

別表

公立保育園		今後の予定
園 名	電話番号	
中央	40-7540	1月23日(金)お正月遊び 2月3日(火)節分つてなあに？ 19日(木)運動遊具で遊ぼう！
南浦東	40-7166	2月5日(木)人形劇であそびましょ！
あけぼの	40-7555	1月29日(木)小麦粉粘土 2月3日(火)節分集会 26日(木)ごっこ遊び
南浦西	40-7551	1月27日(火)体操、親子のふれあいあそび 2月24日(火)エブロンシアター
西野	39-7030	2月13日(金)体を使って遊ぼう(リズムあそび・ボールプール)
三鷹台	40-7164	2月6日(金)大きなあれ(体位測定・試食) 26日(木)大きなあれ(子育てミニ講座)
山中	40-7542	2月5日(木)いっしょにあそぼう(リズムあそび・体位測定)
高山	40-7162	2月12日(木)パネルシアター・園庭
中原	40-7170	2月19日(木)みんなあつまれドンドンドン(リズム遊び)
下連雀	40-7160	2月3日(火)節分
野崎	39-7050	1月19日(月)けやき苑との誕生会 2月5日(木)ミニ集会とボールプールであそぼう
新川	40-7553	1月29日(木)誕生会(1月生まれのお友達のお祝いと保育士の出し物)・ホールで遊ぼう 2月4日(木)乳児お楽しみ会(歌・手遊びなど) 26日(木)誕生会・ホールであそぼ
上連雀	40-7168	1月22日(木)リズムであそぼ！・試食会(要予約) 2月3日(火)節分集会へようこそ！・試食会(要予約) 26日(木)お楽しみ会・お部屋であそぼ！・試食会(要予約)
東台	79-7728	1月28日(水)なかよし広場 2月25日(水)なかよし広場(身体測定・保健相談)
三鷹駅前	79-5441	1月19日(月)人形劇 2月16日(月)いろんな紙で遊ぼう

私立保育園		今後の予定
園 名	電話番号	
第二小羊チャイルドセンター	43-9754	2月7日(土)講演会「輝いてお母さん」・作品展示と餅つき会
井の頭	43-7916	1月24日(土)わらべうた・おはなし会 25日(日)恒例！冬まつり 2月13日(金)公開保育・いっしょに遊びましょう 14日(土)わらべうた・お話会(幼児以上～小学生低学年) 28日(土)わたべうた・お話会(幼児以上～小学生低学年)
みたか小鳥の森	45-4558	1月22日(木)体験保育・試食 2月5日(木)体験保育・試食 19日(木)体験保育・試食
あかね	49-2671	1月30日(金)カードゲームで遊ぼう 2月19日(木)お店屋さんごっこ
みたかつくんぼ	03-3308-3507	2月5日(木)子育て相談(保育士・栄養士・看護師)・同年齢児とのあそびと食事 12日(木)小児科医による医療相談・健康診断
椎の実子供の家	32-4103	1月21日(水)園庭開放・離乳食講習会(要予約) 28日(水)園庭開放(絵本返却)・給食体験(要予約) 2月4日(水)園庭開放(身体測定) 18日(水)園庭開放(絵本貸し出し)・離乳食講習会(要予約) 25日(水)園庭開放(絵本返却)・給食体験(要予約)
三鷹木の実	31-9088	2月3日(火)節分こども集会 14日(土)お買いものごっこ

講座・教室



■中高生ホームページ作成講座

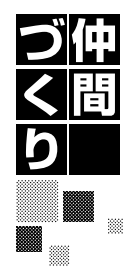
好きな画像を取り入れたり、レイアウトを考えたり...自分のホームページを作ってみよう。実際にインターネット上にも公開します。基礎から応用までを、シニアSOHOホームページ講座主任講師の久保律子さんが丁寧に教えてくれます。

▽2月7日～28日の毎週土曜日(全4回)午後2時～4時、東児童館で。3月25日(木)午後2時～5時にフオーアップ講座あり。

▼1月19日(月)～28日(水)に、名前・学年または年齢・電話番号を、電話またはファクスで同館へ申し込む。定員5人(定員を超えた場合は抽選)。

※所得制限はありません。保護者の方の銀行口座番号がわかるものと印鑑を持参し、子育て支援室(市役所4階④番窓口)へ申し込む。

※子育て支援室(内線2675) 所得のない18歳未満の児童を4人以上養育している市民



主により市内で活動するサクルの会員募集コーナー！

◆政治宗教活動、営利を目的とするものは掲載不可

◆掲載内容についての責任は主催者側に負っていただきます。

◆新規の掲載希望や前回の掲載から間隔の空いたサクルを優先します。

■まちづくり三鷹のパソコンスクール

◆「お名前シール」と「イラスト入りの楽しいお知らせ」作成講座 2月9日(月)または25日(水)の午前10時～午後1時、受講料4千円。

◆入門「マウス・キーボード操作に慣れよう」 2月4・11日の水曜日(全2回) 午前10時～午後0時30分、受講料4千円、テキスト代300円。

◆入門「はじめようインターネット・Eメール」 2月3・10・17・24日の火曜日(全4回) 午前10時～午後0時30分、受講料1万円、テキスト代1千400円。

◆初級「じっくりワードA土曜集中」 2月7日(土)午前10時～午後4時、受講料8千円、テキスト代2千100円。

◆初級「しっかりエクセルA土曜集中」 2月21日(土)午前

会費などくわしくはお問い合わせを。

◆熊澤宅 ☎31-0267

◆ソフトテニス・キング 三鷹ソフトテニス連盟加入。対象は多少経験のある方。年齢・性別は問いません。毎週土・日曜日2日間6時間ぐ

◆健康マージャン (社長寿社会文化教会主催。「賭けない」がモットー。会員150人。毎週火曜日午前11時～午後4時。入会金500円、会費1回1千500円、くわしくは加藤宅 ☎22-1390

