

# 親子SmileUp Program(略してSUP)がスタートします!



子育てに決められた正解はありません。だからこそ迷ったり悩んだりすることもありますよね。一人では行き詰ることもあります。それは、あなただけではありません。同じような年齢の子を持つ参加者とともに話し学び合いながら、自分らしい子育てを一緒に考えていきましょう。つながりが持てることは、あなたの人生を豊かにしていきます。

SUPIは、子育てしているあなたの笑顔を増やしていくプログラムです。NPO法人Mama's Café が行政と協同で実施します。

## SUP1 赤ちゃんと一緒に学ぶ 0歳のお子様を持つママ向け

赤ちゃんが生まれて始まる新しい生活。子育ての基本の“き”をママ同士で学び合い話し合う中で、心のゆとりと笑顔が増えていくプログラムです。

日程	下記参照 10:00~12:00 全4回	赤ちゃんと一緒に参加
対象	0歳のお子さんを子育て中のママ・原則全回参加できる方	
参加費	無料(上のお子さんの託児も無料)	定員 8名程度

★瑞浪市★ ひよこカフェ(SUP-1)  
 日程/6月3・10・17・24日(毎火曜)  
 場所/瑞浪市総合文化センター  
 問合せ・申込み/瑞浪市役所こども家庭課 (0572)68-9210

★土岐市★  
 日程/7月2・9・16・23日(毎水曜)  
 場所/土岐市文化プラザ  
 問合せ・申込み/土岐市役所こども家庭課 (0572)54-1386

## ふあみさぼ交流DAY 要予約

「ただ誰かと少し話したい」「ファミサポを知りたい」「援助会員さんと話してみたい」などありませんか? 気軽にご参加ください。  
 日程:2025年 5/27(火)・6/27(金)・7/15(火)  
 時間:10:30~11:30 場所:まなびパーク 506  
 対象:子育て中のママならどなたでも お気軽どうぞ  
 定員:各回5名程度 参加費:無料  
 申込み・問合せ:多治見市ファミリー・サポート・センター ☎ 0572-25-2091

## 最新情報やお得な情報をお届けします!

Mama's Caféの様々な情報はこちらから

<https://lit.link/mamascafe>



Mama's Caféの各事業、公式HP、Instagram、FB、LINEなど、こちらからアクセスできます。

- 1 親子の居場所提供事業  
コミュニティカフェや、親子ひろばの運営
- 2 物販事業  
子育てママのハンドメイド雑貨の委託販売
- 3 イベント事業  
子育てサロン・講座・子育てイベントなどの企画運営
- 4 ファミリーサポート事業  
地域における子育て相互援助のコーディネート
- 5 絵本託児事業  
絵本をコミュニケーションツールとした出張託児、託児ルーム運営
- 6 Mama's 基金  
子育てに困難を抱える家庭と子ども支援
- 7 リユース事業  
私たちのSDGs! 制服・キッズフォーマルレンタル

## SUP2 子どもを預けて学ぶ 概ね1~3歳のお子様を持つママ向け

はじめから一人前の親なんていません。参加者同士で話し合い考える中で、自分に合った子育ての仕方を見つけていきます。ママが笑顔になるプログラムです。

日程	下記参照 10:00~12:00 全6回	お子さんを預けて参加
対象	概ね1~3歳のお子さんを子育て中のママ・原則全回参加できる方	
参加費	無料 託児 全回あり無料	定員 8名程度

★土岐市★  
 日程/5月14・21・28日・6月4・11・18日(毎水曜)  
 場所/土岐市文化プラザ  
 問合せ・申込み/土岐市役所こども家庭課 (0572)54-1386

★多治見市★  
 日程/5月15・22・29日・6月5・12・19日(毎木曜)  
 場所/パロ文化ホール  
 問合せ・申込み/NPO法人Mama's Café (0572)26-9992

★瑞浪市★ こっこカフェ(SUP-2)  
 日程/7月17・24・31日・8月7・21・28日(毎木曜(8/14以外))  
 場所/瑞浪市市民福祉センター ハートピア  
 問合せ・申込み/瑞浪市役所こども家庭課 (0572)68-9210

## Mama's Café 子育てママのリフレッシュスペース ママズカフェ(太平公園横)

ママズカフェ お問い合わせ ☎ 0572-28-3036

営業時間/10:00~16:00  
 定休日/日曜日・月曜日・祝日・不定休あり(季節によって変わります。HPなどでご確認の上ご来店ください。)  
 住所/岐阜県多治見市太平町2-39-1総合福祉センター1F(太平公園となり)

## 多治見市ファミリー・サポート・センター

ファミサポ お問い合わせ ☎ 0572-25-2091

開所時間/火~金曜日9:00~17:00・土曜日9:00~16:00  
 定休日/日曜日・月曜日・祝日  
 住所/岐阜県多治見市豊岡町1-55(まなびパーク1F)

