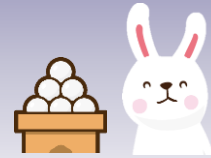
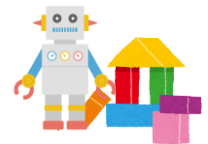





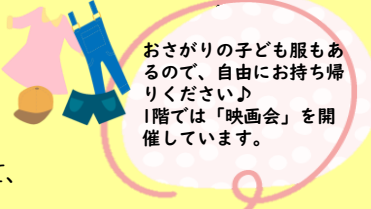
9月



子育てサロン・イベント



1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&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法人ウイッシュ・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法人ウイッシュ・プロジェクト(0422-90-2516) ✉ gmtombo@gmail.com</p>
		上連雀	<p>◆子育て中のお母さんあつまれ!</p> <p>①午後1時～1時45分 ②午後2時～2時45分 新道北地区公会堂(上連雀2-12-14) 無料/申込制先着(各回とも4組まで) プチ・イベントとして、助産師さんとのベビーマッサージ、 産後ヨガ&身体ケアを楽しみましょう。(個別相談も受けられます)ご希望の時間帯を、 申し込みの際にお選びください。※お母さんはマスクの着用をお願いいたします。 【申込】ほのほのネットけやき班 ✉ honobonokeyaki@gmail.com 【問合せ】みたか社協(0422-76-1271)</p>
2日	(金)	牟礼	<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」(予約制)</p> <p>午前10時30分～ 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) 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。 事前にLINEにてお申込みください。 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>
3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) 障がいのある子どもたちや未就園児(3歳以下)の子どもたち、そのお母さんが、気軽に訪れて自由に楽しく遊んだり、おしゃべりしながら、おもちゃを借りることができる場です。積み木やお人形、ハイテクおもちゃや学習教材まで、たくさんのおもちゃを揃えています! ※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>



5日	(月)	<p>◆マタニティ・ヨガ教室 ※定員15組 (先着順)</p> <p>午前10時～11時30分 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) 持ち物: フェイスタオル、母子手帳、飲み物、ヨガマット (あれば)、動きやすい服装 対象: 妊娠15週目以降で健康な妊婦さん 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http://www.mitaka-jyosanshi.net/からお申込みください。 【問合せ】みたか社協 (0422-76-1271)</p>	
		<p>◆助産師と一緒に赤ちゃんとお遊ばし ※定員15組 (先着順)</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 対象: 生後1ヶ月～1歳2～3ヶ月の親子 持ち物: ハスタオル、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。 【申込】三鷹市助産師会ホームページhttp://www.mitaka-jyosanshi.net/からお申込みください。 【問合せ】みたか社協 (0422-76-1271)</p>	
		<p>◆子育てコンビニひろば & おもちゃの広場 きーの</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) 参加費/おもちゃレンタル料として1組500円※通常は「無料」です。 おもちゃコンサルタントの高尾さんが、選りすぐりのおもちゃを持ってきてくださいます! 親子で楽しく遊びながら、「子どもにとってのグッドトイ」について聞いてみませんか? 【申込・問合せ】NPO法人子育てコンビニ info2@kosodate.or.jp</p>	
6日	(火)	<p>◆赤ちゃんとお母さんの会@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、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。 持ち物: ハスタオル、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。 ※当日は、1階で「映画会」も開催! (参加費100円) 【主催】ほのほのネット大沢わかば班 【問合せ】みたか社協 (0422-76-1271)</p>	

8日	(木)	<p>◆外国人ママ・国際結婚ママのためのおしゃべり交流「いろいろな国の小学校」</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（女性限定）とお子さん ※ボランティア・スタッフも大募集中！ （保育、「やさしい日本語」でのサポート、通訳（英語、中国語、ベトナム語、ロシア語等）、 三鷹子育て情報の提供、おしゃべり相手など） 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ページでご確認ください。 【問合せ】Mama Tomo Cafe（ピナット～外国人支援ともだちネット） ✉ pinattomitaka@gmail.com Facebook https://www.facebook.com/mamatomocafe/ （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>
	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&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法人ウイッシュ・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法人ウイッシュ・プロジェクト（0422-90-2516） ✉ gmtombo@gmail.com</p>
9日	(金)	<p>◆パパやママの育児相談・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、会場：先着10組・オンライン（Zoom）：先着5組 対象：乳児と保護者、まもなくパパ・ママになる方 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 ご参加もお待ちしています♪ 【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> <div style="text-align: right;">  <p>受付フォーム はこちら！</p>  </div>

12日	(月)	新川	<p>◆産後ヨガ教室 ※定員15組 (先着順)</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、汗拭きタオル、ヨガマット (あれば)、動きやすい服装 定員: 15名 (先着順) 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http://www.mitaka-jyosanshi.net/からお申込みください。 【問合せ】みたか社協 (0422-76-1271)</p>	 <p>次回10/17の予約は 9/26からです。</p>
13日	(火)	井の頭	<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) 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。 【問合せ】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>	
15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&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法人ウイッシュ・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法人ウイッシュ・プロジェクト (0422-90-2516) ✉ gmtombo@gmail.com</p>	
17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) 障がいのある子どもたちや未就園児 (3歳以下) の子どもたち、そのお母さんが、気軽に訪れて自由に楽しく遊んだり、おしゃべりしながら、おもちゃを借りることができる場です。積み木やお人形、ハイテクおもちゃや学習教材まで、たくさんのおもちゃを揃えています! ※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	(火)	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、お茶代) / 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 (8組程度) 絵本の読み聞かせ、工作、わらべ歌、おしゃべりなどを楽しみます。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。初めての方も、赤ちゃんも大歓迎です。※新型コロナ感染拡大でお休みになる場合もあります。 【申込・問合せ】おむすび倶楽部友の会 (0422-46-4117) ✉ omusubimitaka@gmail.com</p>	

