



特定非営利活動法人青梅こども未来 こども・おとな未来ニュース 1月

謹賀新年

新しい一年が始まりました。
 今年は60年に一度の「丙午(ひのえうま)」の年。十二支の「午」は馬を表し、スピードや行動力、力強さを象徴しています。そこに「丙」の火の力が重なることで、情熱やエネルギーがいっそう高まる年になると言われています。
 勢いに満ちた丙午の年は、新しいことを始めるのにぴったりのタイミング。
 「やってみよう！」と思っていたことに、ぜひ一歩を踏み出してみませんか。小さな挑戦でも、きっと未来につながる大きな力になるはずです。
 皆さまにとって、この一年が明るく前向きな毎日となりますように。
 本年もどうぞよろしくお願いいたします。



親子の絆づくりBP2 ～きょうだいが生まれた！～

2人目以降の赤ちゃんを育てているママのための講座です。
 兄弟のいる子育てについて気楽に話してみませんか？

2月3日・10日、17日・24日・3月3日(火) 全5回

会場：青梅市子育て支援センター“はぐはぐ”内
 新町 4,5,6 丁目自治会館和室（青梅市新町 2-21-9）
 定員：20 組程度(福祉センター)
 対象：「就学前のお子さん」と「生後2か月～8カ月の赤ちゃん」
 がいるお母さんと赤ちゃん
 上のお子さんを預けてくるのが可能な方
 (一時預かり等ご紹介いたします)
 時間：10:00～12:00
 参加費：無料 (但しテキスト代 1,100 円)
 申込み：青梅市 子育て応援課へ
 0428-22-1111 (代)
 問合せ：NPO 法人青梅こども未来
bp@kodomomirai-ome.com



申込はこちらから↑

第3回パパママカレッジ～家庭教育講演会～

子育ては“期間限定” 笑っているパパになろう

～パパができること、したいことを楽しく考える～

子育て中のパパでもある講師が、具体例を交えながら父親ならではの子育てのポイントや親子の絆を深める方法をわかりやすく解説します。“パパ”の力を最大限に生かす育児のヒントが満載！

子育てを
楽しもう！



パパだから
できること

夫婦で
参加も
大歓迎！

参加申込みはこちらから



2026年 1月31日 (土) 9:30～11:00

※Zoomによるオンライン講演会

定員:100人

対象:子育て中の保護者・子育て支援活動に関わる方

※特にプレパパ、未就学児・小学生のお子さんをもつ父親

講師:野崎 聡司 氏

(NPO法人ファザーリング・ジャパン 多摩支部代表)

協働：青梅市社会教育課



※オンラインのみの開催です。
 参加申込みはこちらからどうぞ



問合せ:青梅市教育委員会社会教育課TEL:0428-22-1111



多世代交流 みらくるカフェ みらくる広場

1月22日(木)

10:00-13:00

入館無料



詳細はそれぞれのサイトをご覧ください。

ちょこっとサロン

椅子に座ってストレッチ1

参加費：¥100



ママの笑顔
 がいちばん
 大事。

託児付き！

ママリラク

Aroma
 タイ古式
 骨盤ケア

フットマッサージ

託児
無料

1/5(mon)



ご予約はこちらから

Menu

ハーファアロマ(首肩) 20min ¥3,000
 アロマボディ 50min ¥6,500
 ボディケア(もみほぐし) 20min ¥2,500
 ボディケア(もみほぐし) 50min ¥5,000
 骨盤ケア 20min ¥3,000
 骨盤ケア 50min ¥6,000
 フットケア 20min ¥3,000
 フットケア 50min ¥6,000

※タイ古式マッサージはしばらくお休みいたします。

青梅在住ママには
 割引がございます。
 詳細はホームページ
 をご覧ください。
 (託児不要の場合も
 割引価格でご利用に
 なれます。)



