



NPO、市民活動団体、ボランティア、そしてママたちが一緒になって  
取り組む「親子の居場所づくり」おやこひろば事業。「子育て」をきっかけに、  
新しい出会いと、みんなのしたいことを実現する環境づくりを目的にしています。

2017年6月

【対象】 おおむね0～3歳のお子さんを持つ親子及びプレママ（妊娠中のお母さん）（詳細は各メニューに記載）  
【主催】 特定非営利活動法人みたか市民協働ネットワーク【開催場所】 三鷹市市民協働センター  
【参加方法】 事前申し込み先着順 電話・FAX・メールで三鷹市市民協働センターへ※裏面参照

■お菓子とお茶をご用意しています ■保育なし ■お車でのご来場はご遠慮ください

予約受付 5/15(月)9:00～

1	6/1 (木) 10:30～12:00	<b>ママと英語であ・そ・ほ！</b> ママとのコミュニケーションツールとして英語の歌や製作を行います。対象：1～2歳の子とママ 定員 6組 2,000円(絵本付)	～英語のお歌を楽しもう！～ NPO 法人子育てコンビニ
2	6/5 (月) 10:30～12:00	<b>ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前)</b> 体調にあわせたヨガを。肩こり改善セルフケアもご紹介。対象：ハイハイ前の赤ちゃん和妈妈 定員 8組 1,500円(手作りお菓子付)	～ママの為のヨガで骨盤整えリラックス～ 花莉屋
3	6/8 (木) 10:30～12:00	<b>産前・産後の骨盤ケア</b> ママの体が妊娠・出産・産後でどのように変化をするのか知ろう！お腹の赤ちゃんもすくすく。定員 6組 2,000円(さらし付)	～知って整え、お産も産後も安心～ はっぴいまむず(助産師・整体師 谷京子)
4	6/12 (月) 10:30～12:00	<b>みんな一緒に「ベビーマッサージ」</b> 赤ちゃんの健やかな成長と安眠に◎対象：9か月前の子と保護者 持ち物：バスタオル・授乳ケープ 定員 8組 1,800円 パパ&ママ参加も同額(オイル・シート代込・手作りお菓子付)	～赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう♪～ Mama & Baby
5	6/15 (木) 10:30～12:00	<b>「bloom～生まれたのは私」ふれあい上映会</b> 母になったばかりの約40人のインタビューを集めたドキュメンタリー映画。上映後感想をシェア。定員 8組 800円(手作りお菓子付)	～上映後感想などをシェアするお茶会～ NPO 法人子育てコンビニ
6	6/17 (土) 10:30～12:00	<b>こもれび子育てサロン・おもちゃで遊ぼう</b> 伝えたい・知りたい！よいおもちゃの選び方や想像力を育む遊び！ 定員 6組 500円(パパ&ママ参加も同額)	～おしゃべりとお楽しみの時間～ NPO 法人こもれび
7	6/19 (月) 10:30～12:00	<b>「ベビーサイン」で楽しい子育て♪</b> 簡単で楽しいベビーサインをお歌、ふれあい遊び、読み聞かせをとおし紹介。対象：4ヶ月～1歳半頃定員 8組 1,500円(パパ&ママ参加も同額(手作りお菓子付))	～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～ Mama & Baby
8	6/22 (木) 10:30～12:00	<b>ベビースキンケア講座&amp;足形バッグ制作</b> お子様のスキンケア方法を知ろう&記念品制作！ 対象：3歳までの子とママ 持ち物：授乳ケープ 定員 5組 2,000円(材料費込み)	～赤ちゃんの肌荒れ対策レッスン～ きらきらバース
9	6/26 (月) 10:30～12:00	<b>マタニティヨガ ゆったり骨盤調整で安産力</b> 体調に合わせポーズを。対象：妊娠15週～の健康な方。子連れ2組可※主治医にご相談ください。定員 9組 1,500円(手作りお菓子付)	～骨盤整え、快適マタニティ生活～ 花莉屋(日本マタニティヨーガ協会会員)
10	6/29 (木) 10:30～12:00	<b>こもれび子育てサロン・夏の過ごし方どうしてる？</b> 先輩ママスタッフを交えておしゃべりしながら情報交換。定員 10組 500円	～おしゃべりとお楽しみの時間～ NPO 法人こもれび

注:運動系講座は締め付けの少ない動きやすい服装でご参加ください。飲み物や赤ちゃんの敷物は必要に応じてお持ちください。

※参加費は各NPO・市民活動団体の必要経費です。(釣り銭のないようご注意ください。)

三鷹市市民協働センター

「おやこでよって チョコっとあっぷるーむ」  
6月分 参加申し込みFAX用紙

お名前 (ふりがな)

お子様の年齢・お名前 (ふりがな)

( ) 歳 ( ) ヶ月 ( )

電話番号

FAX 番号

受付開始日 5月15(月) 9:00~

キャンセルは速やかにご連絡ください

◆参加を希望される講座番号を○で囲んでください。

1	6/1 (木) 10:30~12:00	ママと英語であ・そ・ほ! 2,000円(絵本付)	~英語のお歌を楽しもう!~ NPO 法人子育てコンビニ
2	6/5 (月) 10:30~12:00	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) 1,500円(手作りお菓子付)	~ママの為のヨガで骨盤整えリラックス~ 花莉屋
3	6/8 (木) 10:30~12:00	産前・産後の骨盤ケア 2,000円(さうし付)	~知って整え、お産も産後も安心~ はっぴいまむず(助産師・整体師 谷京子)
4	6/12 (月) 10:30~12:00	みんな一緒に「ベビーマッサージ」 1,800円 パパ&ママ参加も同額(オイル・シート代込・手作りお菓子付)	~赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう♪~ Mama & Baby
5	6/15 (木) 10:30~12:00	「bloom~生まれたのは私」ふれあい上映会 800円(手作りお菓子付)	~上映后感想などをシェアするお茶会~ NPO 法人子育てコンビニ
6	6/17 (土) 10:30~12:00	こもれび子育てサロン・おもちゃで遊ぼう 500円(パパ&ママ参加も同額)	~おしゃべりとお楽しみの時間~ NPO 法人こもれび
7	6/19 (月) 10:30~12:00	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ 1,500円(パパ&ママ参加も同額(手作りお菓子付))	~赤ちゃんとお手でコミュニケーション~ Mama & Baby
8	6/22 (木) 10:30~12:00	ベビースキンケア講座&足形バッグ制作 2,000円(材料費込み)	~赤ちゃんの肌荒れ対策レッスン~ きらきらパース
9	6/26 (月) 10:30~12:00	マタニティヨガ ゆったり骨盤調整で安産力 1,500円(手作りお菓子付)	~骨盤整え、快適マタニティ生活~ 花莉屋(日本マタニティヨーガ協会会員)
10	6/29 (木) 10:30~12:00	こもれび子育てサロン・夏の過ごし方どうしてる? 500円	~おしゃべりとお楽しみの時間~ NPO 法人こもれび

★定員を超えた場合、キャンセル待ちされますか? はい ( ) ・いいえ ( )

様

【確認のため FAX させていただきます】

( ) 番のお申し込みありがとうございました。

( ) 番のキャンセル待ちを受け付けました。

特定非営利活動法人みたか市民協働ネットワーク

開館時間：午前9時~午後9時30分(受付は午後9時まで)

休館日：火曜日(火曜日が祝日の場合は祝日明けの平日)

TEL:0422-46-0048 FAX:0422-46-0148

