

子育て コンビニ通信

Vol.69

地域で子育てを楽しもう!



公式サイト

facebook



kosokon

LET'S GO PICNIC

公園に行こう!

芝生でピクニックはいかが?

お気に入りの公園を見つけよう!



井の頭公園・文化交流広場(ジブリ裏)

芝生の周りには、ベンチも多いよ!
すぐとなりの「遊びの広場」には、遊具も
あって、日中は親子で賑わっているよ!



連雀中央公園(芝生公園)

芸術文化センターのすぐ南側。
平日夕方は小学生がいっぱい遊んでいるよ!



三角公園(三角ひろば)

神田川が流れていて、
夕やけ橋付近は浅瀬
だから水に入って
遊べるよ!



野川公園

はらっぱも芝生も川も遊具も
バーベキュー広場も何でも
揃っているよ。
家族でも大勢でも楽しめるよ!



丸池公園&はらっぱ公園

池と小川もあって、
親子でのんびりできるよ!



子育てコンビニの講座やイベントのご案内

チョコッとあっぶるーむ

子育てコンビニや正会員さんの講座やイベントをご紹介します。

①5/6(月・祝)乳幼児食を楽しく大切にするお話し

～食事が楽しい時間になるために～
おしゃべりで離乳食・幼児食の不安や悩みを解決！
参加費：1,700円(お祝立資料料/夫婦参加時2,000円 プレママも歓迎)

②6/6(木)カラーセラピーで子育てを楽しく

～色彩心理で性格分析～
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？
参加費：1,500円(夫婦歓迎)

③7/1(月)私の妊娠・出産体験を語りあう会

三鷹の母たちの声を集めたドキュメンタリー映画
「bloom～生まれたのは私」(短編版)を上映。
妊娠や出産についておしゃべりしてみませんか。
参加費：800円(特製パンフレット付き)

上記いずれも おおむね3歳までのお子さんの親子・プレママ・プレパパが対象です。

開催時間：10時30分～12時

開催場所：三鷹市市民協働センター(下連雀4-17-23)

申込・問合せ：Peatix利用(開催日前月の10日より予約申込受付)

<https://kyodo-mitaka.org/category/oyako-hiroba/>

お話しが
たくさん
あります！

申込方法はpeatix
から！
参加費は現地
でお支払いください。



お友達や作り手
大人とおしゃべりもした
らばに集まるよ

参加費
無料



子育てコンビニひろば

お子さんを遊ばせながら、子育て情報を交換したり、おしゃべりをしたりしませんか？お気軽に時間内に遊びに来てください。ママやパパだけでなく、孫育て中のおばあちゃんやおじいちゃんや、プレママ等お子さん連れでない方も参加も歓迎です。駐輪場・駐車場もありますよ。

※今年度より開催曜日が変わります。
開催日時：基本毎月第2月曜日、第4木曜日
いずれも10時～12時

今後の予定：4/25(木)、5/13(月)、5/23(木)、6/10(月)、6/27(木)、7/8(月)

場所：元氣ひろば おれんじ(中原3-1-65 ツルハドラッグ前)

申込・問合せ：info2@kosodate.or.jp

tel: 0422-41-7021

(平日10時～15時)

日程のご案内などお知らせをする「コンビニひろば公式ライン」登録はこちらから。ひろば参加のお申し込みも、ラインのチャットから可能です。



子育てコンビニ正会員さんからのお知らせ

※正会員さんはコンビニ事務所をレンタル可能(有料・日時依り相談)

◆ハクメイツの音楽教室主宰の戸田美保さんより

「親子リトミック5月開講3回コースのご案内」(0～就園前の3歳)

①5/30(木)「リトミックってなに？！グランドピアノ/たんけん」

②6/6(木)「ピアノの生演奏で楽しむベビー＆キッズふれあいマッサージ」

③7/4(木)「楽器たんけん～太鼓・ミニハーブ・ハンドベル」

場所：いずれも三鷹市芸術文化センター音楽練習室

時間等詳細や申込：ハクメイツの音楽教室HPへ(QRコード挿入)

※子ども商品券使えます



◆ファイナンシャルプランナーの伊達寿和さんより「マネー相談室」のご案内！

教育費の貯め方、保険の見直し、家計管理、資産運用に興味がある子育て世代のお金の悩みにフコインで相談に乗ります。

日時：4/23(火)、5/14(火)、6/18(火) いずれも10時～12時

参加費：30分500円(30分を超えたら1,000円 MAX60分まで)

