






子育てサロン・イベント


1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 http://mitaka-iyosanshi.net/yoga.htmlからお申込みください→ 【申込・問合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協（0422-76-1271）</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）</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） 100円／直接会場へお越しください。 【問合わせ】ほのほのネット深大寺班、みたか社協（0422-76-1271）</p>
2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 【問合わせ】みたか社協（0422-76-1271）</p>
	下連雀	<p>◆絵本と親子ふれあい遊びの会</p> <p>午前10時～11時30分／おむすびハウス（下連雀1-10-20） 参加費200円（お茶代）／お子様のお飲み物・おやつをお持ちください。 幼稚園教諭による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。 当日会場までお越しください。午後1時まで開放しています。 【問合わせ】おむすび倶楽部（電話0422-46-4117、メールomusubimitaka@gmail.com）</p>
	深大寺	<p>◆ねんねのはら</p> <p>午前10時30分～11時30分／子育てひろばてくてく（深大寺1-3-3） 無料 対象：0歳～1歳5ヶ月 12時～子育てひろばとして開館しています。 【問合せ】子育てひろばてくてく 0422-26-4381（アフタフバーバン内） tekutekunohara.asobo@gmail.co</p>
	牟礼	<p>◆One Step English Baby 親子でEnglish ♪</p> <p>午前10～12時30分／くまちゃんハウス（牟礼5-12-25） 1,000円／申込制（先着15名程度） 対象：3歳までの未就学児とその親 子どもと一緒に英語で楽しく学びましょう！ママのための子育て英会話もしちゃいます。 レッスン後は各自お昼持参でゆっくりお話ししましょう。 【問合わせ・申込】onestepenglishmitaka@gmail.com、090-7700-3861（三宮）</p>
3日 (水)	井の頭	<p>◆赤ちゃん和妈妈とパパの会@井の頭</p> <p>午前10時30分～正午／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 【問合わせ・申込】井之頭地区公会堂へ来館または（46-6546）へ</p>
	上連雀	<p>◆出張！駅前風のサロン『折紙で七夕かざりをつくって笹に飾ろう！』</p> <p>午後1時30分～3時30分の間いつでも／上連雀暫定集会施設（上連雀3-1-7） 無料、直接会場にお越しください。 カキ氷も食べられるよ！ 【問合わせ・申込】三鷹市地域福祉課地域ケア推進係（45-1151 内線2662）</p>
	牟礼	<p>◆消しゴムハンコであじさいを作ろう</p> <p>午後2時～4時／くまちゃんハウス（牟礼5-12-25） 中学生以下無料、大人300円／申込制 消しゴムハンコでアジサイを作ってペタペタ押そう！ 【問合わせ・申込】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com） または、→LINE@からお申し込みください。</p> 

