
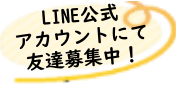

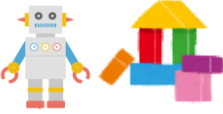



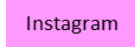

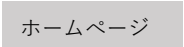





11日	(木)	<p>◆木曜日のネコ～木曜日はネコのようにココロのストレッチ&トリートメント～</p> <p>午前10時～午後4時までの間でおひとり1回40分 完全予約制（定員5名） 気心庵（井口2-5-5） 1,000円／1口からのご寄付をお願いいたします。 ※親に相談できない若者や未成年者は無料 子育て、夫婦関係、嫁姑問題、ひきこもり、病気、仕事、教育、ワンオペ… 話すことは吐き出すこと。NPO法人ウィッシュ・プロジェクト在籍のカウンセラーがお話を伺います。 ほっと一息「気分を変える40分」を体験してみませんか？傾聴体験としてもおすすめです！ お子さん連れOKです♪ 【お申込・お問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516） ☒ gmtombo@gmail.com</p>
	上連雀	<p>◆子育て中のパパママあつまれ！</p> <p>午後1時～3時 新道北公会堂（上連雀2-12-14） 無料/事前お申込不要 お子さんと一緒に遊びに来ませんか？子育てを終えたベテランママと一緒に遊びます。 プレママ、プレパパもお気軽にどうぞ♪ お茶とお菓子でほっと一息つけるスペースもあります。 【主催】ほのほのネットけやき班 【お問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> 
14日	(日)	<p>◆キャラキッズ1月教室 ラッキーキャラクターの絵馬をつくろう！</p> <p>キャラキッズ1月教室では毎年新しい年のラッキーキャラクターをかんがえてオリジナルの絵馬（えま）をつくります。 2024年はたつ年ですが、たつでなくてもOKです！ 自分やみんなをまもってくれたり、ラッキーをよぶキャラクターをかんがえて、もくひょうやねがいごとを木の絵馬にかいて、つくえのまえなどにかざって幸運をよびこみましょう！</p> <p>午後1時30分～4時30分（2部制 ①午後1時30分～、②午後3時～） ※第一希望、第二希望をお書きください。1つの時間帯3組まで（1組はお子さん2名まで） 三鷹市市民協働センター2階 対象：小中学生・幼児 ※幼児は親子でのご参加をお願いします。 参加費：絵馬1人1枚300円</p> <p>【お申込み・お問合せ】 キャラワークス・ジャパン（0422-77-9330） ☒ charaworks.japan@gmail.com</p> 

19日	(金) 牟礼	<p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地「親子ヨガ」</p> <p>午前10時30分～ 三鷹台団地第一集会所（牟礼2-14-40） 無料／予約不要、途中入退出OK 直接会場へお越しください。 絵本の読み聞かせもやっています。 おしゃべりだけでも大歓迎です。空いた時間にふらりと遊びに来てください。</p> <p>【お申込・お問合せ】LINE ID：@707khtbb Instagram：@bookcafe_mitakadai</p>   
20日	(土) 上連雀	<p>◆三鷹おもちゃ図書館</p> <p>午前11時～午後3時 みたかボランティアセンター 会議室1（上連雀8-3-10上連雀分庁舎2階） 無料／直接会場へお越しください。（貸出しのみ） おもちゃを利用するの遊びと貸し出しを主な活動に、障がいのある子どもたちや未就園の健常児たちのための遊び場とおもちゃを揃えて、楽しく遊んでもらいます。 ※体調確認やご家庭での検温、保護者の方の不織布マスクの着用にご協力ください。また、三密回避のため利用人数や時間などの制限、また休館とする場合があります。</p> 
21日	(日) 下連雀	<p>◆のんき子ども食堂</p> <p>午前11時半～午後2時半（3部制） （A：11時30分～12時30分、B：12時30分～1時30分、C：1時30分～2時30分） 事前予約制 ※定員になり次第受付終了させていただきます。アレルギーのある方は事前にお問い合わせください。 食堂 呑気（下連雀6-19-8） 子ども無料、大人300円 対象：幼児、小学生～中学生とご家族 ※幼児は保護者同伴でお越しください。</p> <p>【お申込・お問合せ】のんき子ども食堂 若林（090-7735-0679） ✉ nonkikodomoshokudo@gmail.com</p>      

