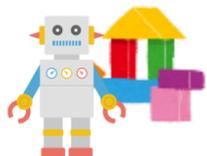


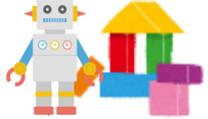
令和5年3月

# 子育てサロン・イベント

2日	(木)	井口	<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&amp;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 シミシエッタ(井口1-1-3) 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♪ 【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト(0422-90-2516) ✉ <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></p>
		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 新道北地区公会堂(上連雀2-12-14) 参加費: 無料/直接会場へお越しください 子育てを終えたベテランママさんが一緒に遊びます。 プレママも、お気軽にご参加ください♪♪ ※お母さんはマスクの着用をお願いいたします。 【問合せ】みたか社協(0422-76-1271)</p>
4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) おもちゃを利用して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> 

		<p>◆助産師と一緒に赤ちゃん遊びましょう</p> <p>午後1時～3時 元氣創造プラザ3階 福祉センター（新川6-37-1） 無料/15名（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。 対象：生後1ヶ月～1歳2～3ヶ月の親子 持ち物：バスタオル、タオル、オムツなど 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。 手洗いや消毒、事前検温、水分以外の飲食禁止、マスクの着用、当日の体調確認等を含め、ご協力をお願いいたします。 また、上のお子さんの参加ご希望の場合は、申込時にご相談ください。 【申込】三鷹市助産師会ホームページ<a href="https://mitaka-jyosanshi.net/">https://mitaka-jyosanshi.net/</a>からお申込みください。 【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div style="text-align: right;">         参加のご予約は こちらから     </div>
6日	(月)	<p>◆産後ヨガ教室</p> <p>午前10時～11時30分 三鷹元氣創造プラザ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、汗心きタオル、ヨガマット（あれば）、動きやすい服装 定員：15名（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。 手洗いや消毒、事前検温、水分以外の飲食禁止、マスクの着用、当日の体調確認等を含め、ご協力をお願いいたします。 【申込】三鷹市助産師会ホームページ<a href="https://mitaka-jyosanshi.net/">https://mitaka-jyosanshi.net/</a>からお申込みください。 【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div style="text-align: right;">         参加のご予約は こちらから     </div>
		<p>◆子育てコンビニひろば</p> <p>午前10時～12時 元氣ひろばおれんじ（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。お子さんを遊ばせながら、子育て情報を交換したり、おしゃべりしませんか？ママやパパだけでなく、孫育て中のおばあちゃまおじいちゃまや、プレママ等お子さん連れてない方の参加も歓迎です。駐輪場・駐車場もあります。 【申込・問合せ】NPO法人子育てコンビニ ✉ <a href="mailto:info2@kosodate.or.jp">info2@kosodate.or.jp</a></p>
7日	(火)	<p>◆赤ちゃんママの会@大沢</p> <p>午前10時～11時30分 大沢原地区公会堂2階（大沢1-12-6） 無料/直接会場へお越しください。 対象：三鷹市にお住まいの0～3歳のお子さんと保護者の方 近所のママ友さがし、ちょっと一息つきたい、赤ちゃんの遊び場として、また子育てのはてな？を聞きたい等、ご希望の方は是非ご参加ください。 ほのぼのネット員さん（ボランティア）が赤ちゃんを見ているので、おかさたちもゆっくりお話を楽しめます。 持ち物：バスタオル、おむつ、おもちゃ等お子さんに必要なものはご持参ください。 ※ご来場の際はマスクの着用と、アルコール消毒をお願いします。 ※当日は、1階で「うごこつと体操」と「防犯講座」も同時開催します。 【主催】ほのぼのネット大沢わかば班 【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div style="text-align: right;">         おさがりの子ども服もある るので、自由にお持ち帰 りください♪     </div>

