおズボンや帽子、米ぬかカイロ、クラフトバンドを使ったオーナメントなどを作ります。 ご自分の作りたいものを持ってきて、作ることも可能です（ミシン貸し出しあり） 【問合わせ・申込】mamababyみのりランド（メール：mamababy.minori@gmail.com）</p>	
	牟礼	<p>◆みんなの居場所 牟礼キチくまちゃん</p> <p>午後1時30分～4時30分／くまちゃんハウス（牟礼5-12-26） お子様連れのママやこどもたちが自由に過ごすフリースペースです。 直接会場にお越しください。 【問合せ】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com）</p>	
	大沢	<p>◆食de絆～学生と一緒にランチタイム～</p> <p>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）</p>	

16日 (水)	深大寺	<p>◆フリースペース (みのりランド)</p> <p>午前10時～午後3時/Mamababyみのりランド (深大寺2-40-23) 無料 一軒家のリビングスペースでお子さまと一緒に遊びながら、おしゃべりしたりのんびり過ごしましょう。 離乳食やお弁当を食べることもできます。 ママ向けの雑誌、書籍の貸し出しや、子ども服のフリマコーナーもあります。 ※申込は必要ありませんが、予告なく中止となる場合があります。ご了承ください。 【問い合わせ・申込】mamababyみのりランド (メール: mamababy.minori@gmail.com)</p>
	牟礼	<p>◆あけましての親子で手形アート</p> <p>午後2時～4時/くまちゃんハウス (牟礼5-12-26) 中学生以下無料、大人300円 (申込制) はがきサイズのカードにお子さんの手形アートでおしゃれなカードを作りませんか? 【申込・問合せ】くまちゃんハウス (メール: kumachanhouse5@gmail.com)</p>
	下連雀	<p>◆クラニオセイクラルケア</p> <p>10時30分～、11時～、11時30分～、12時～ みたかスペースあい (下連雀3-28-20) 3,000円 (ママの施術ご希望の場合5,000円) /各1組 ママ&amp;赤ちゃん向けに、やさしくソフトにタッチすることにより身体のこわばりを解きほぐし、自然治癒力を高める療法です。 【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></p>
17日 (木)	新川	<p>◆外国人ママ・国際結婚ママおしゃべり交流会</p> <p>午前10時～11時30分/三鷹元気創造プラザ (新川6-37-1) 無料/会場については下記にお問い合わせください。 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て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くだ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。 【問い合わせ】Mama Tomo Cafe (ピナット～外国人支援ともだちネット) 三鷹市野崎3-22-16 すぱーすはちのこ2階 TEL: 0422-34-5498 E-mail: hachinoko@ba2.so-net.ne.jp facebook: <a href="https://www.facebook.com/mamatomocafe/">https://www.facebook.com/mamatomocafe/</a></p>
18日 (金)	深大寺	<p>◆オレンジカフェ結「餅つき大会」</p> <p>午後2時～4時/Mamababyみのりランド (深大寺2-40-23) 参加費200円 (コーヒー、紅茶、お菓子代金) /事前にお申込ください。 途中参加、途中退室OKです。 【問い合わせ・申込】東京リハビリテーションサービス (0422-70-1217)</p>
	下連雀	<p>◆BIRTHDAY PHOTO撮影会</p> <p>午前11時～12時、12時～午後1時/みたかスペースあいプラス (下連雀3-28-20) 3,000円 (要予約) /各4組 お子様の誕生日を素敵なデコレーションの中でお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枚後日メールにてお渡し。 【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></p>
	中原	<p>◆子育てコンビニひろば</p> <p>午前10時30分～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 kosodatenet@mitaka.ne.jp</p>
19日 (土)	上連雀	<p>◆おもちゃであそぼう!</p> <p>午前10時～11時30分/たすけあいワーカーズこもれび (上連雀9-10-21) 無料/直接会場へお越しください。/未就学児まで対象 【問い合わせ】たすけあいワーカーズこもれび 担当: 照沼 (080-3170-7375 午前9時～午後5時まで)</p>
	中原	<p>◆ワーキングマザーのお茶会</p> <p>午後1時30分～3時/元気ひろばおれんじ (中原3-1-65 ツルハドラック向い) 参加費無料、育児中の方でしたらどなたでも 【問い合わせ・申込】元気ひろば おれんじ 0422-76-5940</p>

