



ふたご・みつごの 親の交流会

ふたご（みつご）ママパパにしか分からない子育ての
楽しみや工夫、大変さをゆっくり話しませんか。
ふたごを妊娠された方の参加もお待ちしています。



- | | | |
|---|-----|----------------|
| | 第1回 | 令和7年 5月30日（金） |
| ★ | 第2回 | 令和7年 7月14日（月） |
| ☆ | 第3回 | 令和7年 9月29日（月） |
| | 第4回 | 令和7年 11月 4日（火） |
| ★ | 第5回 | 令和8年 1月 6日（火） |
| ☆ | 第6回 | 令和8年 3月16日（月） |

妊娠中の方の
ご参加も
お待ちしております

ご家族の
皆さんもぜひ
ご参加ください

時 間 午前10時～11時30分
会 場 三鷹市総合保健センター
※詳細は裏面をご覧ください

★☆7.9.1.3月は、
交流会中に外部講師による親子遊びやストレッチを行う予定です。

【対 象】 三鷹市在住のふたご（みつご）をもつ保護者及び妊娠中の方

【定 員】 先着16人

【保 育】 18人（9時45分よりお預かりします）
オムツ替え一式、飲み物をお持ちください。

【申込み】 ①または②どちらかの方法でお申し込みください。
※電子申請の申込みは1週間前まで受け付けます。

①電子申請…右のQRコードを読み取り、必要事項を
入力してください。

②電話…平日9時～17時の間に保健センターへお電話ください。



【問合せ】 三鷹市総合保健センター（三鷹中央防災公園・元気創造プラザ2階）
住所…三鷹市新川6-37-1 電話…0422-46-3254

【場所】



バス

「三鷹市役所前」または「三鷹農協前」下車

* 三鷹駅からは…仙川行き、晃華学園東行き

* 吉祥寺駅からは…調布駅北口行き

* 武蔵境駅からは…吉祥寺駅行き

* 調布駅からは…吉祥寺駅行き

など

コミュニティバス

「中央防災公園・元気創造プラザ」下車

* 北野ルート（三鷹駅南口～北野）

* 新川・中原ルート

（三鷹中央防災公園・元気創造プラザ～つつじヶ丘駅）

※元気創造プラザ内に駐車場はありません。

車で来られる際は、隣接する市役所の駐車場をご利用ください。