



**\*おやこでよって\***  
**チョコっとあっぷる**



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 1/15(水)9:00～

1	<b>2/6 (木)</b> 10:30～12:00	<b>強みを知って子育てに自信を</b> カードに書かれたテーマの話をして自分の良さを再発見！対象:3歳までの子とママ・妊婦 定員 6組 <b>1,500円</b>	～自分の良さを活かしてハッピー子育て♪～ M's キャリアガーデン
2	<b>2/10 (月)</b> 10:30～12:00	<b>「bloom～生まれたのは私」ふれあい上映会</b> 母になった約40人の話を集めたドキュメンタリー上映後シェア。対象:3歳までの子と保護者・妊婦 定員 8組 <b>800円(ご夫婦参加時 1,600円)</b>	～上映後感想などをシェアするお茶会～ NPO法人子育てコンビニ
3	<b>2/13 (木)</b> 10:30～12:00	<b>産前・産後の骨盤ケア</b> 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 <b>2,000円(さらし付)</b>	～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)
4	<b>2/17 (月)</b> 10:30～12:00	<b>みんな一緒に「ベビーマッサージ」</b> 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 <b>1,800円(オイル・シート代込)</b>	～赤ちゃんとのふれあいを楽しみましょう♪～ Mama & Baby
5	<b>2/20 (木)</b> 10:30～12:00	<b>楽しく羊毛フェルト</b> 雛飾りを作ります。成長と共に素敵な思い出の品に。対象:3歳までの子と保護者・妊婦 定員 8組 <b>1,800円(材料費・専用針込)</b>	～羊毛フェルトでつるし雛を作しましょう～ NPO法人子育てコンビニ
6	<b>2/24 (月)</b> 振替休日 10:30～12:00	<b>「ベビーサイン」で楽しい子育て♪</b> 簡単で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ヶ月～1歳半の子と保護者 定員 8組 <b>1,500円</b>	～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～ Mama & Baby
7	<b>2/27 (木)</b> 10:30～12:00	<b>いつでもどこでもベビーマッサージ</b> オイルなしで服の上からのベビマ♪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 <b>1,500円</b>	～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	<b>2/29 (土)</b> 10:30～12:00	<b>子育ての言葉かけ講座&amp;抗菌スプレー作り</b> イヤイヤ期の言葉かけについてお話ししましょう&香りでリフレッシュ。対象:1歳半～3歳の子と保護者 定員 6組 <b>1,500円(材料費込み)</b>	～マスクにかける天然アロマ抗菌スプレー作り～ あおぞら

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。

★対象が保護者の講座はご夫婦参加 OK です。

「おやこでよって チョコっとあっぷるーむ」  
2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 1/15(水) 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	<b>2/6 (木)</b> 10:30~12:00	<b>強みを知って子育てに自信を</b> 1,500 円	~自分の良さを活かしてハッピー子育て♪~ M's キャリアガーデン
2	<b>2/10 (月)</b> 10:30~12:00	<b>「bloom~生まれたのは私」ふれあい上映会</b> 800 円(ご夫婦参加時 1,600 円)	~上映後感想などをシェアするお茶会~ NPO法人子育てコンビニ
3	<b>2/13 (木)</b> 10:30~12:00	<b>産前・産後の骨盤ケア</b> 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)
4	<b>2/17 (月)</b> 10:30~12:00	<b>みんな一緒に「ベビーマッサージ」</b> 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
5	<b>2/20 (木)</b> 10:30~12:00	<b>楽しく羊毛フェルト</b> 1,800 円(材料費・専用針込)	~羊毛フェルトでつるし雛を作りましょう~ NPO法人子育てコンビニ
6	<b>2/24 (月)</b> 10:30~12:00	<b>「ベビーサイン」で楽しい子育て♪</b> 1,500 円	~赤ちゃんとお手てでコミュニケーション~ Mama & Baby
7	<b>2/27 (木)</b> 10:30~12:00	<b>いつでもどこでもベビーマッサージ</b> 1,500 円	~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	<b>2/29 (土)</b> 10:30~12:00	<b>子育ての言葉かけ講座&amp;抗菌スプレー作り</b> 1,500 円(材料費込み)	~マスクにかける天然アロマ抗菌スプレー作り~ あおぞら

★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



※お車でのご来場は「遠慮ください。」

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