20日 (日)	新川	<p>◆1日プレイパーク</p> <p>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。 ママ向けカフェコーナーもあるかも？ 【問い合わせ】三鷹市都市整備部緑と公園課（0422-45-1151内線2833）</p>
21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。 【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。 【問い合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協（0422-76-1271）</p>
	下連雀	<p>◆おやこでえいご</p> <p>午前10時30分～11時10分（0～1歳半クラス）、11時20分～12時（1歳半～3歳クラス） みたかスペースあいプラス（下連雀3-28-20） 1,000円、ただしきょうだいの場合は1,700円（要予約）／各クラス8組 気軽に楽しく英語に触れていただけるレッスンです。Let's have fun together! 予約時にお名前（アルファベットの記載）と月齢をその他連絡事項に記載してください。 【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></p>
22日 (火)	野崎	<p>◆ほのぼの野崎「折り紙で作る鬼箱・福箱／親子あそび」</p> <p>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）</p>
	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） 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>
	井の頭	<p>◆みんなのブックカフェ@井の頭</p> <p>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（赤ちゃんからご年配の方まで、どなたでも） 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></p>
	深大寺	<p>◆フリースペース（みのりランド）</p> <p>午前10時～午後3時／Mamababyみのりランド（深大寺2-40-23） 無料 一軒家のリビングスペースでお子さまと一緒に遊びながら、おしゃべりしたりのんびり過ごしましょう。 離乳食やお弁当を食べることもできます。 ママ向けの雑誌、書籍の貸し出しや、子ども服のフリマコーナーもあります。 ※申込は必要ありませんが、予告なく中止となる場合があります。ご了承ください。 【問い合わせ・申込】mamababyみのりランド（メール：mamababy.minori@gmail.com）</p>
	牟礼	<p>◆みんなの居場所 牟礼キチくまちゃん</p> <p>午後1時30分～4時30分／くまちゃんハウス（牟礼5-12-26） お子様連れママやこどもたちが自由に過ごすフリースペースです。 直接会場にお越しください。 【問合せ】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com）</p>
23日 (水)	下連雀	<p>◆おむすびハウス・ママカフェ「おしゃべりとプラバンでキーホルダーづくり」</p> <p>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）／お子様の飲み物をお持ちください。 1/17までに下記までお申込ください。 【問い合わせ・申込】おむすび倶楽部（メール：mamacafe106@gmail.com）</p>
	牟礼	<p>◆絵本の中のおやつをつくっちゃおう！</p> <p>午後2時～4時30分／くまちゃんハウス（牟礼5-12-25） 中学生以下無料、大人500円／申込制 メニューは「みたらし☆あんこ☆こねこね楽しくみんなで白玉団子を作ろう」です。 【問い合わせ・申込】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com）</p>

