

# おやこでよって ちょこっとあっぷるーむ

「おやこひろば」は地域のひとやママたちが一緒になって創る楽しい子育ての場所です。  
おやこでの初体験!新しい出会いを求めて…気分転換に…あなたも参加してみませんか?

JUNE 2026

会場 三鷹市市民協働センター・ミーティングルーム  
対象 主に0才～未就学児のお子さんをもつ親子、妊娠中の方  
時間 10:30～12:00(お茶会あり)  
保育 なし  
参加費 当日現金払い  
詳細・申し込み 右記QRコードより(事前予約制)

予約開始  
5/10(日)9:00～  
持ち物の確認はこちら



月曜日	木曜日	土曜日
<p><b>1日</b></p> <p><b>すやすやベビーヨガ&amp;抱っこ</b></p> <p>ヨガの贈り物。ベビーご機嫌リラックス</p> <p>対象:2カ月～ハイハイ前の子と母親 参加費:1,500円</p> <p>Hanariya Yoga</p>	<p><b>4日</b></p> <p><b>テコンドーで産後の体型戻し</b></p> <p>産後シェイプアップ&amp;ストレス解消!</p> <p>対象:首据わり～未就学児と母親 参加費:1,500円</p> <p>アイ・リコサイス</p>	<p><b>6日</b></p> <p><b>はじめての、ふっくら立体手形</b></p> <p>助産師と一緒に作るワークショップ</p> <p>対象:0才1カ月～未就学児と保護者 参加費:2,000円(材料費込)</p> <p>いのちの応援舎 おびなずき</p>
<p><b>8日</b></p> <p><b>ふれあい「ベビーマッサージ」</b></p> <p>オイルでやさしく素肌のマッサージ</p> <p>対象:2～11カ月の子と保護者 参加費:1,800円</p> <p>Mama&amp;Baby</p>	<p><b>11日</b></p> <p><b>産前産後の体整う骨盤ケア講座</b></p> <p>出産前後の身体の変化学んでケアしよう</p> <p>対象:0才～未就学児の母親・妊婦 参加費:2,000円(さらし付)</p> <p>はっぴいまむず(助産師整体師 谷京子)</p>	<p></p> <p>お茶会あります</p>
<p><b>15日</b></p> <p><b>子育て×働き方講座:復帰編</b></p> <p>お仕事復帰後の両立をシミュレーション</p> <p>対象:0才～未就学児の母親・妊婦 ★育休中以外の方も 参加費:1,000円(未来年表付)</p> <p>M'sキャリアガーデン</p>	<p><b>18日</b></p> <p><b>私を整えるハーブティー 腸活編</b></p> <p>不調を整え、心と体を癒やすブレンド体験</p> <p>対象:0才～未就学児と保護者 参加費:1,500円(材料費込)</p> <p>はねやすめ庵</p>	<p><b>20日</b></p> <p><b>私の妊娠・出産体験お話し会</b></p> <p>ママ達の声を集めた映画の上映も</p> <p>対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:800円</p> <p>NPO法人子育てコンビニ</p>
<p><b>22日</b></p> <p><b>世界に一つのフォトフレーム</b></p> <p>A4サイズのフレームに可愛く作成</p> <p>対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:1,500円(材料費込)</p> <p>クローバーアルバムの会</p>	<p><b>25日</b></p> <p><b>いつでも安心ベビーマッサージ</b></p> <p>お洋服の上からできるベビーマッサージ</p> <p>対象:2～11カ月の子と保護者 参加費:1,500円</p> <p>きらきらバース</p>	<p><b>27日</b></p> <p><b>アレンジ花遊び フラワーサシェ編</b></p> <p>季節のお花に触れ楽しい時間の体験を!</p> <p>対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:2,000円(材料費込)</p> <p>ミルフィオリ</p>
<p><b>29日</b></p> <p><b>カラーセラピーで日常を豊かに</b></p> <p>色のボトルを選んで自分と向き合う時間</p> <p>対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:1,500円</p> <p>NPO法人子育てコンビニ</p>	<p></p>	<p>企画・運営 おやこひろば実施協議会</p> <p>HPはこちら→</p>