～選べる淹れたてCAFEドリンク付～

チョコ美
心と身体に優しいストレッチ

講師プロフィール
原 愉美子：
日本女子体育大学体育学部
体育学科卒業
ストレッチ&
セルフケアコンサルタント
WARARISUM@アドバイザー

会場：今井市民センター

1月の予定

チョコ美&WARARISUM
1月28日(水)
10時~11時30分

ステップアップ
1月8日(木)
①10時~11時30分
②13時~14時30分

大人のストレッチ
1月22日(木)
10時~11時30分

チョコ美
1月5日・26日(月)
10時~11時30分

親子スキンシップサークル 開催のご案内
親子スキンシップサークル
今井うさぎ 会員募集

スキンシップ教室のあとにサークル(会費制)として開催します！
2026年1月13日(火)~3月10日(全9回)

対象：1~3歳児親子
会場：今井市民センター
会費：1月3000円(3回)
2月4000円(4回)
3月2000円(2回)
その他教材費等

申し込み・問い合わせはこちら↓

リトミック・運動遊び・読み聞かせ・制作・季節の行事などを通して親子の絆を深め、お友だちと交流しながら仲間を作り、お子さんの成長を応援します。スキンシップ教室で体験できない調理や屋外での活動など、幅広い活動を取り入れていきます。

又は、NPO法人 青梅こども未来 0428-78-0762まで

あつまれ！親子スキンシップ教室
親子で森デビュー 開催報告

森の専門家を講師に迎え、身近な青梅の自然の中で散歩をしたり、小さな生き物にふれたり、落ち葉や木の実を拾ったり、五感をたっぷり使って秋の自然を楽しみました。

小さなお子さんと自然を楽しむための安全な楽しみ方や、自然の中にある危険と対処方法を学びました。

お散歩でみつけたくりをつんつん♡

青梅の森から切り出した丸太に手形をとったり、指で絵を描いたりして木のやさらかな感触を味わいました♪

♥ 法人・企業の皆さま、いつも応援ありがとうございます ♥

認定こども園
あうめようちえん
園であそぼう
親子ふれあい広場
つくし組

1/15(木) 1/24(土)
わかさ公園 青梅幼稚園
表予約

未来へつながる
はじめての歩
青梅幼稚園 検索
Tel:0428-31-0373

大多摩霊園

青梅市成木2-559
永代供養墓・後継不要のお墓
お問い合わせ・ご相談
Tel:0428-74-5274

社会福祉法人
成木保育園

自然豊かな環境の中、野菜作り、川遊び体験、陶芸、専門の先生による体操やダンス、英語、太鼓の各教室を実施し、感性と表現を培っています。食育や保健指導にも取り組んでいます。

園児募集中 園バス有
〒198-0001
青梅市成木4-683-5
電話:0428-74-7321
Fax:0428-74-4256
HP:WWW.nariki.ed.jp

『ご寄附』のお願い！
詳細・お申し込みは事務局までお問い合わせください

★令和7年度★
【個人様の場合】
ー□1,000円(3口以上)
【法人・企業様の場合】
ー□10,000円(1口以上)

オンラインによる
寄附の申し込みは
こちらから ⇒

幸せに暮らせる家をご提案
SHIMURA
健幸工房シムラ
〒198-0024
青梅市新町5-4-8
電話:0428-31-5550
FAX:0428-31-2221
HP:sumitai-ie.jp

社会福祉法人
コロロ学舎
〒190-1221
西多摩郡瑞穂町
箱根ヶ崎武蔵野940
電話:042-568-0966
問合せ:www.kololo.net

職員募集中
詳しくはHPより
お問い合わせください。

特定非営利活動法人青梅こども未来
〒198-0024 青梅市新町5-32-15 シムラビル1階
コミュニティテラスみらい館プラス
電話:0428-78-0762(10:00~16:00)
HP:https://kodomomirai-ome.com/
みらい館総利用者数 86,398人(12月1日現在)
since2003.11.21

このニュースレターは、埼玉県立入間わかさ高等特別支援学校の生徒たちが、将来の就労に向けた授業の一環として、印刷・製本しています。

青梅こども未来は「この街で子育てしたい！ずっと暮らしたいと思える街づくり」をミッションに、多世代交流ができ、子育て・子育て応援からシニアまでを応援する事業を展開中です。「認定NPO法人」を目指して活動しています。特別な政治団体・宗教団体とは関係ありません。

天候不良や感染症予防のため、予定等が変更になる場合があります。随時、ホームページ等でご確認ください。