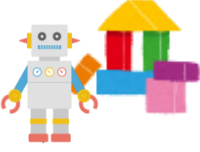












<p>1日</p>	<p>(土)</p>	<p>◆三鷹おもちゃ図書館</p> <p>午前11時～午後3時          みたかボランティアセンター 会議室1 (上連雀8-3-10上連雀分庁舎2階)          無料/直接会場へお越しください。(貸出しのみ)          おもちゃを利用しての遊びと貸し出しを主な活動に、障がいのある子どもたちや未就園の健常児たちのための遊び場とおもちゃを揃えて、楽しく遊んでもらいます。          ※体調確認やご家庭での検温、保護者の方の不織布マスクの着用にご協力ください。また、三密回避のため利用人数や時間などの制限、また休館とする場合があります。</p> 
<p>3日</p>	<p>(月)</p>	<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。          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 data-bbox="1098 645 1308 743" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>参加のご予約は こちらから</p> </div>  <p>◆助産師と一緒に赤ちゃんと遊びましょう</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。          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 data-bbox="1268 1115 1481 1214" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>参加のご予約は こちらから</p> </div> 


		<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) ✉ <a href="mailto:gmtombo@gmail.com">gmtombo@gmail.com</a></p>
6日	(木)	<p>◆しいのみハウス【英語ラウンジ】</p> <p>午前11時～正午 椎の実子供の家 (大沢4-8-8) 地域交流スペース「しいのみハウス」 参加費200円 (お茶・お菓子代として) / 直接会場へお越しください。 日本語が堪能なICU大学の留学生さんや、笑顔が素敵なマルチリンガル♡ママがお待ちしています！ 英語が苦手でも、おしゃべりを聴くだけでも大丈夫です♪ お茶を飲みながら、楽しいひとときを過ごしましょう！ 【問合せ】椎の実子供の家・地域交流スペース「しいのみハウス」 (0422-30-5538) ✉ <a href="mailto:shiinomi-ibasho@bz04.plala.or.jp">shiinomi-ibasho@bz04.plala.or.jp</a> HP 椎の実子供の家 (<a href="http://shiinomi-kodomonoie.com">shiinomi-kodomonoie.com</a>)</p> 
		<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♪♪ お茶とお菓子でほっと一息つけるスペースもあります。 ※マスク着用でご参加ください。 【実施】ほのほのネットけやき班 【問合せ】みたか社協 (0422-76-1271)</p>
10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。 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 data-bbox="1061 1265 1284 1400" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>参加のご予約は こちらから</p> </div> 
11日	(火)	<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>

13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> <hr/> <p>◆外国人ママ・国際結婚ママのためのおしゃべり交流会「テーマ未定」</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> 
14日	(金)	<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/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 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>  <p>LINE公式 アカウントにて 友達募集中!</p> <hr/> <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：会場先着10組・オンライン (Zoom) 先着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>

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>
17日	(月)	新川	<p>◆助産師と一緒に赤ちゃんと遊びましょう</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。          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 data-bbox="1283 510 1497 607" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">             参加のご予約は              こちらから         </div>
		新川	<p>◆マタニティ・ヨーガ教室</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。          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 data-bbox="1027 864 1241 960" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">             参加のご予約は              こちらから         </div>
		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。          【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>


18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）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・午前11時～11時20分：ヨガ</li> <li>・午前11時20分～：絵本の読み聞かせ、手遊び</li> </ul> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>【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>
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&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。</p> <p>※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♪</p> <p>【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>
23日	(日)	下連雀	<p>◆おはなしのおうち</p> <p>正午～17時 三鷹中央通り「三鷹すぱーすあい」前あたり（下連雀3-28-20） ※雨天時：三鷹スペースあい（上記住所、三鷹中央ビル内） 無料 Mマルシェで賑わう三鷹中央通りに、子どもも大人も楽しめる「おはなしのおうち」がやってくる！！ ワークショップや絵本の読み聞かせ、ミニライブ等、いろいろなイベントをお楽しみいただけます。</p> <p>【実施】みたか・子どもと絵本プロジェクト連絡会</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&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。</p> <p>※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♪</p> <p>【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>

28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」</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）          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。          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> <div style="text-align: right;">   </div>
-----	-----	--------	--




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