場所：子育てコンビニ事務所(上連雀8-4-1 ロマスク2階)

申込：date@mitaka.fp.jp

FPオフィス マネーライフ・ラボ三鷹 代表 <https://mitaka-fp.jp/>



◆造形作家の井戸原美帆さんより「羊毛フェルト講座」のご案内！

①4/15(月)「ミモザブローチ」

②5/20(月)「小鳥」

③6/17(月)「ピオラブローチ」

時間：10時～11時30分

参加費：2,000円材料費込

(AZUMA会員様200円引き)

場所・申込：元氣ひろば おれんじ

(中原3-1-65 ツルハドラッグ前) 0422-76-5940



シメテキッチン Naana

【ママのリフレッシュプラン 楽しいNaana】。2月はキャロットケーキづくり講座と白菜のグラタンのランチ。3月は味噌づくり講座と子ぎつねご飯のランチでした。子ども流のお手伝いもなかなかでした。講座とランチの後は、羊毛フェルト講座でブローチなどをつくったり、おしゃべりを楽しくしたりとゆったりとした時間を過ごしていかれます。子連れでもそうでなくてもちよっとゆっくりとした時間を過ごしたいときに参加ください。

お子さんの安全を考え、4歳までということで実施しています。前日以降キャンセルにつきましては、キャンセル料(1,000円)を申し受けますので、ご了承ください。

5/15(木)

<講座>ニョッキづくり

<ランチ>惣菜風トマトソースのニョッキ、シーザーサラダ、ヨーグルトムース

6/14(金)

<講座>カントリーチョコレートケーキづくり

<ランチ>店内のフォー、揚げスイーツコーン、サラダ

7/4(木)

<講座>豆乳とバナナのアイスクリームづくり

<ランチ>酒飯(鶏のスープご飯)、刺身等



時間：10時30分～14時まで

参加費：2,900円/人 子ども500円/人

場所：三鷹市大沢

(詳細はお申込みの方にお知らせ)

詳しくは、子育てコンビニHPをご覧ください。
info2@kosodate.or.jp までお問合せ下さい。
皆さまのご参加をお待ちしています！

国産小麦・天然酵母パン

コミュニティパーラー

風のすか

カフェ始めました！

15名のお酒 Facebook

三鷹市下連雀1-14-3

Tel. Fax 0422-49-0466 定休日/月・火曜日

ふあみりあ保育園

園児募集中

グループホームの介護職員も募集中

お子さんと同じ建物内で働けて働けます。安心！

社会福祉法人 みたか福祉会

三鷹市中原4-24-13 0422-44-0101

<http://www.mitaka-hiokai.or.jp/>

介護スタッフ募集中！

★週一～週一時間程度のあなたの空いている時間の勤務OK /

★自宅から利用者さんへ、巡回勤務勤務が可能 /

★資格取得費用は会社負担 / 研修制度もあり /

お子さんがまだ小さくても、安心して働けます！

三鷹市上連雀4-14-13 株式会社三鷹ナース・ヘルパーセンター

三鷹市上連雀7-8-28 0422-26-7215 担当 山田

三鷹市商店会連合会

市商連

お買い物はお近くの商店街！

三鷹市下連雀3-37-15

TEL 0422-49-3111 FAX 0422-49-3184

ミタカバレエアカデミー

親子で楽しむバレエ

親子の絆を高めながら
お子様の可能性を生み出す
ステキなクラスです

2,3才児+ママのクラス
土曜朝 9:30～10:15

三鷹駅前口1分

mitakaballet.server-shared.com

0422-42-1001

STEAMおそび@三鷹

宇宙・音楽・科学・自然・
ことば・かず・アートetc.

