

4 ブロックニュース

2026 年 9 月 21 日週発行

新宿区・中野区・杉並区・三鷹市・調布市・狛江市のみなさんへ

三鷹 親子交流ひろば ほっペルूम 0 歳～3 歳の親子の部屋

えいごのリズム♪でいっしょにあそぼう！

ポンゴを叩きながら Hello Song を歌ったり、Shaker でリズムを感じたり
ママと英語でお膝遊びをしながら、英語のリズムから身体の動きと共に英語を感じてみよう！



10 月 29 日(木)11:00～12:30 (受付 10:45～)



コープ下連雀店 コープリーム

(三鷹市下連雀 7-16-22 2 階)

JR 三鷹駅より小田急バス 八幡前停留所下車 徒歩 2 分



↑ここをクリック

定 員 : 3歳以下のお子さんを持つ親子 7 組
持 ち 物 : 水分補給用飲み物、筆記用具、(ズボンと靴下推奨)
参 加 費 : 無料
申込方法 : 右記二次元コード(要コープリック登録)

※お申込の際、お子様の月齢とお名前をひらがなで
ご記入ください(例: こーぷ たろう 1 歳 3 ヶ月)
※二次元コードにてお申込みができない場合は、下記まで
お問い合わせください

締め切り: 10 月 5 日(月) 24:00

※お申込み多数の場合は三鷹市在住の方を優先に抽選とし、
結果は 10 月 9 日頃全員にメールでお知らせします
・コープコープリックの「企画連絡」からもご確認いただけます
・メールが届かない場合には、迷惑メールのフォルダなどを
ご確認ください
※④ページの企画やみらいひろばに参加される方への
お願いもご確認ください

主催 みらいひろば 下連雀&牟礼



講師 Julie 氏
Curious Little Learners 代表
(Rhymoe®メソッドの
親子英語スタジオを運営)



●お問い合わせ コープみらい東京都本部 参加とネットワーク推進部
TEL: 03-3382-5665 (9:00～17:00 土・日・祝日休業)

10 月みらいひろば

「みらいひろば」は地域のみなさんの集いの場です。
月 1 回、お住いの近くの会場 1 か所に参加できます。
ぜひお近くの会場を覗いてみてくださいね。

新宿区

【大久保】

10 月 5 日(月)
10:00～11:30
大久保地域センター
3 階 会議室 B
(大久保 2-12-7)

【高田馬場】

10 月 13 日(火)
10:00～11:30
新宿消費生活センター
分館 3 階 会議室
(高田馬場 1-32-10)

【下連雀】

10 月 16 日(金)
10:30～12:00
コープ下連雀店
コープリーム(会議室)
(下連雀 7-16-22)

三鷹市

【牟礼】

10 月 7 日(水)
10:30～12:00
コープ牟礼店
コープリーム(会議室)
(牟礼 5-3-1)

ハーバリウムボールペンを作ろう
持ち物:筆記用具、飲み物



ハーバリウムボールペンを作ろう
持ち物:筆記用具、飲み物

調布市

【調布・国領合同】

10 月 13 日(火)
10:00～11:30
調布市文化会館たづくり
301・302 室
(小島町 2-33-1)

体を整えよう♪
スポーツジムインストラクターによる
【椅子ヨガ&骨格調整】
持ち物:筆記用具、飲み物、
動きやすい服装と靴



中野区

【新中野】

10 月 14 日(水)
10:30～12:00
コーププラザ新中野
4 階 会議室 C
(中央 5-6-2)

たんぱく質たっぷり、豆腐で作る白玉団子
持ち物:筆記用具、飲み物、エプロン、
マスク、三角巾

【野方】

10 月 6 日(火)
10:30～12:00
野方区民活動センター
3 階 洋室C
(野方 5-3-1)



杉並区

【阿佐谷・高井戸合同】

10 月 16 日(金)
10:30～12:00
高井戸地域区民センター
3階 料理室
(高井戸東 3-7-5)

地元野菜を味わってみよう♪
持ち物:筆記用具、マイカップ、
エプロン、三角巾、
マスク、ゴミ袋



申込み不要
参加費無料
お子さん連れ歓迎

※「みらいひろば」に参加される場合は、④ページの「参加される方
へのお願い」をご確認ください。
★参加は月に 1 回、1 会場のみです
★会場の収容人数により、ご参加いただけない場合があります
★商品の販売・勧誘等はありません
※同伴のお子さんから目を離さないようご注意ください
(2 回目以降はお子さんを別室にて託児している場合もあります)

