むらさき子どもひろばの催し(9月後半)

◆乳幼児対象の定例行事
人0歳～就学前のお子さん、①ヒノキアレルギーの方を除く
日①積み木パラダイス＝月曜日午前9時～正午、②げんきっ子ランド＝火～金曜日の午前9時～10時50分、③みんなであそぼ!＝火～金曜日の午前11時～11時30分(②③は19日㈬、27日㈭を除く)
申当日会場へ

◆乳幼児対象のスペシャルイベント
人①0歳～就学前のお子さん、②0～1歳6カ月のお子さんと保護者15組
日①にこにこキッズ＝19日㈬午前10時45分～正午(10時30分～10時40分受付)、②mamaカフェ＝27日㈭午前10時30分～11時30分
所①は牟礼コミュニティセンター
物①動きやすく、汚れてもよい服装、②タオル
申①当日会場へ、②同ひろば☎0422-49-5500へ

◆小学生対象のスペシャルイベント「わらべうたであそぼ」
日20日㈭午後3時30分～4時10分
申当日会場へ
問同ひろば☎0422-49-5500

西児童館　乳幼児のあそびひろば

◆ちびっこの日
日開館日の午前9時～午後1時

◆サークルタイム
日月～土曜日の午前11時30分から

◆ちびっこの日スペシャル「小麦粉粘土で遊ぼう!」
日9月21日㈮午前10時30分から

◆9月生まれのお誕生日会
日9月27日㈭午前11時30分から

◆ちびスペ運動会
日10月3日㈬午前11時から
申いずれも当日会場へ
問同館☎0422-31-6039

星と森と絵本の家の催し

◆星のおはなし(9月)
日22日㈷午後2時から
申当日会場へ

◆幼児クラブ・秋の森のたんけん隊
人2歳6カ月以上のお子さんと保護者(下のお子さんの同伴可)15組
日9月27日～11月22日の隔週木曜日午前10時30分～11時30分(全5回)
申9月19日㈬午前11時から直接または必要事項(11面参照)・お子さんの名前(ふりがな)・生年月日を記入しファクスで同施設FAX0422-39-3402へ(市民を優先して先着制)

◆中秋の名月お月見会
日9月30日㈰(午後5時以降雨天中止)
◇**お月見おはなし会**(午後2時～2時30分)
◇**ジュニアスタッフの模擬店**(午後2時～4時、午後5時～7時)
◇**お月さまをつかまえよう**(午後6時～7時30分)
◇**お月見演奏会**(午後7時15分から)
※夜間の催しは、小学生のお子さんは保護者同伴。
申当日会場へ

◆むかしあそびの日「おはなしばぁば」
日10月6日㈯午後2時～2時30分
申当日会場へ
問同施設☎0422-39-3401

すくすくひろばの催し

◆親子で紙芝居の世界を楽しみませんか?
人3歳までのお子さんと保護者20組
日9月28日㈮午前11時～11時30分
申当日会場へ

◆気持ちがかよい合うコミュニケーション講座ーコーチング
人2歳6カ月～3歳のお子さんと保護者16組
日10月3日㈬午前10時15分～11時45分
物筆記用具
申9月19日㈬午前10時から直接または電話で同ひろば☎0422-45-7710へ(先着制)

◆年齢別あそびましょ
①**ひよこぐみ**
人市内在住の平成23年8月1日～11月30日生まれのお子さんと保護者各12組
日10月4日㈭Eコース「こころと発達」＝午前10時30分～11時30分、Fコース「からだの話or食事の話」＝午後1時30分～2時30分、10月23日㈫Gコース「みんなで話そう」＝午前10時30分～11時30分、Hコース「からだの話or食事の話」＝午後1時30分～2時30分
②**うさぎぐみ「小麦粉粘土」**
人市内在住の平成22年8月1日～11月30日生まれのお子さんと保護者各10組
日10月11日㈭午前10時15分～11時15分、午前11時30分～午後0時30分
③**ぞうぐみ「みんなで話そうあそぼう」**
人市内在住の平成21年4月2日～22年4月1日生まれのお子さんと保護者12組
日10月18日㈭午前10時15分～11時30分
申①9月20日②9月27日③10月4日の木曜日午前10時から直接または電話で同ひろば☎0422-45-7710へ

◆育児講座　いきいき子育てenjoy法
人1歳6カ月～3歳のお子さんの保護者で初めて受講する市民20人
日10月16日㈫午後1時30分～3時
※午後1時から同ひろば(一般開放)は閉館。
申10月2日㈫午前10時から直接または電話で同ひろば☎0422-45-7710へ
問同ひろば☎0422-45-7710

家庭教育学級

◆いのちを生かそう　呼吸法とアーユルヴェーダの体質診断法
講師はヨガインストラクターの上美知代さん。
主市教育委員会・七小・同校PTA
日9月30日㈰午前10時～11時30分
所七小
物室内履き、下足用袋

◆いっしょに学ぼう　東台小の防災
講師は東台小学校長の内藤和巳さんと市防災課職員。
主市教育委員会・東台小・同校PTA
日10月5日㈮午前10時～正午
所東台小
物室内履き、下足用袋