はてなアカデミー

月いち「好奇心の種まき」プロジェクト

第57話 — 大五郎、脱オタクへの野望 —

無宿渡世母がゆく

わが一子大五郎(仮名)、現在16歳6か月。小学校6年生の終わりにころ視力が落ちてメガネ着用となり、以来ずっとメガネ少年である。本人、昨年くらいからさかんに「コンタクトにしたい」と言うようになった。メガネが邪魔なの?と聞いたら、「モテたいから」と即答された。曰く、自分の見た目はとてもオタクっぽい。とりわけオタクっぽく見えるポイントは何かと考えたら、やはりこのメガネだろうという結論に行き着いた。ゆえに、コンタクトレンズに変えて見た目の脱オタクを図りたい、そうすれば女子にモテるかもしれない……とのことだった。

自分のマイナス面をすべてメガネのせいにするのはどうかとは思いつが、思春期の少年である。気が済むようにやらせてみようかと思ひ、眼科に連れて行った。視力を測り、注意事項などについて説明され、早速コンタクトレンズ装着の練習に入った。私は保護者の同意が済んだ後、看護師さんに「待合室でお待ちください」と言われ、退出。

その後、待合室で本を読みながら大五郎を待った。だが1時間ほど待っても、出てこない。心配になって看護師さんに声をかけ、様子を見に行ったらヤツはまだコンタクトレンズと格闘していた。まあ、予想はしていた。ヤツは不器用な上にビビリなので、コンタクトレンズは難しいかもしれない。と、もっとも本人は、「ようやく左目に入ったけど、右目に入れられないよ!

」と必死である。看護師さんには「大丈夫よ!三日連続でここに通って、ようやく入れられるようになった人もいるからね」と言われた。しかしさすがに母は忙しい。先に帰宅させてもらい、結局ヤツは2時間半かけてなんとかコンタクトレンズを両目に入れて帰ってきた。「俺、やっぱりコンタクトはあきらめようかな?いいの?」これからは、自分のオタク性を認めて生きていこうと思う。ヤツなりに、何かに達観したような香の日だった……。

水無田 気流

≫ 続く ≪

◇水無田 気流(みなした きりう)◇

1970年生れ、国学院大学経済学部教授、詩人、社会学者。本エッセイは「読書ウィークリー」で連載していた超の敬慕、地元ネタを中心に無宿渡世の母子生活をお届けしていきます。

- ・詩集『普通平和』(思潮社)中原中也賞
- ・詩集『2増(ごっせよう)』(思潮社)晩草賞
- ・評論『無頼化した女たち』(帯記書房)
- ・評論『ラングルマザーの韓国』(光文社新書)
- ・評論『居場所のない男、「時間」がない女』(日本経済新聞出版社・筑摩書房)
- ・評論『青表紙の社会学』(青土社新書)



☆「無宿渡世母がゆく〜子育てコンビ二編」は、子育てコンビ二HPより全編読むことができます

子育て
コンビ二編



「ホームスタート」だより

すべての子どもに幸せなスタートを!

今年も新しいビジターさんが誕生しました!

1月から40時間近い研修を一日も休まず受講し最終テストに合格した新しい5名のビジターさんが誕生しました。お菓子やお茶の提供が完全復活した今期は、初日からライングループが立ち上がるなど和気あいあい、とても良い雰囲気でした。修了式後のティーパーティーも、参加者の個性あふれる出し物?で盛り上がりました。ホームスタート・みたかは、立ち上げから8年目。産前産後の利用希望も増え、昨年度の利用人数は、これまでの2倍になりました。初めての子どもを授かり、出産を経て楽しみにしていた育児なのに、いざ始まってみるとこんなに大変だったの?と思う方も多くいます。ビジターさんは、そんなご家庭を訪問して、お話を聴いたり一緒に家事や育児をしながら過ごし、お母さんたちの不安にそっと寄り添います。また、妊娠中の方のところにも産前の研修を受けたビジターさんが訪問します。市内にはたくさんの子育て支援がありますが、その中の一つの活動になってきました。



ビジターの活動に興味のある方は、以下までお問合せ下さい。

養成講座は年に一度ですが、活動内容などの説明や質問などは随時受け付けおります。

ホームスタートのご利用・お問合せは以下までお気軽にどうぞ!

ホームスタートは、妊娠中からお子さんか小学校に入学するまでのママやパパがご利用になれます。ボランティアの先輩ママがおうちにお邪魔して、ゆっくりお話を聴いたり、一緒に子育てや家事をしたり、通院のサポートなど不安なことに寄り添います。



利用の問合せ・申込みは公式LINEから

ホームスタート・みたか (NPO法人子育てコンビ二)

<https://kosodate.or.jp/home-start/>

【事務所】 上達省8-4-1ロマネスクビル2階
(1階は古本カフェ・ファーストレスセンスさん)
【開所時間】 平日10時~15時
☎0422-41-7021 ☒ h-start@kosodate.or.jp



子どもといっしょに今日のおやつを作ろう

『やわらかココアプリン』(プリン型60mlのもの5ヶ分)

【材料】牛乳 300ml 純ココアパウダー 4g
粉寒天(かんてんクック等) 0.5g
きび糖 18g

体に優しい材料で!

