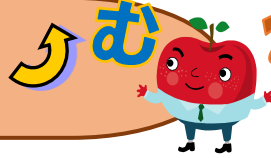




おやこでよって
チョコっとあっぷる



2018年
10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だ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 9/17(月)9:00～

1	10/1 (月) 10:30～12:00	簡単スクラップブック♪(A4 フレーム編) ～写真のある暮らしを楽しみましょう♪～ 木製フレームに写真を可愛く飾り付け。対象:あんよ～3歳の子と保護者 持ち物:写真1～3枚 定員5組 2,000円(材料費込) クローバーアルバムの子
2	10/4 (木) 10:30～12:00	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ ～赤ちゃんとお手でコミュニケーション～ 簡単で楽しいベビーサインをお歌、ふれあい遊び、読み聞かせをとし紹介。対象:4ヶ月～1歳半の子と保護者 1,500円 Mama & Baby 定員8組
3	10/6 (土) お時間注意! 13:30～15:00	色で子育てを楽しく! ～色育(いろいろ)で心も身体もリフレッシュ～ 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・3歳までの子と保護者 定員6組 2,000円(色育絵本付) NPO 法人子育てコンビニ
4	10/8 (月) 祝日 10:30～12:00	簡単スクラップブック♪(アルバム編) ～写真のある暮らしを楽しみましょう♪～ 30cm四方のアルバム1枚作成。対象:あんよ～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) クローバーアルバムの子
5	10/11 (木) 10:30～12:00	産前・産後の骨盤ケア ～知って整え、お産も産後も安心～ 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:妊婦・3歳までの母子 2,000円(さらし付) はっぴいまむず(助産師・整体師 谷京子) 定員6組
6	10/15 (月) 10:30～12:00	みんな一緒に「ベビーマッサージ」 ～赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう♪～ 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(オイル・シート代込) Mama & Baby
7	10/18 (木) 10:30～12:00	楽しく羊毛フェルト ハロウィンの飾りを作ろう! 専用針と羊毛を使って飾りを作ります。対象:妊婦・3歳までの子と保護者 定員8組 1,800円(材料費・専用針込) NPO 法人子育てコンビニ
8	10/20 (土) 10:30～12:00	親子ヨガレッチ ～親子で楽しく♪動いて♪&ストレッチ♪～ 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 Kupu-Kupu
9	10/22 (月) 10:30～12:00	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) ～ママの為のヨガで骨盤整えリラックス～ 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 花莉屋
10	10/25 (木) 10:30～12:00	いつでもどこでもベビマ&足形バッグ制作 ～ママと赤ちゃんのふれあいをサポート～ オイルなしのベビマと記念品制作! 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5組 2,000円(材料費込) きらきらバース
11	10/29 (月) 10:30～12:00	子育てを楽しむために ～子育てコンビニメンバーとお茶会しましょう～ 三鷹子育て情報などのおしゃべりやママ友づくりをしましょう! 対象:妊婦・3歳までの子と保護者 定員10組 300円(ご夫婦の場合は600円) 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」
10月分 参加申し込みFAX用紙

お名前 (ふりがな)

お子様の月齢・お名前 (ふりがな)

() 歳 () ヶ月 ()

電話番号

FAX 番号

受付開始日 9/17(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	10/1 (月) 10:30~12:00	簡単スクラップブック (A4 フレーム編) 2,000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研究会
2	10/4 (木) 10:30~12:00	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ 1,500円	~赤ちゃんとお手でコミュニケーション~ Mama & Baby
3	10/6 (土) 13:30~15:00	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
4	10/8 (月) 10:30~12:00	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研究会
5	10/11 (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)
6	10/15 (月) 10:30~12:00	みんな一緒に「ベビーマッサージ」 1,800円(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
7	10/18 (木) 10:30~12:00	楽しく羊毛フェルト 1,800円(材料費・専用針込)	ハロウィンの飾りを作ろう! NPO 法人子育てコンビニ
8	10/20 (土) 10:30~12:00	親子ヨガレッチ 1,500円	~親子で楽しく♪動いて♪&ストレッチ♪~ Kupu-Kupu
9	10/22 (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	10/25 (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(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
11	10/29 (月) 10:30~12:00	子育てを楽しむために 300円(ご夫婦で参加は600円)	~子育てコンビニメンバーとお茶会しましょう~ 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。

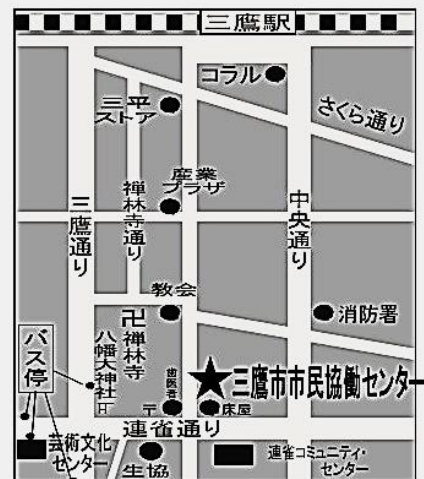
特定非営利活動法人みたか市民協働ネットワーク

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



※お車でのご来場はご遠慮ください。