



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。

2018年8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 7/16(月)9:00～

1	8/2 (木) 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)	～赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう♪～ Mama & Baby
2	8/4 (土) お時間注意! 13:30～15:00	簡単スクラップブック♪(アルバム編) 30cm四方のアルバム1枚作成。対象:1歳～3歳の子と保護者 持ち物:写真5～10枚 定員 5組 1,500円(材料費込み)	～写真のある暮らしを楽しみましょう♪～ クローバーアルバムの会
3	8/6 (月) 10:30～12:00	はじめてのベビーヨガ ヨガの動きと効果をママが赤ちゃんにプレゼント♪対象:2か月～ハイハイ前の赤ちゃん和妈妈 定員:9組 1,500円	～赤ちゃんにもママにもいいこといっぱい～ 花莉屋
4	8/9 (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歳までの母子・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)
5	8/18 (土) 10:30～12:00	簡単スクラップブック♪(A4フレーム編) 木製フレームに写真を可愛く飾り付け。対象:1～3歳の子と保護者 持ち物:写真1～3枚 定員 5組 2,000円(A4フレーム他材料費込み)	～写真のある暮らしを楽しみましょう♪～ クローバーアルバムの会
6	8/20 (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歳半頃 定員 8組 1,500円 パパ&ママ参加も同額	～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～ Mama & Baby
7	8/23 (木) 10:30～12:00	いつでもどこでもベビマ&足形バッグ制作 オイルなしのベビマと記念品制作！対象 2～12ヶ月頃の子と保護者 持ち物:バスタオル・授乳ケープ 定員 5組 2,000円 パパ&ママ参加も同額(材料費込み)	～ママと赤ちゃんのふれあいをサポート～ きらきらバース
8	8/25 (土) 10:30～12:00	パパの育児力アップ講座 赤ちゃん遊びながら育児の悩み解消しよう！対象:パパとハイハイ前の赤ちゃん 持ち物:バスタオル 定員 8組 1,500円	～助産師と育児について話そう～ 三鷹市助産師会
9	8/27 (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	～ママの為のヨガで骨盤整えリラックス～ 花莉屋
10	8/30 (木) 10:30～12:00	カラーセラピーで子育てを楽しく！ 12本のカラーボトルから気になる色を選んで、無意識の自分を見つめなおしてみませんか？定員:6組 1,500円	～色彩心理で心も身体もリフレッシュ～ 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」
8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 7/16(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	8/2 (木) 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)	～赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう♪～ Mama & Baby
2	8/4 (土) 13:30~15:00	簡単スクラップブック♪(アルバム編) 1,500円(材料費込)	～写真のある暮らしを楽しみましょう♪～ クローバーアルバムの会
3	8/6 (月) 10:30~12:00	はじめてのベビーヨガ 1,500円	～赤ちゃんにもママにもいいこといっぱい～ 花莉屋
4	8/9 (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)
5	8/18 (土) 10:30~12:00	簡単スクラップブック♪(A4フレーム編) 2,000円(A4フレーム他材料費込)	～写真のある暮らしを楽しみましょう♪～ クローバーアルバムの会
6	8/20 (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)	～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～ Mama & Baby
7	8/23 (木) 10:30~12:00	いつでもどこでもベビマ&足形バッグ制作 2,000円(パパ&ママ参加も同額(材料費込))	～ママと赤ちゃんのふれあいをサポート～ きらきらバース
8	8/25 (土) 10:30~12:00	パパの育児力アップ講座 1,500円	～助産師と育児について話そう～ 三鷹市助産師会
9	8/27 (月) 10:30~12:00	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) 1,500円	～ママの為のヨガで骨盤整えリラックス～ 花莉屋
10	8/30 (木) 10:30~12:00	カラーセラピーで子育てを楽しく! 1,500円	～色彩心理で心も身体もリフレッシュ～ 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

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「米場」は「遠慮ください」。