



おやこでよって
チョコっと あっぷる



2024年



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。

※ティータイムあります

【対象】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)

※対象「保護者」講座:ご夫婦参加 OK

【保育】なし【駐車場】利用できません【参加費】当日会場でお支払い

【予約】事前WEB予約【企画・運営】おやこひろば実施協議会

予約開始

9/10(火)9:00



10/7 (月)	楽しく羊毛フェルト ふわふわ羊毛をお湯でこねて制作。手芸が苦手でもOK。対象:3歳までの子と保護者・妊婦	～親子で使えるミニマフラーを作ろう!～
10:30～12:00	2,000円(材料費込) (夫婦歓迎)	NPO法人子育てコンビニ
10/10 (木)	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	～知って整え、お産も産後も安心～
10:30～12:00	2,000円(さらし付)	はっぴいまむず(助産師整体師 谷京子)
10/17 (木)	ハーブでこころとからだケア(代謝編) ハーブをつかったケアを体験&ケアグッズ制作 対象:3歳までの子とママ	～ハーブを使ったケアでママの癒し時間～
10:30～12:00	1,500円(材料費込)	はねやすめ庵
10/19 (土)	ヨガママで骨盤調整(ハイハイ前) リクエストに応じてヨガを楽しみます。肩こり改善セルフケアもご紹介。対象:ハイハイ前の子とママ 持ち物:タオル	～ママの為のヨガで骨盤整えリラックス～
10:30～12:00	1,500円	Hanariya Yoga
10/21 (月)	ベビーマッサージでママと赤ちゃんの素肌スキンシップ オイルで優しく素肌のマッサージ♪ 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	～ふれあいを楽しみましょう～
10:30～12:00	1,800円(夫婦歓迎)	Mama & Baby
10/24 (木)	足形つきのバッグを作ろう! かわいいあんよをバッグにベッタン 対象:3歳までの子と保護者 持ち物:授乳ケープ	～お子様の成長を形に残す記念品製作～
10:30～12:00	1,200円(材料費込)(夫婦歓迎)	きらきらバース
10/28 (月)	簡単スクラップブック♪(A4フレーム編) A4フレームに写真を可愛く飾り付け。対象:3歳までの子と保護者・妊婦 持ち物:写真1-3枚	～写真のある暮らしを楽しみましょう～
10:30～12:00	1,500円(材料費込)(夫婦歓迎)	クローバーアルバムの家
10/31 (木)	「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歌、ふれあい遊び読み聞かせで紹介。対象:4～18ヶ月の子と保護者	～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～
10:30～12:00	1,500円(夫婦歓迎)	Mama & Baby

- ★各講座詳細は予約サイトをご覧ください。
- ★参加費は各NPO・市民活動団体の必要経費です。
- ★感染予防にご協力ください。

【主催】NPO 法人みたか市民協働ネットワーク

【会場】三鷹市市民協働センター

【開館時間】9:00～21:00

【休館日】火曜日(祝日の場合翌平日)

【TEL】0422-46-0048