## 土岐市子育て応援施設 親子ひろば ときめつく

ときめつく お問い合わせ ☎ 0572-56-7833

## 土岐市ファミリー・サポート・センター

ファミサポ お問い合わせ ☎ 0572-56-7834

開館時間/10:00~17:00  
 定休日/月曜日・祝日の翌日・年末年始  
 住所/岐阜県土岐市土岐津町土岐口1372番地1(イオンモール土岐2F)

# Mama's 通信

Vol.75 2025 5・6・7・8

\*ママズカフェの詳細はHPへ <http://www.mamascafe-plus.com>



## Mama's 基金

ママズ基金は、子育てに困っている家庭を支える為に市民や企業の方々からの寄付で成り立っています。昨年10月に土岐市で実施した「絵本どうぞの会」の収益や企業さんからの寄付があり多治見市に加え土岐市での支援も始めました。「子ども達の未来をこの街に住む大人で支えよう」の思いに沢山の方に賛同していただき、活動を続ける事が出来ています。



進学給付金  
 今年度から多治見市に加え、土岐市でも進学給付金の支給が始まりました。経済的困難を抱えた中学3年生に進学給付金3万円の支給と物資支援をし、「笑顔で新生活を迎えてほしい。」という思いを伝えました。



## 親子ひろば ときめつく イオンモール2階にある『親子ひろば ときめつく』

● ベビーちゃんも大歓迎!親子ひろばときめつくときめつくって...  
 小さなお子さんと一緒に、気軽に来て遊べるところ  
 毎月楽しい行事が待ってるよ  
 行事がない日でもいっぱいあそべるよ  
 パパ・ママのおしゃべり大歓迎! ゆったりとした時間を過ごしませんか? スタッフが待ってます♪

Instagram: @OYAKIHIROBA\_TOKIMEKKU

## 出店者大募集 子育て応援イベント

# ファミリーベース 2025

今年もやります!

★開催決定!★

2025年10/25(土)

@イオンモール土岐 全館

出店申込締切 ▶ 6/15(日)

詳細はインスタをチェック!

- ★クリエイターブース: 子育てママによる手作り雑貨販売
- ★癒しのブース: メイク・ネイル等
- ★企業ブース: ワークショップ等
- ★飲食ブース: 焼き菓子等
- ★ステージ: キッズダンス等の発表







# Mama's Café

ママズカフェ  
太平公園隣にある親子カフェ。  
店内にはプレイスペースとベビーベッドがあり、  
手作りの離乳食ランチがあります。



5月	sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
					1	2	3
					絵本の中のランチWEEK 『とびきりおいしいスープができた』		祝日
	4	5	6	7	8	9	10
	祝日	祝日	振替休日		絵本の中のランチWEEK 『とびきりおいしいスープができた』		→
	11	12	13	14	15	16	17
定休日	定休日				ママパン販売日		
18	19	20	21	22	23	24	
定休日	定休日						
25	26	27	28	29	30	31	
定休日	定休日						

6月	sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
	1	2	3	4	5	6	7
	定休日	定休日					ファミリーDAY
	8	9	10	11	12	13	14
	定休日	スタッフ研修のためお休み					
	15	16	17	18	19	20	21
定休日	定休日					要予約 田端シェフの月の満ち欠けと発酵食ランチ	
22	23	24	25	26	27	28	
定休日	定休日						
29	30						
定休日	定休日						

7月	sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
			1	2	3	4	5
			暑い夏だからこそ! 免疫力を高めるランチWEEK				ファミリーDAY
	6	7	8	9	10	11	12
	定休日	定休日					
	13	14	15	16	17	18	19
定休日	定休日				ママパン販売日		
20	21	22	23	24	25	26	
定休日	祝日						
27	28	29	30	31			
定休日	定休日						

8月	sun	mon	tue	wed	thu	fri	sat
						1	2
						ご飯がすすむ♪お酒すすむ?! おつまみ風ランチWEEK	
	3	4	5	6	7	8	9
	定休日	定休日	夏休み	夏休み	夏休み	夏休み	夏休み
	10	11	12	13	14	15	16
定休日	祝日						
17	18	19	20	21	22	23	
定休日	定休日					要予約 洞谷シェフの焼きたてパンランチ	
24	25	26	27	28	29	30	
定休日	定休日						
31							
定休日							

**ランチ会など  
ご予約承ります**

絵本のランチメニューは  
ストーリーを参考にした  
ママズオリジナルの  
レシピです!

