



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

2018年12月

■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 11/15(木)9:00

1	12/1 (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: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)	～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
2	12/3 (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
3	12/6 (木) 10:30～12:00	ママ護身術エクササイズ (キック編) エクササイズでベビーを守るキックも練習♪対象:首座り～ハイハイまでの子とママ 持ち物:抱っこ紐 定員6組 1,500円(防犯ホイッスル付)	～だっこしたまま、強いママ～ アイ・リコサイズ
4	12/10 (月) 10:30～12:00	楽しく羊毛フェルト 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)	クリスマス飾りを作ろう! NPO 法人子育てコンビニ
5	12/13 (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歳までの子とママ・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)
6	12/15 (土) 10:30～12:00	簡単スクラップブック♪(クリスマスリース編) 紙製クリスマスフレームに写真を飾り付け。対象:あんよ～3歳の子と保護者 持ち物:写真1～3枚 定員4組 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
7	12/17 (月) 10:30～12:00	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ 簡単に楽しいベビーサインを歌、ふれあい遊び読み聞かせで紹介。対象:4～1歳半の子と保護者 定員8組 1,500円	～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～ Mama & Baby
8	12/20 (木) 10:30～12:00	色で子育てを楽しく! クリスマスや冬の色の楽しみ方のお話をします。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)	～色育(いろいろ)クリスマス編～ NPO 法人子育てコンビニ
9	12/22 (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:ハイハイ前の子とパパ 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
10	12/27 (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2～11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)	～ママと赤ちゃんのふれあいをサポート～ きらきらパース

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注意ください。)

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」
12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 11/15(木) 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	12/1 (土) 13:30~15:00	簡単スクラップフッキング♪(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
2	12/3 (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
3	12/6 (木) 10:30~12:00	ママ護身術エクササイズ (キック編) 1,500円(防犯ホイッスル付)	~だっこしたまま、強いママ~ アイ・リコサイズ
4	12/10 (月) 10:30~12:00	楽しく羊毛フェルト 1,800円(材料費,専用針込)	クリスマス飾りを作ろう! NPO 法人子育てコンビニ
5	12/13 (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	12/15 (土) 10:30~12:00	簡単スクラップフッキング♪(クリスマスリース編) 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
7	12/17 (月) 10:30~12:00	「ベビーサイン」で楽しい子育て♪ 1,500円	~赤ちゃんとお手てでコミュニケーション~ Mama & Baby
8	12/20 (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)クリスマス編~ NPO 法人子育てコンビニ
9	12/22 (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
10	12/27 (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~ きらきらパース

★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

