



\*おやこでよって\*  
チョコ つと あっぷる



2026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

【対象】0才～未就学のお子さんを持つ親子及びプレママ（妊娠中のママ）

※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

12/10(水)9:00



<b>1/8 (木)</b>	<b>産前・産後の骨盤ケア</b>	～知つて整え、お産も産後も安心～
10:30～12:00	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:0才～未就学児のママ・妊婦 2,000円（さらし付）	はっぴいまむず（助産師整体師 谷京子）
<b>1/10 (土)</b>	<b>フラワーアレンジを楽しむ(春のお花生アレンジメント編)</b>	～親子で花あそび～
10:30～12:00	季節のお花を使い制作します 対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 持ち物:持ち帰り用 Bag・エプロン 1,500円（材料費込）(夫婦歓迎)	ミルフィオリ
<b>1/15 (木)</b>	<b>カラーセラピーで子育てを楽しく！</b>	～色彩心理で性格分析～
10:30～12:00	気になるカラーボトルを選んで今を見つめなおしてみませんか？対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 1,500円（夫婦歓迎）	NPO 法人子育てコンビニ
<b>1/17 (土)</b>	<b>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</b>	～ふれあいを楽しみましょう～
10:30～12:00	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 1,800円(夫婦歓迎)	Mama & Baby
<b>1/19 (月)</b>	<b>ハーブでこころとからだケア (デトックス編)</b>	～ハーブを使って過ごすリラックス時間～
10:30～12:00	自分好みのブレンドティーを作りながらハーブについて学べます 対象:0才～未就学児と保護者 1,500円（材料費込）	はねやすめ庵
<b>1/22 (木)</b>	<b>いつでもどこでもベビーマッサージ</b>	～ママと赤ちゃんのふれあいをサポート～
10:30～12:00	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 1,500円(夫婦歓迎)	きらきらバース
<b>1/24 (土)</b>	<b>「ベビーサイン」で楽しい子育て♪</b>	～赤ちゃんとお手てでコミュニケーション～
10:30～12:00	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 1,500円（夫婦歓迎）	Mama & Baby
<b>1/26 (月)</b>	<b>簡単スクラップブッキング♪ (A4フレーム編)</b>	～写真のある暮らしを楽しみましょう～
10:30～12:00	A4フレームに写真を可愛く飾り付け。対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 持ち物:写真 1-3枚 1,500円（材料費込）(夫婦歓迎)	クローバーアルバムの会

- ★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