4日 (木)	上連雀	◆子育て中のお母さんあつまれ 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）	
	北野	◆赤ちゃん和妈妈の会@きたの 午前10時～12時／北野地区公会堂（北野4-10-1） お茶代100円／直接会場へお越しください。 【問合わせ】ほのぼのネットきたの班、みたか社協（0422-76-1271）	
	下連雀	◆無料手形『七夕デザイン』 午前10時30分～11時、11時～11時30分／みたかスペースあいプラス（下連雀3-28-20） 無料／持ち物：おしりふき 【問合わせ・申込】withbaby ホームページ https://withbaby.jp/reservation	
5日 (金)			
6日 (土)	下連雀	◆産後ママのからだ改善セミナー 午前10時～11時30分／ファミリーカイロプラクティック三鷹院（下連雀3-24-7平嶺ビル301） 2,000円（要予約、定員20組） 産後ママの体のしくみ、さまざまな体のトラブルについての予防と対策、お子様との関わりあいについて、院長よりお話しさせていただきます。 ※ご夫婦での参加の場合は2人で3,000円 ※個別相談は講座終了後ご相談ください。 【問合わせ・申込】withbaby ホームページ https://withbaby.jp/reservation	
7日 (日)			
8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 http://mitaka-jyosanshi.net/ 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）	
	井口	◆ぴよぴよサロン井口東 午前10時～正午／井口地区公会堂（三鷹市井口1-9-32） お茶代100円／直接会場へお越しください。 【問合わせ】ほのぼのネット井口東班、みたか社協（0422-76-1271）	
	野崎	◆くらふとカフェ 午後1時～2時30分／おもむく食堂（野崎2-6-41） 1,000円（コーヒー&お菓子付き）／申込制 【問合わせ・申込】Craft Travelers 090-5999-6298 craft.travelers@gmail.com （担当：さこだ）	
	深大寺	◆えほんのはら 午前10時30分～11時30分／子育てひろばてくてく（深大寺1-3-3） 100円／直接会場にお越しください。 12時～子育てひろばとして開館しています。 【問合せ】子育てひろばてくてく 0422-26-4381（アフタフバーバン内） tekutekunohara.asobo@gmail.com	
	下連雀	◆アイシングクッキー“くまさんとケーキ” 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） 2,000円（お持ち帰り用の箱、紙袋、ラッピング付き）／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。 【問合わせ・申込】withbaby ホームページ https://withbaby.jp/reservation	
	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）	

9日 (火)		<p>◆みんなのブックカフェ@井の頭</p> <p>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（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」 http://blog.livedoor.jp/kt000000/</p>
10日 (水)		
11日 (木)		
12日 (金)	中原	<p>◆赤ちゃん和妈妈の会@中原</p> <p>午前10時30分～12時／中原1丁目地区公会堂（中原1-26-15） お茶代100円／直接会場へお越しください。 【問合わせ】ほのほのネット中原班、みたか社協（0422-76-1271）</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～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～「赤ちゃんと一緒にヨガ」、4時～「みんなで編み物ちくちく」のイベントがあります。 カギ針、毛糸をお持ちください。 【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」 http://blog.livedoor.jp/kt000000/</p>
	下連雀	<p>◆縫わないリボン講座「オリジナル蝶ネクタイづくり」</p> <p>午前10時30分～12時／みたかスペースあい（下連雀3-28-20） 1,500円 要予約（定員5名） 手芸が苦手でも大丈夫！縫わずに作れる蝶ネクタイでおしゃれを楽しみませんか？ ママ用にはバレッタに仕上げることできます。 【問合わせ・申込】withbaby ホームページhttps://withbaby.jp/reservation</p>
13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。 【問合わせ】みたか社協（0422-76-1271）</p>
14日 (日)		
15日 (祝)		海の日
16日 (火)	大沢	<p>◆のがわの家<ランチ会></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 メニューはドライカレーとサラダです。 【問合わせ】みたか社協（0422-76-1271）</p>
	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）</p>
	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づくり』</p> <p>午前10時～12時（工作）、12時～13時（ランチ）／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）＋おむすびランチ500円 お子様の飲み物、おやつをお持ちください。今回は留学生の方々も参加予定です。 7/13までに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:mamacafe106@gmail.com）</p>