9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&amp;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 シミシエッタ (井口1-1-3) 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♪ 【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト (0422-90-2516) ✉ <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></p>
		<p>◆外国人ママ・国際結婚ママのためのおしゃべり交流会「自転車の交通ルール」</p> <p>午前10時～11時30分 元気創造プラザ4階 (新川6-37-1) 無料/直接会場へお越しください。 対象：外国人母親または国際結婚の日本人母親とお子さん ※ボランティア・スタッフも大募集！(女性限定) 保育、「やさしい日本語」や外国語でのサポート(英語、中国語、ベトナム語等)、外国人ママを誘って一緒に参加など。 ボランティア・スタッフご希望の方は、事前にオリエンテーションにご参加ください。 詳細はお問い合わせください。 新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、オンラインに変更する可能性があります。 Facebookページをご確認ください。 【問合せ】Mama Tomo Cafe (ピナット～外国人支援ともだちネット) ✉ <a href="mailto:pinattomitaka@gmail.com">pinattomitaka@gmail.com</a> Facebook <a href="https://www.facebook.com/mamatomocafe/">https://www.facebook.com/mamatomocafe/</a> (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> 
10日	(金)	<p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地「オイルトリートメント」</p> <p>午前10時30分～ ※10時頃からオープンしています。 三鷹台団地第一集会所 (牟礼2-14-40) 一人10分500円(オイル代実費)/申込制 子どもたちが遊んでいる隣の部屋でゆったり施術してもらえます。 今月は「お下がりがいいか」と「読み聞かせ」の同時開催となります。 事前にLINEにてお申込みください。 お子さま連れOK、おしゃべりだけでも大歓迎。空いた時間に、ふらりと遊びに来てください♪ 【申込・問合せ】LINE ID: @707khtbb Instagram: @bookcafe_mitakadai</p>  <p>LINE公式 アカウントにて 友達募集中!</p> <p>◆パパとママの育児相談・交流会</p> <p>午前10時30分～11時30分 連雀コミュニティ・センター (下連雀7-15-4)・オンライン (Zoom) 無料/申込制 定員：会場10組・オンライン (Zoom) 5組 対象：1歳未満の乳児と保護者 (まもなくパパ・ママになる方も) 【申込】連雀コミュニティ・センターのホームページまたは右記受付フォームからお申込みください。開催日4週間前の午前10時～開催日3日前の午後5時まで受付。 パパやママの育児に関する様々な悩みを助産師さんに相談してみませんか？ 参加者同士の情報交換も実施予定です。これからパパ・ママになる方のご参加もお待ちしております♪ 【主催・問合せ】連雀地区住民協議会 (0422-45-5100) 【共催】三鷹市助産師会</p>  <p>受付フォーム はこちら!</p>

13日	(月)	新川	<p>◆マタニティ・ヨーガ教室</p> <p>午前10時～11時30分 元氣創造プラザ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：妊娠15週目以降で健康な妊婦さん 持ち物：フェスタオル、母子健康手帳、飲み物、ヨガマット（あれば）、動きやすい服装 定員：15名（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。 新型コロナウイルス感染予防のため、少人数で開催となります。 手洗いや消毒、事前検温、水分以外の飲食禁止、マスクの着用、当日の体調確認等を含め、ご協力をお願いいたします。 【申込】三鷹市助産師会ホームページ<a href="https://mitaka-jyosanshi.net/">https://mitaka-jyosanshi.net/</a>からお申込みください。 【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p>
14日	(火)	井の頭	<p>◆みんなのブックカフェ@井の頭～赤ちゃんとママの会～</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」 <a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a></p>
16日	(木)	井口	<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&amp;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 シミシエッタ（井口1-1-3） 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♪ 【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516） <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></p>
16日	(木)	下連雀	<p>◆おむすび子育てサロン「絵本と親子遊びの会」～ママたちも一緒にリフレッシュ～</p> <p>午前10時～11時30分 おむすびハウス（下連雀1-10-20） 200円（工作材料代、お茶菓子代）／事前申込制 持ち物：飲み物、お子様のおやつ、大人は不織布マスク着用 対象：0, 1, 2, 3歳の親子 絵本の読み聞かせ、わらべ歌、手遊び、工作と合わせて、赤ちゃんも楽しめる 「リトミック」も行います♪♪ おむすびハウスは、空き家を活用し、地域の居場所、地域の交流の場としてアットホームにボランティアで運営しています。 赤ちゃんも大歓迎！初めての方も是非、お待ちしております。 ※親御さんは、不織布マスクの着用をお願いします。 【申込・問合せ】おむすび倶楽部友の会（0422-46-4117） <a href="mailto:omusubimitaka@gmail.com">omusubimitaka@gmail.com</a></p> 
18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） おもちゃを利用して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> 