24日 (木)	下連雀	<p>◆オリジナルロゼットづくり</p> <p>午前10時30分～11時30分/みたかスペースあい(下連雀3-28-20) 1,200円(2つ目以降は800円) 定員4組 【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></p>
25日 (金)	深大寺	<p>◆mama de ring の『ママdeルーム』</p> <p>午前9時～12時/東野地区公会堂(深大寺2-9-8) あえてプログラムを作らず、ママと赤ちゃんが自由に過ごせる場所を用意しました。 申し込み不要、出入り自由です。当日会場にお越しください。 【問い合わせ】mama de ring (メール:mamadering@gmail.com)</p>
	牟礼	<p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地</p> <p>午後2時30分～4時30分 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。 【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></p>
	下連雀	<p>◆歯がためづくり</p> <p>午前10時30分～12時/みたかスペースあいプラス(下連雀3-28-20) 2,800円(別途オプションパーツ有) 定員6組(最少開催人数2組) ご自分でピースを選び、紐を通していただく簡単な作業です。 お名前アルファベットご希望の方は申し込み時にアルファベットをご記入ください。 【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></p>
26日 (土)	牟礼	<p>◆くまちゃんハウス「ちびくまアート」水に墨で模様を書いてみる!</p> <p>午前10時30分～12時/くまちゃんハウス(牟礼5-12-26) 参加費1,500円(未就学児まで) 【問い合わせ・申込】kumachanhouse5@gmail.com(担当:野田)</p>
27日 (日)		
28日 (月)	新川	<p>◆産後ヨガ教室</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) 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。 【問い合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協(0422-76-1271)</p>
	中原	<p>◆子育てコンビニカフェ講座「羊毛フェルトでつるし雛作り」</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) 1,800円 【問い合わせ・申込】元気ひろば おれんじ(0422-76-5940)</p>
	深大寺	<p>◆フリースペース(みのりランド)</p> <p>午前10時～午後3時/Mamababyみのりランド(深大寺2-40-23) 無料 一軒家のリビングスペースでお子さまと一緒に遊びながら、おしゃべりしたりのんびり過ごしましょう。 離乳食やお弁当を食べることもできます。 ママ向けの雑誌、書籍の貸し出しや、子ども服のフリマコーナーもあります。 ※申込は必要ありませんが、予告なく中止となる場合があります。ご了承ください。 【問い合わせ・申込】mamababyみのりランド(メール:mamababy.minori@gmail.com)</p>
	下連雀	<p>◆バースデークラフト</p> <p>午前10時30分～12時/みたかスペースあいプラス(下連雀3-28-20) 3,500円/作品をいれる袋をお持ちください。 定員6組(最少開催人数3組)/1/25までにお申し込みください。 たくさんバルーンを繋げてガーランド状にする今流行りのオーガニックバルーンを作ります。 事前準備の関係上キャンセルはご遠慮ください。 【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></p>

29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） 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）
	深大寺	◆染め物ワークショップ ①午前10時～12時、②午後1時～3時／Mamababyみのりランド（深大寺2-40-23） 1,000円～（染めたいものの重さにより変わります）／どなたでも、子連れ可 さらしを染めて抱っこおんぶ紐にしたり、洋服、エコバッグ、手ぬぐいなどを染めます。 【問合わせ・申込】mamababyみのりランド（メール：mamababy.minori@gmail.com）
	牟礼	◆くまちゃんハウス「1月生まれのお誕生日会」 午後2時～4時／くまちゃんハウス（牟礼5-12-25） こども無料、大人200円 ケーキをみんなでデコレーションして1月生まれのお友達をお祝いしよう！ 直接会場にお越しください。 【問合わせ・申込】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com）
30日 (水)	下連雀	◆みなみうら食堂～みんなでつくる、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。 【問合わせ・申込】みたか社協（0422-76-1271）/minamiurasyokudou@gmail.com
	牟礼	◆くまちゃんハウスDelicious クマ～！みんなで夕食を作って食べよう♪ 午後4時30分～8時／くまちゃんハウス（牟礼5-12-25） 子ども100円、大人500円 前日までに下記までお申し込みください。 【問合わせ・申込】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com）
31日 (木)	下連雀	◆おむすびハウス・キッズサロン～親子で楽しく遊ばしましょう～ 午前10時～11時30分／おむすびハウス（下連雀1-10-20） 200円（保険代・お茶代込）／お子様の飲み物、おやつをお持ちください。 絵本の読み聞かせ、わらべ歌、手遊びなどふれあい遊びをします。 下記までお申込ください。 【問合わせ・申込】おむすび倶楽部（メール：omusubimitaka@gmail.com）

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）へ、  
またはQRコード「問合せ画面」より、