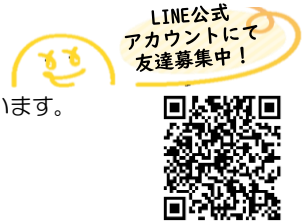
22日	(木)	井 口	<p>◆木曜日のネコ～木曜日はネコのようにココロのストレッチ&トリートメント～</p> <p>午前10時～午後4時までの間でおひとり1回40分 完全予約制 シミシエッタ (井口1-1-3) 1,000円/1口からのご寄付をお願いいたします。 ※親に相談できない若者や未成年者は無料 子育て、夫婦関係、嫁姑問題、ひきこもり、病気、仕事、教育、ワンオペ… 話すことは吐き出すこと。NPO法人ウイッシュ・プロジェクト在籍のカウンセラーがお話を伺います。 ほっと一息「気分を変える40分」を体験してみませんか? 傾聴体験としてもおすすめです! お子さん連れOKです♪ 【申込・問合せ】NPO法人ウイッシュ・プロジェクト (0422-90-2516) ✉ gmtombo@gmail.com</p>
			<p>◆木曜日のネコ～ソーパーク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、社会貢献の寄付含) / 申込制 ソーパーク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) ✉ espoir.flower04@gmail.com</p>
23日	(金・祝)	下連雀	<p>◆続・みたかのば子どもの本の日+ (プラス) 子どもBOOK&ワークライブラリー</p> <p>午後1時30分～4時30分 三鷹市市民協働センター (下連雀4-17-23) 無料 (ミニアートワーク有料) 子どもが自由に本を読める場所として開放しています。 児童書、絵本、漫画、小説から一般教養までさまざまな本と出会えます。 ミニアートワークも同時開催しています。 ミニアートワーク1は、ストーリーブックマーク (物語しおり) づくり♪ 物語のキャラクターやお気に入りのシーンをしおりにします。 (申込制・材料費各100円) ミニアートワーク2は、ものがたりエコバックづくり。麻生地バッグに絵をかいたり、フェルトをはったり、すきな物語のエコバッグをデザインします。 (申込制・材料費各500円) 【申込・問合せ】キャラワークス・ジャパン ✉ charaworks.japan@gmail.com</p>
24日	(土)		<p>◆続・みたかのば子どもの本の日+ (プラス) 子どもの物語トークカフェ</p> <p>午前10時～11時30分 ONLINE (Zoom) 参加費無料/申込制 子どもの頃読んだ本、マンガ、親子で見たアニメなど、あなたのイチ推しの子どもの物語の魅力について語り合しましょう。当日は情報誌「ツナマヨ」から話題提供し、ファンタジー、魔法、サバイバル、思春期、笑いなどいくつかのテーマで話します。参加者には、後日「ツナマヨ」のご希望の号を1部プレゼントします。 【主催】キャラワークス・ジャパン https://charaworks.jp/ 【共催】ミッドポイント・ワークラボ https://midpoint-lab.jp/ 【お問合せ】 ✉ charaworks.japan@gmail.com</p>



受付フォーム
はこちら!



27日	(火)	井の頭	◆みんなのブックカフェ@井の頭～赤ちゃん和妈妈の会～ 午前10時30分～12時30分（出入り自由） 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。 【問合せ】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/
		野崎	◆多世代ラジオ体操と乳幼児のあそびひろば 午前9時～9時30分ラジオ体操、9時30分～11時 乳幼児のあそびひろば なんじゃもんじゃの森（野崎2-13-5） 無料／直接会場へお越しください。 持ち物：汗拭きタオル、飲み物、動きやすい服装で どなたでも参加できます。運動不足やコミュニケーションがとりにくくなりましたが、ラジオ体操や遊びを通じて交流をはかりましょう♪広場を開放しているので、自由に遊びましょう。 【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 【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）
29日	(木)	井口	◆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～ 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） ✉ gmtombo@gmail.com
30日	(金)	牟礼	◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地「ヨガ&絵本の読み聞かせ」 午前10時～12時 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。 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。 【問合せ】LINE ID：@707khtbb Instagram：@bookcafe_mitakadai
		中原	◆ハレルヤこども食堂～地域みなさんと楽しく過ごせる場所～ 午後5時～7時 仙川キリスト教会 教会内食堂（中原1-24-8） 子ども無料、大人300円 地域のみんと子どもの成長を見守り、楽しく食事の時間を過ごせる場所です。 軽食や食事を用意してお待ちしております。 親子での参加も大歓迎です。お気軽にご参加ください♪ 【申込・問合せ】ハレルヤ食堂 教会（03-3309-1788） 担当：内田（090-1794-2385）



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