

おやこでよって チョコッとあっぷるーむ



「おやこひろば」は地域のひとやパパ・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?

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
(★12日(土)のみ13:30～15:00)
保育 なし
詳細・申し込み 右記QRコードより(事前予約制)

DECEMBER 2026

予約開始

11/10(火)9:00～
持ち物の確認はこちら



月曜日	木曜日	土曜日
 お茶会あります 	3日 テコンドーで産後の体型戻し 産後シェイプアップ&ストレス解消! 対象:首据わり～未就学児と母親 参加費:1,500円 アイ・リコサイス	5日 ・夫婦歓迎・ すやすやベビーヨガ&抱っこ ヨガの贈り物。ベビーご機嫌リラックス 対象:2カ月～ハイハイ前の子と保護者 参加費:1,500円(夫婦参加+1,000円) Hanariya Yoga
子育てのこと お家のこと いろいろおはなし できますよ 	10日 ・夫婦歓迎・ ポーズラーツでおや子時間 食事が楽しくなるプレート作り 対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:2,500円(材料費込) ポーズラーツETAPE	12日★ ・夫婦歓迎・ フラワーアレンジを楽しむ 親子で花遊び 2027年お正月しめ飾り編 対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:2,000円(材料費込) ミルフィオリ
14日 ・夫婦歓迎・ ふれあい「ベビーマッサージ」 オイルでやさしく素肌のマッサージ 対象:2～11カ月の子と保護者 参加費:1,800円 Mama&Baby	 協働センター おやこひろば	19日 ・夫婦歓迎・ 羊毛フェルト～お正月編～ 羊毛を針で固めて干支の羊を作ります! 対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:2,000円(材料費込) NPO法人子育てコンビニ
21日 子育て×働き方講座:復帰編 お仕事復帰後の両立をシミュレーション 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) M'sキャリアガーデン	24日 ・夫婦歓迎・ いつでも安心ベビーマッサージ お洋服の上からできるベビーマッサージ 対象:2～11カ月の子と保護者 参加費:1,500円 きらきらバース	
 パパもきてね!	企画・運営 おやこひろば実施協議会 	 HPはこちら→ 