

おやこでよって チョコっとあっぷるーむ 8

「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(★8日(土)のみ13:30～15:00)

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)

AUGUST 2026

予約開始

7/10(金)9:00～

持ち物の確認はこちら



月曜日	木曜日	土曜日
 涼しいお部屋で あそぼう!	6日 <u>テコンドーで産後の体型戻し</u> 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	8日★ ・夫婦歓迎・ <u>すやすやベビーヨガ&抱っこ</u> 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
10日 ・夫婦歓迎・ <u>ふれあい「ベビーマッサージ」</u> 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	13日 <u>産前産後の体整う骨盤ケア講座</u> 出産前後の身体の変化学んでケアしよう 対象:0才～未就学児の母親・妊婦 参加費:2,000円(さらし付) はっぴいまむず(助産師整体師 谷京子)	パパもきてね! 
お茶会あります 	協働センター おやこひろば 	
24日 ・夫婦歓迎・ <u>世界に一つのフォトフレーム</u> A4サイズのフレームに可愛く作成 対象:0才～未就学児と保護者・妊婦 参加費:1,500円(材料費込) クローバーアルバム会	27日 ・夫婦歓迎・ <u>いつでも安心ベビーマッサージ</u> 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 きらきらバス	SUMMER 
31日 ・夫婦歓迎・ <u>親子で楽しむ英語リズム遊び</u> ミニリミックと絵本で英語を身近に 対象:6カ月～未就学児と保護者 参加費:1,000円 NPO法人子育てコンビニ	企画・運営 おやこひろば実施協議会 	HPはこちら→ 