



「おやこひろば」事業

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」のことで、「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。

平成24年3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）

【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・親子10組（定員制限は各メニューに記載）

受付開始日：2月15日(水)

■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

1	3/1 (木) 10:30～12:00	「bloom～生まれたのは私」ふれあい上映会 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) NPO法人子育てコンビニ	～上映後感想などをシェアするお茶会～
2	3/3 (土) 開始時間注意！ 1:30～15:00	赤ちゃんの気持ちを感じとろう コミュニケーションを促進するワークショップ(お話しとふれあいわらべ歌・手遊び・読み聞かせ)定員6組 800円(ご夫婦1,500円) パパ大歓迎	～直江さんのベビーサイン～ 子育てアドバイザー 直江千恵子
3	3/5 (月) 10:30～12:00	ヨガママ(ハイハイ前) 肩こり改善セルフケアもご紹介。定員9組 対象:ハイハイ前の赤ちゃんとお母さん 1,500円(手作りお菓子付) 花莉屋	～ママの為の骨盤調整ヨガでリラックス～
4	3/8 (木) 10:30～12:00	スリングなど抱っこ用品の選び方、使い方 赤ちゃんの体を知ることで、スリングの良さを知ろう！ 1,500円 はっぴいまむず	～赤ちゃんにやさしい抱っこを考えよう～
5	3/10 (土) 10:30～12:00	ママの「はたらく」を考えよう 子育てや家事との両立、保育園についてなど「ママの働く」についてじっくり考えてみませんか？ 1,000円(手作りお菓子付) NPO法人子育てコンビニ	～子育てと仕事、どんなふうにしてる？～
6	3/15 (木) 10:30～12:00	ベビーマッサージで親子のふれあい♪ 対象:ハイハイ前の赤ちゃんとお母さん。持ち物:バスタオル・赤ちゃんの飲み物・普段のお出かけセット 1,800円(オイル・防水シート代含む・手作りお菓子付) NPO法人子育てコンビニ	～赤ちゃん楽しくコミュニケーション～
7	3/19 (月) 10:30～12:00	ヨガママ(ハイハイ後) 肩こり改善セルフケアもご紹介。定員7組 対象:ハイハイ後赤ちゃんとお母さん 1,500円(手作りお菓子付) 花莉屋	～ママの為の骨盤調整ヨガでリフレッシュ～
8	3/22 (木) 10:30～12:00	ベビーサイン de はっぴー子育て♪ 簡単ベビーサインの始め方をご紹介。対象:4ヶ月～1歳半の子とママ(パパはご遠慮ください) 1,500円(手作りお菓子付) Mama & Baby	～赤ちゃんとお手てで「お話し」タイム～
9	3/24 (土) 10:30～12:00	ベビーマッサージ de すこやか子育て♪ 心と体の成長を促すマッサージ。対象:9ヶ月前の子と保護者。持ち物:バスタオル・授乳ケープ 定員6組 1,800円(ご夫婦2,000円/オイル・防水シート代込/手作りお菓子付) Mama & Baby	～赤ちゃんやさしい「ふれあい」タイム～
10	3/26 (月) 10:30～12:00	産前・産後の骨盤ケア 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育ちます。 2,000円(さらし付) はっぴいまむず(助産師・整体師 谷京子)	～知って整え、お産も産後も安心～
11	3/29 (木) *NEW講座* 10:30～12:00	2歳の為の ママと一緒に Kids Yoga 想像力を膨らませ、Kidsのペースで楽しくポーズ。親子で沢山触れ合い、心を合わせましょう。定員5組 1,500円(手作りお菓子付) 対象:2歳のお子さんとお母さん 花莉屋	～親子で変身！探検！自分発見！リラックス～

※参加費は各NPO・市民活動団体の必要経費になります。

ヨガについて：持ち物:フェイスタオル or 手ぬぐい。締め付けの少ない動きやすい服装でご参加ください。

お申し込み・お問い合わせ先 ※FAX 申込は裏面をご利用ください。

三鷹市市民協働センター 三鷹市下連雀 4-17-23 休館日：火曜日（祝日の場合は直近の平日）
電話：0422(46)0048・FAX:0422(46)0148 メール:kyoudou@collabo-mitaka.jp



「おやこでよって チョコっとあっぷるーむ」
3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：2月15日(水)

キャンセルされる場合は、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	3/1 (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)	~上映後感想などをシェアするお茶会~ NPO法人子育てコンビニ
2	3/3 (土) 1:30~15:00	赤ちゃんの気持ちを感じよう 800円(ご夫婦1,500円) パパ大歓迎	~直江さんのベビーサイン~ 子育てアドバイザー 直江千恵子
3	3/5 (月) 10:30~12:00	ヨガママ(ハイハイ前) 1,500円(手作りお菓子付)	~ママの為の骨盤調整ヨガでリラックス~ 花莉屋
4	3/8 (木) 10:30~12:00	スリングなど抱っこ用品の選び方、使い方 1,500円	~赤ちゃんにやさしい抱っこを考えよう~ はっぴいまむず
5	3/10 (土) 10:30~12:00	ママの「はたらく」を考えよう 1,000円(手作りお菓子付)	~子育てと仕事、どんなふうにしてる?~ NPO法人子育てコンビニ
6	3/15 (木) 10:30~12:00	ベビーマッサージで親子のふれあい♪ 1,800円(オイル・シート代含む・手作りお菓子付)	~赤ちゃん楽しくコミュニケーション~ NPO 法人子育てコンビニ
7	3/19 (月) 10:30~12:00	ヨガママ(ハイハイ後) 1,500円(手作りお菓子付)	~ママの為の骨盤調整ヨガでリフレッシュ~ 花莉屋
8	3/22 (木) 10:30~12:00	ベビーサイン de はっぴー子育て♪ 1,500円(手作りお菓子付)	~赤ちゃんとお手てで「お話し」タイム~ Mama & Baby
9	3/24 (土) 10:30~12:00	ベビーマッサージ de すこやか子育て♪ 1,800円(ご夫婦2,000円/オイル・シート代込/手作りお菓子付)	~赤ちゃんやさしい「ふれあい」タイム~ Mama & Baby
10	3/26 (月) 10:30~12:00	産前・産後の骨盤ケア 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)
11	3/29 (木) 10:30~12:00	2歳の為の ママと一緒に Kids Yoga 1,500円(手作りお菓子付)	~親子で変身! 探検! 自分発見! リラックス~ 花莉屋

★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 ()

To: _____ 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。

From: 特定非営利活動法人みたか市民協働ネットワーク

三鷹市市民協働センター

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(祝日の場合は直近の平日)

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

ホームページアドレス：<http://www.collabo-mitaka.jp/>

