




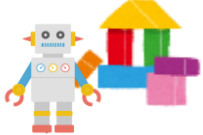
令和5年7月



子育てサロン・イベント




1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> 
3日	(月)	新川	<p>◆マタニティ・ヨガ教室</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） 対象：妊娠15週目以降で健康な妊婦さん 持ち物：フェイスタオル、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。 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> <div data-bbox="1086 633 1294 741" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">  参加のご予約は こちらから </div> 
4日	(火)	大沢	<p>◆赤ちゃん和妈妈の会</p> <p>午前10時～11時30分 大沢原地区公会堂2F（大沢1-12-6 天文台裏バス停から歩1～2分） 無料 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 広い畳の部屋でお子さんを遊ばせながら、ママ同士もゆっくり話せます。1階ではゲーム大会をやっています。 お下がりのおもちゃも並べます。ご自由にお持ち帰りください。 ※バスタオル、おむつ、おもちゃ等お子さんに必要なものは各自お持ちください。 【主催】ほのほのネット大沢わかば班 【お問合せ】みたか社協（0422-76-1271）</p> <div data-bbox="1114 1059 1342 1167" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">  参加のご予約は こちらから </div> 


6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♪ 【お申込・お問合せ】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） 事前申込不要 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♪ 今月のイベントは、ママのストレッチ。ゆるっと気持ちいいストレッチです。 【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>
10日	(月)	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。 【お申込・お問合せ】NPO法人子育てコンビニ ✉ info2@kosodate.or.jp</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> <div style="text-align: right;">  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>参加のご予約は こちらから</p> </div> </div>

15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>
16日	(日)	井の頭	<p>◆プレママ プレパパおしゃべりの会</p> <p>午前10時30分～12時 井の頭コミュニティセンター新館視聴覚室（井の頭2-32-30） 対象：これから赤ちゃんが生まれるご家庭のママ・パパ 定員：先着15組（おひとりでもご夫婦でも参加できます） 内容：赤ちゃんと防災・地域の子育て支援情報（生まれてからのサポート）・先輩ママとおしゃべりタイム 【お申込】7月2日（日）から井の頭コミュニティセンターのホームページまたはお電話でお申込みください。 井の頭コミュニティセンター（0422-44-7321）※月曜・祝日休館 【共催】井の頭住協多世代交流委員会・東多世代交流センター 【協力】Mitaka みんなの防災 ママ防災士 藤田 優美さん 母親クラブわっしょいの皆さん</p>
20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>
25日	(火)	野崎	<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。 7月はしゃぼん玉遊びを予定しています。 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>
25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） ・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>


26日	(水)	中原	<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んおじいちゃんや、プレママ等お子さん連れでない方の参加も歓迎です。駐輪場・駐車場もあります。 【お申込・お問合せ】NPO法人子育てコンビニ ✉ info2@kosodate.or.jp</p>
27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>
28日	(金)	牟礼	<p>◆みんなのブックカフェ@三鷹台団地「ヨガ・読み聞かせ」</p> <p>午前10時30分～ ※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／予約不要、途中入退出OK 直接会場へお越しください。 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 おしゃべりだけでも大歓迎です。空いた時間に遊びに来てください。</p> <p>【お問合せ】LINE ID：@707khtbb Instagram：@bookcafe_mitakadai</p>  
29日	(土)	調布市 深大寺	<p>◆サマープログラムプレ企画「植物・生き物の観察レポートをかこう！」</p> <p>午前10時～12時 ※雨天の場合は30日（日）同時刻に延期 神代植物公園植物多様性センター 植物多様性センター内を見学・散策しながらで生き物（植物、虫など）の観察レポートを書きます。 小学生以上で、①、②のいずれかが可能な方のみ ①8月3日・4日のキャラワークスジャパンの2日間のサマープログラム（有料）に参加いただける方 http://charaworks.jp/ または、 ②親子ボランティア参加：親子でご参加いただきながら他のお子さんの見守りもできる方（7月のみの親子参加は無料） 【お申込・お問合せ】 キャラワークス・ジャパン（0422-77-9330） ✉ event@charaworks.jp または charaworks.japan@gmail.com</p>

30日	(日)	連雀	<p>◆のんき子ども食堂</p> <p>正午～午後3時 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) ※連雀コミュニティセンターのロビーに集合し、のんき子ども食堂のスタッフが食堂呑気までお連れします。 参加費：子ども無料、大人300円 対象：幼児、小学校～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> <p>LINE   </p> <p>Instagram  ホームページ </p>
31日	(月)		<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-iyosanshi.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>※7月10日 (月) より受付開始</p> <hr/> <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-iyosanshi.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>※7月10日 (月) より受付開始</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