23日	(火)	<p>◆みんなのブックカフェ@井の頭～赤ちゃん和妈妈の会～</p> <p>午前10時30分～12時30分（出入り自由） ・午前11時～11時20分：ヨガ ・午前11時20分～：絵本の読み聞かせ、手遊び 井の頭東部地区公会堂（井の頭1-3-18） 無料／直接会場へお越しください。 みんなのブックカフェは赤ちゃんからお年寄りまで、ご近所さんがホッとできる交流の場を目指し、2008年7月に井の頭一丁目町会事業としてスタートしました。もちろん町会以外の方も大歓迎！！ 出入り自由ですので、是非お気軽にご参加ください。 【詳細】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> <hr/> <p>◆ラジオ体操と乳幼児のあそびひろば</p> <p>午前10時～ ※原則、第4火曜日の午前10時～、季節によってお休みや日程変更あり なんじゃもんじゃの森（野崎2-13-5） ラジオ体操のあと乳幼児のあそびひろばとして、親子いっしょにお楽しみいただけます。 親子で体を動かして、心も体もリフレッシュ♪皆さんの参加をお待ちしています。 持ち物：汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装でご参加ください 【共催】ほのほのネット野崎1、2班／三鷹市西多世代交流センター 【お問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> 
24日	(水)	<p>◆子育てコンビニひろば</p> <p>午前10時～12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 妊娠、育児中の方でしたらどなたでも。 【お申込・お問合せ】NPO法人子育てコンビニ ☒ info2@kosodate.or.jp</p>
25日	(木)	<p>◆木曜日のネコ～木曜日はネコのようにココロのストレッチ&トリートメント～</p> <p>午前10時～午後4時までの間でおひとり1回40分 完全予約制（定員5名） 気心庵（井口2-5-5） 1,000円／1口からのご寄付をお願いいたします。 ※親に相談できない若者や未成年者は無料 子育て、夫婦関係、嫁姑問題、ひきこもり、病気、仕事、教育、ワンオペ… 話すことは吐き出すこと。NPO法人ウィッシュ・プロジェクト在籍のカウンセラーがお話を伺います。 ほっと一息「気分を変える40分」を体験してみませんか？傾聴体験としてもおすすめです！ お子さん連れOKです♪ 【お申込・お問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516） ☒ gmtombo@gmail.com</p>

29日	(月)	新川	<p>◆産後ヨーガ教室</p> <p>午前10時～11時30分 三鷹元気創造プラザ3階 福祉センター（新川6-37-1） 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：母子手帳、飲み物、バスタオル、汗ふきタオル、 ヨガマット（あれば）、動きやすい服装 定員：15組（完全予約制）感染症の状況により変更する可能性があります。 消毒、事前検温、水分以外の飲食禁止、当日の体調確認等を含め、ご協力をお願いいたします。 マスクの着用は任意です。 【お申込】三鷹市助産師会ホームページhttps://mitaka-jyosanshi.net/からお申込みください。 【お問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p>	 <p>参加のご予約は こちらから</p> <p>1月8日（月）～受付開始</p>
			<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3階 福祉センター（新川6-37-1） 参加費：無料 持ち物：母子健康手帳、使い方を知りたい抱っこひもなど 新型コロナウイルス感染予防のため、予約制になり、少人数で開催となります。 消毒、事前検温、水分以外の飲食禁止、当日の体調確認等を含め、ご協力をお願いいたします。 マスクの着用は任意です。 【お申込】三鷹市助産師会ホームページhttps://mitaka-jyosanshi.net/からお申込みください。 【お問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p>	 <p>参加のご予約は こちらから</p> <p>1月8日（月）～受付開始</p>


◆家庭訪問型子育て支援「ホームスタート」

ホームスタートとは、0才～6才（未就学児）の子どもがいる人、妊娠中の人なら、どなたでもつかえます。ビジター（ボランティア）がお家に伺って話を聞いたり、一緒に子どもと遊んだり、出かけたりできます。



「初めての出産・子育てで不安がいっぱい」
 「出産準備について誰かに相談したい」
 「誰かに話を聞いて欲しい」
 「つわりがひどいので、上の子にかまっていられない」
 こんな時、あなたの家に先輩ママが伺います！

ホームビジター（ボランティア）が1週間に1回、2時間程度訪問します（計4回）。
 ホームビジターは研修を受けた子育て経験者です。
 ★プライバシーは守られます
 ★家事代行やベビーシッターではありません

【対象】妊娠中または未就学児のお子さんが一人でもいる家庭
 【費用】無料
 【お申込】ホームスタート・みたか（0422-41-7021）※平日10時～15時
 ☎ h-start@kosodate.or.jp
 【お問合せ】みたか社協（0422-76-1271）




もっとくわしく
知りたい方は
こちら→





LINE

子育てサロン・イベント情報
公式LINEアカウント 始めました！



**友だち
追加方法**



① 【友だち追加】→【QRコード】よりQRコードを読み取る

② 【友だち追加】→【ID検索】より
@642pwtcz と入力