◆わくわくスポーツクラブ 対象は障害を持つ方。ボールや器具を使った運動やエアロビクス。親子参加で。毎月1回土曜日午前10時30分～11時30分、第二体育館で。会費月額500円。

◆田柄宅 ☎34-1084

■人生を楽しむ 生きるための ストレス解消法

西社会教育会館・大沢住民協議会連携事業。人生を楽しむ生きるためにストレスを蓄積することは禁物。心の病気のことも勉強しながら、ストレス解消法について考えます。

▽2月8日(月)午前10時～午後2時 大沢コミュニティセンターで。講師は栄養士の得能昭子さん。材料費500円。エブロン・パンタナ持参。

▼2月5日(木)までに、同センター(火曜日休館) ☎32-6986へ申し込む。先着24人。

夜・芸術文化センターなどで。会費月額3千円。

◆ツボとケイラク健康法の勉強会 東洋医学を基礎に、食養とツボとケイラクを勉強し、健康を守りましょう。毎月第2水曜日から午後1時30分～午後2時、三鷹駅前地区公会堂で。テキスト代1千円(初回のみ)、受講料1回2千円。

◆フラダンス・フラホアピリ 幅広い年齢の方に楽しく踊れます。体験無料、見学歓迎。月3回金曜日午前10時～11時、芸術文化センターほかで。入会金1千円、会費月額3千500円。

◆荒瀬宅 ☎090-3878-2568

◆音楽振興協会 歌や楽器演奏などのロマン溢れる心豊かなサークル活動で社会福祉に貢献します。会場は大沢コミュニティセンター、週2回程度を予定。会費無料。

◆箕輪宅 ☎33-0303

◆タングアンサンブル クラシック、ヨーロッパタンゴ、欧米民謡など。弦楽器、木管楽器の多少の経験のある方歓迎。初心者可。指導はボストン音大卒業生。月2回土曜日

10時～午後4時、受講料8千円、テキスト代2千100円。いずれも三鷹産業プラザITルームで。

■健康セミナー 「生活習慣病に関する 全般的な話」

三鷹駅周辺住民協議会主催。いつまでも健康に生活できるように、身近な生活習慣を見直してみませんか。

▽1月31日(土)午後1時30分～3時 三鷹駅前コミュニティセンターで。講師は三鷹市医師会医師の平嶺辰郎さん。

▼当日直接会場へ先着70人。同センター(月曜日休館) ☎71-0025

■男性料理教室

大沢住民協議会主催。あたたかい洋風料理などを作りま

▽2月8日(月)午前10時～午後2時 大沢コミュニティセンターで。講師は栄養士の得能昭子さん。材料費500円。エブロン・パンタナ持参。

▼2月5日(木)までに、同センター(火曜日休館) ☎32-6986へ申し込む。先着24人。

夜・芸術文化センターなどで。会費月額3千円。

◆岩倉宅 ☎71-2700

◆ツボとケイラク健康法の勉強会 東洋医学を基礎に、食養とツボとケイラクを勉強し、健康を守りましょう。毎月第2水曜日から午後1時30分～午後2時、三鷹駅前地区公会堂で。テキスト代1千円(初回のみ)、受講料1回2千円。

◆岩佐宅 ☎45-2785

保育園で遊びましょう

市内の保育園では、地域にお住まいのお子さんと保護者のみなさんを、楽しい園の行事に招待しています(別表)。

ふだんの日には、保育相談、身体計測、園庭開放、絵本の貸し出しなどを行っている園もあります。子育てのご相談や仲間づくりの場としてご利用ください。

育児講座父と子の コミュニケーションの あり方

父親対象の育児講座です。ワークシヨップ形式の講座を通して、父と子のコミュニケーションのあり方を一緒に学びませんか？

対象は市内在住の0～3才のお子さんをお持ちのお父さん(保育付き)。講師は産業能率大学講師の三好良子さん。

▽2月7日(土)午後1時30分～3時30分、子ども家庭支援センター1すくすくひろばで。

▼1月23日(金)から、同ひろば ☎45-7710へ電話または



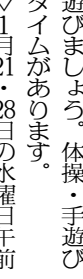
遊びまじよう

【東児童館】 ☎44-2150

◆わくわくランド(乳幼児の遊び広場) トランポリンや滑り台、マットのお山などで楽しく遊びましょう。

▽1月19日～27日の月・火・金曜日(いずれも午前10時～正午)。

◆ひよこランド(0～1歳の遊び広場) 小さな滑り台やトンネル、ふわふわマットで



遊びまじよう

【西児童館】 ☎31-6039

◆ちびっこの日 開館日の午前9時～正午、遊戯室に乳幼児向けの遊具が登場します。

◆げんきクラブで遊ぼう「節分」 対象は2歳以上の幼児とその保護者。鬼のお面づくりや豆まきを楽しみましょう。

▽1月29日(木)午前10時～11時30分。

◆ちびっこの日 開館日の午前9時～正午、遊戯室に乳幼児向けの遊具が登場します。滑り台、トンネル、ふわふわボール、大型ブロックなどで自由に遊べます。

◆サークルタイム 開館日の午前11時30分から、遊戯室で体操、手遊び、歌などを楽しみます。自由参加です。親子でお気軽にご参加ください。

◆ちびっこの日スペシャル ①ペタペタねんどあそび②

※いすれも自由参加です。当日、直接会場へお越しください。

◆ちびっこの日スペシャル ①ペタペタねんどあそび②