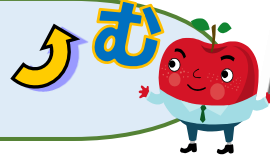


おやこでよって
チョコっとあっぷる



2018年5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 4/16(月)9:00～**

1	5/7 (月) 10:30～12:00	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ 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 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
2	5/10 (木) 10:30～12:00	産前・産後の骨盤ケア 妊娠・出産・産後の変化学んでケア。お腹のベビーすくすく、ママいきいき。対象:3歳までの親子・妊婦 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	5/12 (土) 10:30～12:00	親子ヨガレッチ ベビーのバランス感覚と産後運動に♪対象:6ヶ月～2歳半の子と保護者 持ち物:バスタオル 定員 6組 1,500円(パパ&ママ参加も同額(手作りお菓子付))	～親子で楽しく♪動いて♪&ストレッチ♪～ Kupu-Kupu
4	5/17 (木) 10:30～12:00	色で子育てを楽しく! 色の不思議を体験し、生活に取り入れてみませんか? 対象:妊婦～1歳半頃の子と保護者 定員 6組 2,000円(色育絵本付)	～色育(いろいろ)で心も身体もリフレッシュ～ NPO 法人子育てコンビニ
5	5/19 (土) 10:30～12:00	泣き止む、よく寝る抱っこの方法と抱っこひも 赤ちゃんの体や発達を知り、抱っこや抱っこ紐の使い方を知ろう! 妊婦&首すわりまでの子と保護者 定員 5組 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
6	5/21 (月) 10:30～12:00	みんな一緒に「ベビーマッサージ」 ベビーの健やかな成長と安眠に◎対象:2～11ヶ月の子と保護者 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
7	5/24 (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歳までの子と保護者 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
8	5/28 (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
9	5/31 (木) 10:30～12:00	英語であ・そ・ほ! 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歳の子と保護者 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

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」
5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 4/16(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	5/7 (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
2	5/10 (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	5/12 (土) 10:30~12:00	親子ヨガレッチ 1,500円 パパ&ママ参加も同額(手作りお菓子付)	～親子で楽しく♪動いて♪&ストレッチ♪～ Kupu-Kupu
4	5/17 (木) 10:30~12:00	色で子育てを楽しく! 2,000円(色育絵本付)	～色育(いろいろ)で心も身体もリフレッシュ～ NPO 法人子育てコンビニ
5	5/19 (土) 10:30~12:00	泣き止む、よく寝る抱っこの方と抱っこひも 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
6	5/21 (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
7	5/24 (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
8	5/28 (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
9	5/31 (木) 10:30~12:00	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

★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



※お車でのご来場は遠慮ください。