20日	(月)	新川	<p>◆助産師と一緒に赤ちゃん遊びましょう</p> <p>午後1時～3時 元気創造プラザ3階 福祉センター（新川6-37-1） 無料/15名（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。 対象：生後1ヶ月～1歳2～3ヶ月の親子 持ち物：バスタオル、タオル、オムツなど 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。 手洗いや消毒、事前検温、水分以外の飲食禁止、マスクの着用、当日の体調確認等を含め、ご協力をお願いいたします。 また、上のお子さんの参加ご希望の場合は、申込時にご相談ください。 【申込】三鷹市助産師会ホームページ<a href="https://mitaka-jyosanshi.net/">https://mitaka-jyosanshi.net/</a>からお申込みください。 【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>
		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 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名（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。 手洗いや消毒、事前検温、水分以外の飲食禁止、マスクの着用、当日の体調確認等を含め、ご協力をお願いいたします。 【申込】三鷹市助産師会ホームページ<a href="https://mitaka-jyosanshi.net/">https://mitaka-jyosanshi.net/</a>からお申込みください。 【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>
		中原	<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 育児中の方でしたらどなたでも。お子さんを遊ばせながら、子育て情報を交換したり、おしゃべりしませんか？ママやパパだけでなく、孫育て中のおばあちゃんおじいちゃんや、プレママ等お子さん連れてない方の参加も歓迎です。駐輪場・駐車場もあります。 【申込・問合せ】NPO法人子育てコンビニ ✉ <a href="mailto:info2@kosodate.or.jp">info2@kosodate.or.jp</a></p>	
23日	(木)	井口	<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&amp;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 シミシエッタ（井口1-1-3） 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♪ 【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516） ✉ <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></p>	
		井口	<p>◆木曜日のネコ～ソーパカーピング体験レッスン～</p> <p>午後2時30分～4時 シミシエッタ（井口1-1-3） 1,800円（材料費、社会貢献の寄付金）/申込制 ソーパカーピングってなんだか難しそう。そんなイメージの方もナイフの持ち方から学べますので大丈夫です！ 【申込・問合せ】アトリエ・エスポワール 小林（080-9527-8748） ✉ <a href="mailto:espoir.flower04@gmail.com">espoir.flower04@gmail.com</a></p>	

24日	(金)	牟礼	<p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地「ヨガ&amp;読み聞かせ」</p> <p>午前10時からオープンしています。 三鷹台団地第一集会所（牟礼2-14-40） 無料/直接会場へお越しください。 午前10時30分～は子どもたちと一緒にヨガ、絵本の読み聞かせを行います。 今月は「お下がりがいかか」の同時開催となります。 小学生、幼稚園児がいるお母さんたちで運営しています 途中入退室OKなので、空いた時間に遊びに来てください。 ※感染症対策にご協力ください。 【問合せ】LINE ID：@707khtbb Instagram：@bookcafe_mitakadai</p>
		深大寺	<p>◆ママの井戸端会議「園や学校へ行きたくない！行けない。こんな時どうする?!」</p> <p>午前9時30分～11時30分 東野地区公会堂（深大寺2-9-8） 無料/事前の予約は必要ありませんが、やむを得ず開催を中止することがあります。 同じ経験をもつママ達と話してみませんか？ 今、何ができるか?!進学はどうなる?等々素朴な疑問を、 すぐ目の前からちょっと先の事までお話ししましょう。 【問合せ】✉ <a href="mailto:mamadering@gmail.com">mamadering@gmail.com</a></p>
28日	(火)	井の頭	<p>◆みんなのブックカフェ@井の頭～赤ちゃんとママの会～</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」 <a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a></p>
30日	(木)	井口	<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&amp;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 シミシエッタ（井口1-1-3） 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♪ 【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516） ✉ <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></p>



LINE公式  
アカウントにて  
友達募集中!



4月2日	(日)	上連雀	<p>【予告】◆春休みキャラづくり入門講座「オリジナルキャラクターのキーホルダー」</p> <p>午後1時30分～4時30分          三鷹市芸術文化センターB1創作室(上連雀6-12-14)          材料費：キーホルダ1個100円          対象：小中学生、幼児(幼児のお子様は親子での参加をお願いします)          完全予約制          ①午後1時30分②午後2時③午後2時30分          ④午後3時⑤午後3時30分⑥午後4時          ※お子様の名前、学校(園)、学年、保護者様連絡先、参加希望の時間をメールにてお伝えください。          各回6名まで。          原則として検温、消毒、マスクの着用をお願いします。          【申込、問合せ】キャラワークス・ジャパン          ☒ <a href="mailto:event@charaworks.jp">event@charaworks.jp</a></p>
4月4日	(火)	大沢	<p>【予告】◆ほのぼのネット大沢わかば班「神代植物公園のお花見」</p> <p>午前10時～11時30分          (現地 午前9時50分 神代植物公園正門前)          毎年4月は、楽しいお花見を企画しています。          赤ちゃん連れのお母さんたちも一緒にいかがですか？          おじいちゃん、おばあちゃん達と植物公園の中をゆっくり歩き、軽食も一緒に召し上がれます。          途中退席可能です。軽食がいない場合は申し込み不要ですので、直接会場までお越しください。          【問合せ】みたか社協(0422-76-1271)</p>





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