【作り方】

- 1)小鍋に牛乳を入れ中火にかけ、少し温まったら粉寒天を入れまぜながら溶かす。
- 2)沸騰したら弱火にして、1分ほどかきまぜる。
- 3)火からおろし、きび糖を入れまぜる。
- 4)ボウルに入れたココアパウダーに、また熱い3)を入れ、よくまぜる。
- 5)蒸しなどで、4)のココア寒天液をこす。
- 6)カップに分け入れ粗熱が取れたら、冷蔵庫で1時間程度冷やし固める。

レシピ監修 土川響子(栄養士)



610KUNKARIKARI

詳しい作り方はこちら

★コンビ二通信編集部ボランティアメンバーを募集しています。

- ・誌面デザイナー (illustrator)
- ・企画
- ・取材ライター
- ・編集制作進行管理 等



リアルな誌面づくりに興味がある方、楽しみながら一緒にやってみませんか、経験が浅い方、初めての方でも大丈夫です!

お問合せ・申込み info2@kosodate.or.jp

教えて！
伊達さん

お金にまつわるお話

三鷹のファイナンシャルプランナー伊達さんのマネーエッセイより、お役立ち情報をお知らせします♪



話題のNISA を始める前に

2024年からNISAの制度が変わりました。多くの書籍やネットの記事が出ていて関心の高さがうかがえますが、ブームに踊らされないように気をつけたいですね。新しいNISAを始める際の注意点を紹介します。

NISA とは

NISAとは2014年から始まった「少額投資非課税制度」で、2024年から制度が大きく見直されました。「貯蓄から資産形成にお金を向けてもらいたい」という意図もあり、税金面でのメリットが設けられています。一般に株式や投資信託などの金融商品は、運用益(売買益や配当金)に約20%の税金(所得税・住民税)がかかります。しかし、NISA制度を利用して購入した場合は運用益に税金がかかりません。
・売却した時の売買益が非課税
・配当金や分配金が非課税
投資をした利益が出てても税金がかからないなら、投資してみようと思える人も多いかもしれませんね。

NISA制度で購入できる金額には上限があり、年間投資枠が360万円(つみたて投資枠120万円、成長投資枠240万円)。また非課税保有限度額が1,800万円(うち成長投資枠は1,200万円)となっています。購入できる金融商品にも制限があります(詳しくは金融庁のホームページなどでご確認ください)。

NISAで投資をする時の注意点

・・・続きは子育てコンビニHPで!

続きはコチラ



子育てコンビニHP「伊達さんのお金にまつわるお話」第75回(2024年3月より)

金融庁HP

<https://www.fsa.go.jp/policy/nisa2/>



伊達さんの「お金にまつわるお話」は、子育てコンビニHPエッセイコーナーで好評連載中
<https://kosodate.or.jp/>



三鷹のファイナンシャルプランナー伊達さんのHPはこちら
<https://mitaka-fp.jp/>
(FPオフィス マネーライフ・ラボ三鷹)



投資は慎重に!



NPO法人子育てコンビニ 会員募集中!

子育て中の方はもちろん、子育てコンビニの活動に賛同していただける方ならば、どんな方でもお申込みいただけます。それぞれ特典もあります。詳しくは、info2@kosodate.or.jpまで!

個人正会員(300円/月) 法人会員(30,000円/年) 地域団体会員(5,000円/年) 賛助会員(1,000円/1口) #5

LINE公式アカウント



公式LINEでは、お役立ち子育て支援情報やボランティアの募集、NPO活動情報などを不定期に配信しています。

ぜひお友達登録してね!



