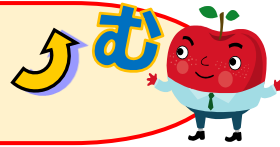


おやこでよって
チョコっとあっぷる



2018年1月

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。

【対象】 おおむね0～3歳のお子さんを持つ親子及びブレママ（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 12/15(金)9:00～

1	1/8 (月) 祝日 10:30～12:00	みんな一緒に「ベビーマッサージ」 赤ちゃんの健やかな成長と安眠に◎対象:2ヶ月-11ヶ月の子と保護者 持ち物:バスタオル・授乳ケープ定員 6組 1,800円 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
2	1/11 (木) 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。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)
3	1/15 (月) 10:30～12:00	「ベビースイン」で楽しい子育て♪ 簡単で楽しいベビースインをお歌、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
4	1/18 (木) 10:30～12:00	ママと英語であ・そ・ぼ！ 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
5	1/22 (月) 10:30～12:00	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) 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
6	1/25 (木) 10:30～12:00	ベビースキンケア講座&足形バッグ制作 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～ きらきらパース
7	1/27 (土) 10:30～12:00	泣き止む、よく寝る抱っここの方法と抱っこひも 赤ちゃんの体、発達を知り抱っこや抱っこ紐の使い方を知ろう！対象:妊婦&首すわりまでの子と保護者 定員 4組 1,500円 (パパ&ママ参加時 2,000円)	～首が座るまでに知っていたい赤ちゃんのこと～ はっぴいまむず
8	1/29 (月) 10:30～12:00	ママの手仕事 やさしくふんわりした色合いの羊毛でママの手作り吊るし雛♪対象:3歳までの子とママ 定員:8組 1,800円 (手作りお菓子付・材料費込)	～羊毛フェルトの吊るし雛を作きましょう～ NPO 法人子育てコンビニ

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用意ください。)

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」

1 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 12/15(金) 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	1/8 (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
2	1/11 (木) 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)
3	1/15 (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
4	1/18 (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
5	1/22 (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
6	1/25 (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)	~赤ちゃんの肌荒れ対策レッスン~ きらきらパース
7	1/27 (土) 10:30~12:00	泣き止む、よく寝る抱っここの方法と抱っこひも 1,500 円(パパ&ママ参加時 2,000 円)	~首が座るまでに知ってほしい赤ちゃんのこと~ はっぴいまむず
8	1/29 (月) 10:30~12:00	ママの手仕事 1,800 円(手作りお菓子付・材料費込)	~羊毛フェルトの吊るし雛を作しましょう~ NPO 法人子育てコンビニ

★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

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 (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