◆○○の常識、××の非常識ー子ども、友人、親、教師、素敵な関係を結ぶコミュニケーションのコツ
講師は井口小学校長の吉村達之さん。
主市教育委員会・井口小・同校PTA
日10月5日㈮午前10時～正午
所井口小
物室内履き、下足用袋

◆心とからだをリフレッシュ
講師は日本ストレッチング協会認定ストレッチングトレーナーの津田敦子さん。
主市教育委員会・七中・同校PTA
日10月6日㈯午後3時～5時
所七中
物バスタオルまたはヨガマット、タオル、室内履き、下足用袋、飲み物

◆我が子の教育費と家計の見直し術
講師はファイナンシャルプランナーの八木陽子さん。
主市教育委員会・南浦小・同校PTA
日10月9日㈫午前10時45分～正午
所南浦小
物室内履き、下足用袋

◆子どもの気持ちに寄り添って
講師はスクールカウンセラーの矢吹幸江さん。
主市教育委員会・四中・同校PTA
日10月10日㈬午前10時30分～正午
所四中
物室内履き、下足用袋

◆子育ては自分育て
講師は二小学校長の亀山桂子さん。
主市教育委員会・二小・同校PTA
日10月13日㈯午後1時30分～3時
所二小
物室内履き、下足用袋
申問いずれも生涯学習課☎内線3316へ

おやこでよってチョコっとあっぷるーむ(10月前半)

主NPO法人みたか市民協働ネットワーク
人特に記載のないものはおおむね0～3歳のお子さんと親または妊婦10組、①2カ月～ハイハイ前のお子さんと母親9組、②8組
日①はじめての「ベビーヨガ」＝1日㈪、②羊毛フェルトワークショップ＝4日㈭、③スリングなど抱っこ用品の選び方、使い方＝8日㈷、④たくさんほめてあげるコツ笑顔コミュニケーション術＝11日㈭、⑤おしゃべりしながら幼稚園情報交換＝15日㈪、いずれも午前10時30分～正午
所市民協働センター
¥①③1,500円、②1,300円、④1,000円、⑤700円
申問必要事項(11面参照)・お子さんの年齢・名前(ふりがな)を同センター☎0422-46-0048・FAX0422-46-0148・✉kyoudou@collabo-mitaka.jpへ

あそびとおしゃべりの会(10月)

人0～3歳のお子さんと保護者
日所牟礼コミュニティセンター＝10日、井の頭コミュニティセンター＝10・24日、大沢コミュニティセンター＝17・24日、井口

箱根 みたか荘 市民保養所

〒250-0407　神奈川県足柄下郡箱根町二ノ平1297-5
☎0460-82-1116　FAX0460-82-1743
HPhttp://www.mitakasou.jp/
1泊2食6,500円から
※電車でお越しの場合は、小涌谷駅から送迎します(要予約)。

初秋の箱根でハイキングや観光を楽しんだ後は箱根みたか荘でゆったりとした時間をお過ごしください

◆1月宿泊分のはがき抽選
申10月1日㈪～7日㈰(消印有効)に、専用往復はがき(市役所、市政窓口、コミュニティセンターで配布)で箱根みたか荘へ
※抽選後の空き室申し込みは直接お電話ください(11月分まで受付中、12月分は9月20日㈭から)。
※1人利用・市外の方のみの利用・3泊利用の方は利用月の1カ月前の1日から、団体利用(30人以上)は利用月の2カ月前の20日から受け付けます。空室状況はホームページ、または電話でお問い合わせください。

◆休憩の申し込み
利用月の3カ月前の1日から利用日の3日前まで、電話で受け付けます(混雑時にはお断りする場合があります)。
日午前11時～午後2時
¥大人200円、小学生150円(浴室利用は別途入湯税大人50円)

◆助成金(市民のみ)
①70歳以上の方、②身体障害者手帳や愛の手帳などをお持ちの方、③ひとり親家庭の親子(3～19歳)の方は、年度内1回に限り助成を受けることができます。
申宿泊予約後、印鑑と身分証明書を持参し、担当課へ
問①高齢者支援課☎内線2627、②地域福祉課☎内線2614、③子ども育成課☎内線2737

◇**温泉の持ち帰りができます**
宿泊利用者に限り1人4ℓまでお持ち帰りできます(飲用はできません)。

傾聴ボランティアをご利用ください

(社福)三鷹市社会福祉協議会では、温かい地域社会を築くために、「傾聴ボランティア」を個人宅や施設に派遣する活動を進めています。
申問同協議会☎0422-42-0404へ

◆傾聴ボランティアとは
相手の話を受け止めて聞く「お話し相手ボランティア」です。近隣住民や介護スタッフの協力で、何日も人と話をする機会がないまま暮らしている方を見つけ、話を聞くことで相手に生きる元気・活力・勇気を持ってもらえるように支援し、孤独感や不安感の軽減を図ります。
ボランティア登録をした128名(8月1日現在)が、地域の高齢者宅や高齢者施設などで活動しています。

◆対象
高齢者、障がい者、家族介護者

◆利用上の注意事項
・無料のボランティア活動です。
・活動時間は1回1時間程度です。
・利用者宅または施設内での活動です。
・お聞きした話は他人に口外しません。
・介助はできません。