法人会員様

元気ひろば
地域の人あつまれ!
イベント開催中
元気ひろばおれんじ
TEL: 0422-76-5940
三鷹市中原 3-1-65

お子様の健やかな成長を願っています 産婦人科 小児科
あきやま
子どもクリニック
〒181-0012 東京都三鷹市上連雀 2-2-16
TEL: 0422-70-5777

赤ちゃんの「頭のカタチ」
「向き癖」でお悩みなら
ファミリーカイロプラクティック三鷹院
東京都三鷹市上連雀3-24-7 平塚ビル301号室
TEL: 0800-888-4270
http://milaka-baby-seitai.com

2024年5月中は
初診半額!
(18歳まで)

Sakai 医薬品卸売
酒井薬品株式会社
〒181-8551 東京都三鷹市野崎1-11-22
TEL 0422-47-2131(代表)

◎オムツのサブスク
◎AI見守りシステム
◎絵画工作講師派遣
TLS Group
TEL: 0422-71-9910
三鷹市新川 2-9-3

KOSOCON
webショップ「KOSOCON(コソコン)」
では、bloomのDVDや「シェアキッチン Naana」で作ったバナナケーキやクッキー、会員の手作り品のほか、海外の小物や雑貨を販売しています。ぜひ覗いてみてください! 売り上げは必要経費を除き、子育て支援に使わせていただきます。
<https://kosocon.thebase.in/>

協力施設募集中!

書いてくださるお店や施設大募集!

子育てコンビニ通信はここに置いています

市内公立保育園 / 三鷹市市民協働センター / 市内図書館 / 三鷹市保健センター / 市内多世代交流センター / 市内コミュニティセンター
すくすくひろば / のびのびひろば / わらわさこどもひろば / おやこの家菜まつぎあてばっけ / 保育園トキ三鷹駅前 / 泉のすみか
みたか観光案内所 / 彩きやま保育園 / ファミリーカイロプラクティック三鷹院 / いろどり製菓院 / 元気ひろばおれんじ / 星と森のカフェ
三鷹市立と森と絵本の家 / 強味や / cadet カド / みんなのブックカフェ / オー・ソレ・ミオ / ラー・おの森 / Cafe hi famiglia
販売&ショップハーモニー / るま・ばーす / みたかボランティアセンター / 三鷹理工会 / つくつくひろば / まちづくり三鷹
きたのこどもクリニック / LBRO 調布店 / はらのこいこい / 足利信用金庫三鷹支店 / こむじ国際共同センター / スズメベース
みたかスペースあいプラス / ままどんきっず / BB garden / 親子ひろばひよこ / しほた製菓院 / 東京ヘルスクエア学習運動センター
レアレア三鷹店 / かえで子どもクリニック / ヒロコファミリー歯科 / わたらい耳鼻咽喉科 / 上々堂 / Pina cafe / グレップ三鷹店
サンドイッチハウス・サンドーレ三鷹本店 / ソラストみたか保育園 / mik kichijoji / つちや小児科 / DIY STORE 三鷹
里り売りとまちの台野の / いちごランド(志井農園) / sro 他

Oh my ちび子!!

第16号 最終話

～涙と笑いの育児奮闘日誌～

「ありがとう
ございました」
作: ナツ

2020年春生まれのちび子
ちっちゃくてなんにも
できない赤ちゃんだったのに...
2024年春に4歳
おしゃべりの上手な
元気な少女となりました

最近は、夜間、私を布団から押し出して真ん中を陣取るほどの活発ぶりです!
あっという間に過ぎ去った4年間、これまでこのささやかな運命をお読みくださった皆さん、ありがとうございました!
また機会があればどこかで会いましょう!
これからも楽しいこと嬉しいこと苦しいこと全部書めて子育てを楽しんでいけたらと思っています

【企画・取材・編集】 磯谷香日 / 藤川真以 / 柿沼純子 / 藤原明日香 / 川原かおり / 北山咲典子 / 小谷奈保子 / 小林七子 / 湯水真代 / 高瀬香織 / 田中穂恵子 / 土川舞子 / 貞田伸子 / 東川由美 / 森田楓子 / 井戸原真帆 / 長瀬なつみ / 寺田有香子 / 横倉陽子
【イラストデザイン制作】 吉賀正隆
【編集協力】 2024年4月10日
【発行日】 NPO法人子育てコンビニ
181-0012 三鷹市上連雀 3-4-1 ロマネスク 2階
電話・FAX 0422-41-7021 / メール info2@kosodate.or.jp
公式サイト <https://kosodate.or.jp/>

制作スタッフ

★2024年4月の通信紙を最新記事「ちび子」の巻頭として掲載しています