17日 (水)	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>
	下連雀	<p>◆BIRTHDAY PHOTO撮影会</p> <p>午前11時～午後1時までの各30分全4回／みたかスペースあいプラス（下連雀3-28-20） 3,800円（要予約）／各2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します。+1,000円で5カット追加可能です。 予約時にお名前のアルファベットと月齢のご記入を必ずお願いします。 【問合わせ・申込】withbaby ホームページhttps://withbaby.jp/reservation</p>
18日 (木)	井の頭	<p>◆どんぐりひろば</p> <p>午前10時～11時15分／井の頭公園三角広場（井の頭3-2-18） 一組1,000円（申込制） 事前体験型表現あそびプログラムです。 【問合せ・申込】子育てひろばてくてく 0422-26-4381（アフタフバーバン内） tekutekunohara.asobo@gmail.com</p>
19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>
20日 (土)	中原	<p>◆みたかワーキングマザーの会だっこカフェ</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） 無料、育児中の方でしたらどなたでも 【問合わせ・申込】元気ひろば おれんじ 0422-76-5940</p>
21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 丸池公園（新川3-20）／直接会場へお越しください。 カフェコーナーもあります。 【問合わせ】三鷹市都市整備部緑と公園課（0422-45-1151内線2833）</p>
22日 (月)		
	野崎	<p>◆ほのぼの野崎『歯科衛生士によるお子さんの歯磨きについて』</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。 【問合わせ】ほのぼのネット野崎1・2班、みたか社協（0422-76-1271）</p>
23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（赤ちゃんとママの会）／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」 http://blog.livedoor.jp/kt000000/</p>
	井口	<p>◆あそぶと食べる もぐもぐの会</p> <p>午前10時30分～12時30分／井口地区公会堂（井口1-9-32） 一組1,000円（申込制、定員15組） 夏休み特別企画！幼稚園児親子も大歓迎です。 【問合せ・申込】子育てひろばてくてく 0422-26-4381（アフタフバーバン内） tekutekunohara.asobo@gmail.com</p>

24日 (水)	牟礼	<p>◆みんなで一緒におやつ作り♪</p> <p>午後2時～4時／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 ひんやり冷たくて甘～い「パフェ」をみんなで作ろう♪ 【問い合わせ・申込】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com） または、→LINE@からお申し込みください。</p> 
	牟礼	<p>◆こどもが主役 夕方くま市</p> <p>午後4時～5時（売り切れ次第終了） くまちゃんハウス（牟礼5-12-25）お隣のナースさくまの家駐車場 無料 三鷹の美味しいものを集めた市場です。ぜひ遊びに来てください。 準備から参加することもできます。 【問い合わせ・申込】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com） または、→LINE@からお申し込みください。</p> 
25日 (木)		
26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～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～「赤ちゃんと一緒にヨガ」、4時～「みんなで編み物ちくちく」のイベントがあります。 カギ針、毛糸をお持ちください。 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」 http://blog.livedoor.jp/kt000000/</p>
	牟礼	<p>◆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♪</p> <p>午後4時～8時／くまちゃんハウス（牟礼5-12-25） 3歳未満無料、3歳～中学生100円、大人500円／申込制 赤ちゃんからお年寄りまで大家族のようにワイワイ楽しくみんなで作ってたべよう！ 【問い合わせ・申込】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com） または、→LINE@からお申し込みください。</p> 
27日 (土)		
28日 (日)		
29日 (月)	新川	<p>◆妊婦さんと助産師の交流会</p> <p>午後1時～3時／三鷹元気創造プラザ三階 高齢者福祉センター（三鷹市新川6-37-1） 無料／三鷹市助産師会HP http://mitaka-jyosanshi.net/toiawase.html からお申し込みください→ 【問い合わせ】三鷹市助産師会、みたか社協（0422-76-1271）</p> 
	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 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https://withbaby.jp/reservation</p>
30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>
31日 (水)	下連雀	<p>◆みなみうら食堂～みんなでつくる、みんなで食べる～</p> <p>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）/minamiurasyokudou@gmail.com</p>

<p>小学生対象 はじめての！ サッカー教室 体験会</p>	<p>北野</p>	<p>◆はじめての！サッカー教室体験会</p> <p>月・木曜日 午後4時～5時（7/1、7/11はお休みです） 北野ハピネスセンター体育館（北野1-9-29） 3回目まで無料／各回10名（申込制、先着順）小学生対象です。 持ち物：飲み物、動きやすい服装、体育館履き、（あれば）サッカーボール ※申込みの際に参加するお子さんの名前、年齢を送ってください。 【問合せ・申込み】くまちゃんハウス（メール：kumachanhouse5@gmail.com） または、→LINE@からお申し込みください。</p>	
--	-----------	--	---

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、
「子育て情報配信希望」と明記し、送信してください

