
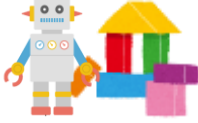


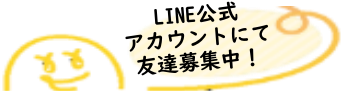

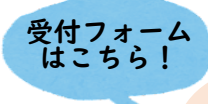

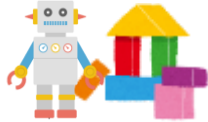




# 11月 子育てサロン・イベント

|           |            |            |  |  |
|-----------|------------|------------|--|--|
| <p>1日</p> | <p>(火)</p> | <p>大沢</p>  | <p>◆赤ちゃん和妈妈の会@大沢</p> <p>午前10時～11時30分<br/>大沢原地区公会堂2階（大沢1-12-6）<br/>無料／直接会場へお越しください。<br/>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<br/>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。<br/>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。<br/>また、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、おかあさんたちがゆっくりお話しできます。<br/>※当日は、1階で「古本市」も開催！<br/>【主催】ほのぼのネット大沢わかば班<br/>【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p>   |  <p>おさがりの子ども服もあるので、自由にお持ち帰りください！<br/>1階では「古本市」を開催しています。</p> |
| <p>3日</p> | <p>(木)</p> | <p>井口</p>  | <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<br/>完全予約制<br/>シミシエッタ（井口1-1-3）<br/>1,000円／1口からのご寄付をお願いいたします。<br/>※親に相談できない若者や未成年者は無料<br/>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…<br/>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。<br/>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！<br/>お子さん連れOKです♪<br/>【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516）<br/>✉ <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></p> |  |
| <p>5日</p> | <p>(土)</p> | <p>上連雀</p> | <p>◆三鷹おもちゃ図書館</p> <p>午前11時～午後3時<br/>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）<br/>無料／直接会場へお越しください。（貸出しのみ）<br/>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！<br/>※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>  |   |



|    |     |  |
|----|-----|--|
| 7日 | (月) | <p>◆子育てコンビニひろば</p> <p>午前10時～12時<br/>         元気ひろばおれんじ（中原3-1-65 ツルハドラック向い）<br/>         無料／申込制<br/>         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？<br/>         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。<br/>         【申込・問合せ】NPO法人子育てコンビニ<br/>         ☒ <a href="mailto:info2@kosodate.or.jp">info2@kosodate.or.jp</a></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<br/>         元気創造プラザ3階 福祉センター（新川6-37-1）<br/>         無料/15名（先着順）<br/>         対象：生後1ヶ月～1歳2～3ヶ月の親子<br/>         持ち物：バスタオル、タオル、オムツなど<br/>         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。<br/>         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。<br/>         【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。<br/>         【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div data-bbox="1002 434 1214 546" style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>次回11/21の予約は<br/>10/31からです。</p> </div>    |
|    | 新川  | <p>◆マタニティ・ヨガ教室</p> <p>午前10時～11時30分<br/>         元気創造プラザ3階 福祉センター（新川6-37-1）<br/>         1,500円（社協会員は1,200円）<br/>         対象：妊娠15週目以降で健康な妊婦さん<br/>         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<br/>         定員：15名（先着順）<br/>         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。<br/>         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。<br/>         【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。<br/>         【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div data-bbox="1066 808 1278 936" style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>次回12/5の予約は<br/>11/14からです。</p> </div>  |
| 8日 | (火) | <p>◆みんなのブックカフェ@井の頭～赤ちゃんとおママの会～</p> <p>午前10時30分～12時30分（出入り自由）<br/>         ・午前11時～11時20分：ヨガ<br/>         ・午前11時20分～：絵本の読み聞かせ、手遊び<br/>         井の頭東部地区公会堂（井の頭1-3-18）<br/>         無料／直接会場へお越しください。<br/>         【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」<br/> <a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a></p>   |