★ランチ(デザート付き)  
...1,350円~

★離乳食ランチ  
(中期・後期・完了期)  
...550円

★田端シェフ 要予約  
『月の満ち欠けと  
発酵食ランチ』  
6/21(土) 料金:1,650円

★洞谷シェフ 要予約  
『焼きたてパンランチ』  
8/23(土) 料金:1,650円

**お野菜食パン  
ママパン販売日**

「野菜好きになあれっ!」  
星・花・ハートのかわいい形で  
大人気♪(1斤540円)  
(ほうれんそう・かぼちゃ・にんじん)  
販売予定日:5/16(金)、7/18(金)  
事前のご予約を承ります。

**毎月第1土曜日は  
ファミリーDAY!**

ママ&パパ&お子様もしくは  
ママ&おじいちゃん・おばあちゃん  
&お子様でランチされた場合、  
**お子様ランチ半額!**  
めちゃうちゃお得です!  
ぜひご家族でご来店ください!  
6/7、7/5、8/2

**Mama'sの手作り離乳食**

Mama'sCaféでは、中期・後期・完了期の手作り離乳食をご用意しています。  
長時間コトコト炊き上げたおかゆにはお出汁の風味や季節の野菜がたっぷり!

中期

おかゆ(7倍がおかゆ)はお米と季節のお野菜と白身魚をおかゆのみで炊き上げました

後期

素材のカタチを残した5倍がおかゆと季節のお野菜のおかず

完了期

お子様が食べるコトを楽しめるように手のひらサイズのおにぎり。カルシウムたっぷりのオリジナルふりかけ「ママズふりかけ」を使用

プレキッズふわふわ丼

離乳食では物足りないけど、お子様ランチはまだ早い…。やさしい味のふわふわ丼とお汁のメニュー。

おかずやゼリーも  
お店で手作り  
しています!

★ドリンク付/  
**Mama'sのお子様メニュー**

ママズのお子様ランチは  
野菜たっぷり、  
愛情&栄養たっぷり手作りランチ  
「お野菜好きになあれ!」  
ママの願いです。

ふわふわ丼

たっぷりお野菜に豆腐・鶏ひき肉を甘めのあんかけにしたママズ人気メニュー ※卵「あり」「なし」選べます

ドライカレー

細かく刻んだお野菜たっぷりのカレーは子どもに大人気!

KID'Sうどん

お子さまに大人気の麺メニュー!  
お野菜やお豆腐も入って彩りも満点!

**ママパン**

大人気! お野菜食パン

ママパンは卵、乳不使用の体に優しい食パン  
星や花、ハートの可愛い形で食卓も華やかになります♪  
味は、ほうれん草・かぼちゃ・にんじんの3種類  
様々なアレンジもできますよ♪

ママパンは、2か月に1度の限定販売!  
販売日は左面ランチスケジュールをチェック!

**にこももmomoshipi**

Instagramで好評の  
離乳食・幼児食レシピ!

ママパンアレンジ編~♡  
**ママパンELTサンド**

【材料(3個分)】

- ママパン.....6枚
- スライストマト...3枚
- 卵.....1個
- レタス.....3枚
- シュレッドチーズ...10g

【作り方】

- 1 ママパンは8mmくらいにカットしておく(トースターで軽く焼くとgood!)
- 2 溶いた卵にチーズを入れ、油(分量外)を引いたフライパンでスクランブルエッグを作る(チーズを入れると味も付いて卵がまとまるのでオススメ! 入れない場合は少し味付けをしてね)
- 3 ①に卵・トマト・レタスを挟んだらできあがり! お好みでマヨネーズをつけて挟むのもオススメです!

にこももmomoshipiは  
ときめっくのインスタCheck!

**毎月 おたんじょう会** やってるよ!

会場: イオンモール土岐2Fイオンホール

歌や手遊び、記念撮影会、お土産つき

この事業は、地域の子どもの育ちを応援する地元企業様の協賛で開催させてもらっています。ありがとうございます。

協賛企業: イオンモール土岐様・株式会社イオン銀行 イオンモール土岐店様・川地家(創発館)様・M style home様・生活協同組合コープさくら様・株式会社オムラセラム様 その他

おたんじょう会では  
**じゃんけん大会**を開催!

最後まで残った勝者には  
**赤ちゃんケーキ**  
(1ホール)がもらえるよ!

**赤ちゃんケーキ**

ケーキデビューはMama's Caféの  
赤ちゃんケーキ♪

“赤ちゃんも家族と一緒に安心して  
食べられる100%植物性の  
体に優しいケーキ”

10日前まで  
お電話が店頭にて  
ご予約下さい

¥3,800(税込)~

岐阜県産はつもの米粉と豆乳生クリーム  
季節のフルーツで仕上げた卵・乳・小麦・ナッツ・  
白砂糖不使用のグルテンフリー&ヴィーガンケーキ

※メニューは都合により変更することもあります。予めご了承ください。ランチのご予約・お問い合わせは Mama's Café Tel.0572-28-3036まで!