今年の
東京4ブロックブースのテーマは、
「食と商品」

イベント内容は
こちらから



東京×埼玉
**コープみらい
フェスタ**
in 池袋サンシャインシティ

入場無料

今年は
東京エリア、埼玉エリア
合同です！！

※写真は昨年の様子

日時 10月3日(土) 10:00～15:00(入場 14:30 まで)
会場 池袋・サンシャインシティ
ワールドインポートマートビル 4階 展示ホール A
文化会館ビル 4階 展示ホール B

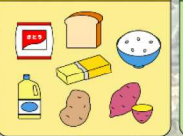
三浦市農協のキャベツ収穫体験
&産地交流をクイズ形式で報告

赤・黄・緑の三色食品群。
どの色に入るか？あててみよう！！

からだをつくる



エネルギーのもとになる



からだの調子を整える



コープみらい 暮らしのたすけあいの会「プチトマトの会」
「活動会員登録説明会」開催のご案内

暮らしの中で、ちょっと手助けが必要な方のために、
活動会員になって、活動してくださる方を募集しています。

できるときに
できることを
誰かのために

35歳以上

「プチトマトの会」

開催日	会場
10月9日(金)	コーププラザ立川 (立川市曙町1-21-1 いちご立川ビル地下1階) コーププラザ新中野(中野区中央5-6-2) コーププラザ秋葉原(千代田区外神田6-5-12 倍楽ビル(新末広)6階)

●開催時間／10:30～12:00(受付開始10:15) ●参加費／無料
●申し込み／前日までに、お電話で(上記日程での参加が難しい方は、ご相談ください。)
●主催・お問い合わせ／コープみらい 暮らしのたすけあいの会「プチトマトの会」
TEL. 03-3382-5700 受付時間/9:30～17:00(土・日・祝休み)
ホームページ <https://mirai.coopnet.or.jp/event/tasukeai/tokyo/>
●手助けが必要な方も、お気軽にお問い合わせください。＊身体介護は行いません。

詳しくは
こちらから



ハンド メイド カフェ



※ 画像はイメージです

『手ぬぐいで作るあずま袋』

月に一度、自分のための時間
手作りを楽しんでみませんか？

永福

10/29(木)

10:00-11:30

永福和泉地域区民センター
2階 第2集会室 (杉並区和泉 3-8-18)
京王井の頭線「永福駅」北口より徒歩 5 分

狛江

10/5(月)

10:00-11:30

狛江市立中央公民館【こまみらいテラス】
2階 多目的室 1 (狛江市和泉本町 1-1-5)
小田急線「狛江駅」より徒歩5分

持ち物： 飲み物(水分補給用)、筆記用具、ゴミ持ち帰り用袋、
30cm定規、はさみ、縫い針、まち針または裁縫用クリップ
木綿糸(白または黒)

参加費無料

参加希望の方はお電話にて、ご希望の会場とお日にちを添えて
「ハンドメイドカフェ参加」と参加とネットワーク推進部までお申込みください
落選の場合のみ開催日 3 日前までにご連絡します
連絡がない場合は当選ですのでそのまま会場へお越しください
*遅れた場合は、入室できないこともありますので、ご了承ください
*申込締め切りは、永福会場は開催日の 1 週間前ですが、狛江会場は今回のみ 10/2(金)になります

お子さん同伴不可

企画や「みらいひろば」へご参加される方へのお願い
*ご参加の日には事前にご自宅で検温を行い、発熱等の症状がある場合は参加をお控えください
*天候や不測の事態によって、みらいひろばや企画をやむを得ず急遽中止などの判断を行う場合があります
*お預かりした個人情報は、お申込みの受付、資料などの送付、その他ご連絡が必要な場合のみ使用します
*活動の様子や風景を撮影し、その写真を広報のためにSNS等に掲載させていただく場合があります

お申込み
お問い合わせ

コープみらい東京都本部 参加とネットワーク推進部
03-3382-5665 (9:00～17:00 土・日・祝日休業)