|     |     |     |   |
|-----|-----|-----|---|
| 10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<br/>完全予約制<br/>シミシエッタ（井口1-1-3）<br/>1,000円／1口からのご寄付をお願いいたします。<br/>※親に相談できない若者や未成年者は無料<br/>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…<br/>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。<br/>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！<br/>お子さん連れOKです♪<br/>【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516）<br/>✉ <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～2時<br/>堀合地区公会堂（上連雀1-15-15）<br/>無料／申込制先着（5組まで）<br/>※お母さんはマスクの着用をお願いいたします。<br/>【申込】ほのぼのネットけやき班 ✉ <a href="mailto:honobonokeyaki@gmail.com">honobonokeyaki@gmail.com</a><br/>【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p>   |
|     |     | 新川  | <p>◆外国人ママ・国際結婚ママのためのおしゃべり交流「防災」</p> <p>午前10時～11時30分<br/>元気創造プラザ4階（新川6-37-1）<br/>無料／直接会場へお越しください。<br/>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<br/>※ボランティア・スタッフも大募集中！（女性限定）<br/>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。<br/>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。<br/>詳細はお問い合わせください。<br/>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。<br/>Facebookページでご確認ください。<br/>【問合せ】Mama Tomo Cafe（ピナット～外国人支援ともだちネット）<br/>✉ <a href="mailto:pinattomitaka@gmail.com">pinattomitaka@gmail.com</a><br/>Facebook <a href="https://www.facebook.com/mamatomocafe/">https://www.facebook.com/mamatomocafe/</a><br/>（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> |
| 11日 | (金) | 牟礼  | <p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地</p> <p>午前10時00分～<br/>三鷹台団地第一集会所（牟礼2-14-40）<br/>※午前10時30分～「オイルトリートメント」【要予約】<br/>一人10分500円（オイル代実費）<br/>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。<br/>事前にLINEにてお申込みください。<br/>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♪<br/>【申込・問合せ】LINE ID：@707khtbb<br/>Instagram：@bookcafe_mitakadai</p> <div style="text-align: right;"> <br/>  </div>  |
|     |     | 下連雀 | <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<br/>連雀コミュニティ・センター（下連雀7-15-4）・オンライン（Zoom）<br/>無料／申込制<br/>定員：会場10組・オンライン（Zoom）5組（共に先着）<br/>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）<br/>【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。<br/>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？<br/>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います♪<br/>【主催・問合せ】連雀地区住民協議会（0422-45-5100）<br/>【共催】三鷹市助産師会</p> <div style="text-align: right;"> <br/>  </div>            |

|     |     |     |  |
|-----|-----|-----|--|
| 12日 | (土) | 大沢  | <p>◆しいのみハウス【オープニングイベント!!】</p> <p>午前10時～正午<br/>         椎の実子供の家（大沢4-8-8）<br/>         無料/直接会場へお越しください。<br/>         ※定員：30名程度。空きがありましたら、都度ご入場いただけます。<br/>         大沢地区に新たにオープンしました、地域交流スペース「しいのみハウス」のオープニングイベントとなります。今回はアメリカで大人気の「コーンホール」を、ICUの学生、留学生の皆さんの企画イベントとして楽しみます。<br/>         【問合せ】椎の実子供の家<br/>         ☎ 0422-30-5538<br/>         ✉ shiinomi-ibasho@bz04.plala.or.jp</p>   |
| 17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<br/>         おむすびハウス（下連雀1-10-20）<br/>         200円（工作材料代、お茶代）/申込制<br/>         持ち物：飲み物、お子様のおやつ、大人は不織布マスク着用<br/>         対象：0, 1, 2, 3歳の親子（8組程度）<br/>         今月はお子様の手形で、ペインティングを楽しみます。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。<br/>         ※11月は第3木曜日の開催となります。お間違いないように、ご注意ください。<br/>         ※親御さんは、不織布マスクの着用をお願いします。<br/>         【申込・問合せ】おむすび倶楽部友の会（0422-46-4117）<br/>         ✉ omusubimitaka@gmail.com</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&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<br/>         完全予約制<br/>         シミシエッタ（井口1-1-3）<br/>         1,000円/1口からのご寄付をお願いいたします。<br/>         ※親に相談できない若者や未成年者は無料<br/>         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…<br/>         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。<br/>         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！<br/>         お子さん連れOKです♪<br/>         【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516）<br/>         ✉ gmtombo@gmail.com</p>                      |
| 19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<br/>         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）<br/>         無料/直接会場へお越しください。（貸出しのみ）<br/>         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！<br/>         ※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 | (月) | <p>◆子育てコンビニひろば</p> <p>午前10時～12時<br/>元気ひろばおれんじ（中原3-1-65 ツルハドラック向い）<br/>無料／申込制<br/>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？<br/>ママやパパだけでなく、孫育て中のおばあちゃんやおじいちゃんや、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。<br/>【申込・問合せ】NPO法人子育てコンビニ<br/>✉ <a href="mailto:info2@kosodate.or.jp">info2@kosodate.or.jp</a></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<br/>元気創造プラザ3階 福祉センター（新川6-37-1）<br/>無料/15名（先着順）<br/>対象：生後1ヶ月～1歳2～3ヶ月の親子<br/>持ち物：バスタオル、タオル、オムツなど<br/>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。<br/>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。<br/>【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。<br/>【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>次回12/5予約は11/14からです。<br/>12/19の予約は11/28からです。</p> </div>     |
|     |     | <p>◆産後ヨガ教室</p> <p>午前10時～11時30分<br/>三鷹元気創造プラザ3階 福祉センター（新川6-37-1）<br/>1,500円（社協会員は1,200円）<br/>対象：おおむね3ヶ月～6ヶ月の母子（母のみも可）<br/>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<br/>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。<br/>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。<br/>【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。<br/>【問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>予約は10/31からです。</p> </div>  |
| 22日 | (火) | <p>◆みんなのブックカフェ@井の頭～赤ちゃんママの会～</p> <p>午前10時30分～12時30分（出入り自由）<br/>・午前11時～11時20分：ヨガ<br/>・午前11時20分～：絵本の読み聞かせ、手遊び<br/>井の頭東部地区公会堂（井の頭1-3-18）<br/>無料／直接会場へお越しください。<br/>【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」<br/><a href="http://blog.livedoor.jp/kt000000/">http://blog.livedoor.jp/kt000000/</a></p>  |
| 24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<br/>完全予約制<br/>シミシエッタ（井口1-1-3）<br/>1,000円／1口からのご寄付をお願いいたします。<br/>※親に相談できない若者や未成年者は無料<br/>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…<br/>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。<br/>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！<br/>お子さん連れOKです♪<br/>【申込・問合せ】NPO法人ウィッシュ・プロジェクト（0422-90-2516）<br/>✉ <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></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<br/>シミシエッタ（井口1-1-3）<br/>1,800円（材料費、社会貢献の寄付含）／申込制<br/>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！<br/>【申込・問合せ】アトリエ・エスポワール 小林（080-9527-8748）<br/>✉ <a href="mailto:espoir.flower04@gmail.com">espoir.flower04@gmail.com</a></p>   |




|       |     |  |  |
|-------|-----|--|--|
| 25日   | (金) | <p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地</p> <p>午前10時00分～<br/>三鷹台団地第一集会所(牟礼2-14-40)<br/>無料/直接会場へお越しください。<br/>午前10時30分～「ヨガ&amp;絵本の読み聞かせ」<br/>子どもたちと一緒にヨガ、絵本の読み聞かせを行います。<br/>小学生、幼稚園児がいるお母さんたちで運営しています<br/>途中入退室OKなので、空いた時間に遊びに来てください。<br/>【問合せ】LINE ID: @707khtbb<br/>Instagram: @bookcafe_mitakadai</p>  | <p>LINE公式<br/>アカウントにて<br/>友達募集中!</p>  |
|       |     | <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<br/>東野地区公会堂(深大寺2-9-8)<br/>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。<br/>同じ経験をもつママ達と話してみませんか?<br/>今、何が出来るか?!進学はどうなる?等々素朴な疑問を、<br/>すぐ目の前からちょっと先の事までお話ししましょう。<br/>【問合せ】✉ mamadering@gmail.com</p>  |  |
| 27日   | (日) | <p>◆子どもの本と工作の日【オリジナルキャラクターのクリスマスかざりをつくろう!】</p> <p>①午後1時30分～<br/>②午後2時30分～<br/>③午後3時30分～<br/>※1回1時間程となります。<br/>三鷹市芸術文化センターB1 創作室(上連雀6-12-14)<br/>材料費:100円/事前にメールでご予約をお願いします。<br/>空きがあれば当日直接でも参加可能です。<br/>対象:幼児～中学生まで<br/>※幼児は親子でのご参加をお願いしています。<br/>まっぼっくりに顔をつけたり、木粘土、紙粘土のプレートに絵をかいてかざりをつけたり、オリジナルキャラクターのクリスマスかざりをつくります。<br/>【申込・問合せ】キャラワークス・ジャパン<br/>✉ event@charaworks.jp<br/>【主催】キャラワークス・ジャパン<br/>(http://charaworks.jp/)</p> |                                       |
| 12月1日 | (木) | <p>◆子育て中のお母さんあつまれ!【クリスマス会】</p> <p>①午前10時～10時45分<br/>②午前11時～11時45分<br/>新道北地区公会堂(上連雀2-12-14)<br/>参加費100円/申込制先着(各回とも8組まで)<br/>サンタさんと一緒に記念撮影♪サンタさんからのプレゼントもあります。<br/>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。<br/>【申込】ほのぼのネットけやき班 ✉ honobonokeyaki@gmail.com<br/>【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

