

ひとりひとりを大切に…  
地域みんなで子育てを

# あいの風

豊作と豊漁、幸せをもたらす海からの風をあいの風-饗の風といいます。  
この心地よくさわやかなあいの風に吹かれて、多くの方がほっとる一むに来て、  
心のビタミンをいっぱい補給していただけたらうれしいです。

E-こどもの森  
ほっとる一む  
新松戸  
つうしん

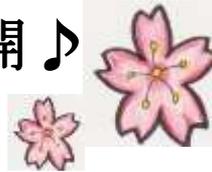
NO. 67  
2015年  
4月号



桜満開♪



笑顔も満開♪



松戸市地域子育て支援事業  
松戸市乳幼児一時預かり事業  
松戸市子育てコーディネーター事業

E-こどもの森

ほっとる一む 新松戸



<住所> 松戸市新松戸 3-1-4 新松戸未来館 1階

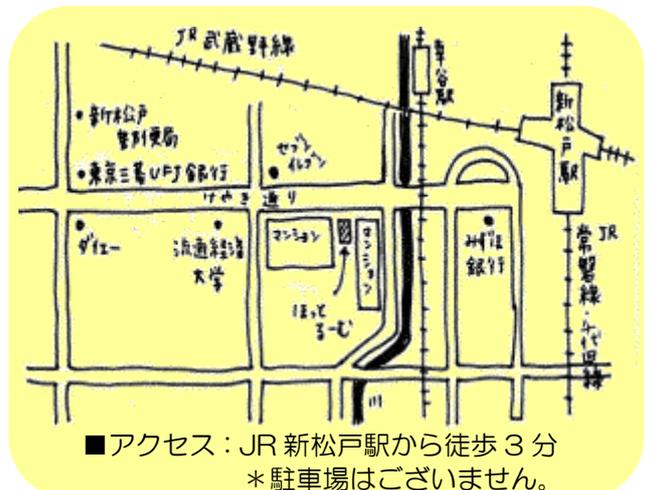
<tel & fax> 047-375-8737

<e-mail>

hotroom.shinmatsudo@lapis.plala.or.jp

<blog>

http://hotroomshinmatsudo.blog.fc2.com/



■アクセス：JR新松戸駅から徒歩3分  
\*駐車場はございません。

※E-こどもの森・ほっとる一む新松戸は、NPO法人松戸子育てさぼりとハーモニーが、松戸市から委託を受け、運営しています。

## ほっとるーむ新松戸って

### どんなところ？

#### Q 一人でも大丈夫ですか？

ほとんどの方が一人でいらしています。

10時～18時まで開いているので、お子さんとの生活のリズムを大切にお好きな時間にいらしてくださいね。

スタッフと話したり、ママ同士の交流、また、ゆっくり本を読んだり...思い思いに過ごしてください。

子ども達もいろんな年齢のお友達とかかわり刺激がいっぱいです。



#### Q 初めて行くのですが…。

スタッフが笑顔で迎えてくれるので大丈夫！

程よい広さでママもお子さんもひろばの中でお互いの姿が見えるので安心して過ごすことができます。

木のぬくもりがあたたかいおもちゃや手作りおもちゃがたくさんあり、子ども達も夢中で遊んでいます。

ランチタイムもありますよ。



#### Q 赤ちゃんも来ていますか？

赤ちゃん専用のたたみのコーナーがありたくさん赤ちゃんとママでにぎわっています。

おむつ替えスペース・ミルク用のお湯・授乳室・ベビーベッドもありますので安心していらしてくださいね。

#### Q お友達できるかな？

最初は、一人で来ていてもだんだん顔見知りになり気軽におしゃべりしたりお子さんを遊ばせながら情報交換の場にもなっていますよ。名札で住んでいる地域・月齢などがわかり会話のきっかけにもなっています。



#### Q お父さんも利用できますか？

土・日・祝日も開いているので、たくさんのお父さんが来ています。

はじめはファミリーで慣れてくるとお父さんだけで来られる方もいますよ。月1回開催のお父さんひろばは、お父さん同士の交流の場になっています。

#### Q 相談や心配な事がある時は？

ちょっとした心配などは、スタッフに話してみてくださいね。先輩ママやコーディネーターにつないでくれたり、タイムリーなアドバイスが聞けたりします。また離乳食・発達・ことば などたくさん相談日もあり、ひろば内で専門の相談員さんに気軽に相談出来ますよ。



～ぜひ、遊びにいらしてください。スタッフ一同お待ちしております。～

## おススメの本



## 大丈夫やで ～ばあちゃん助産師（せんせい）のお産と育児のはなし～ 著 坂本フジエ

坂本フジエさんは、大正13年生まれで、4000人の赤ちゃんを取り上げた日本最高齢の現役！！の助産師さん。ばあちゃん先生との愛称で親しまれています。

妊娠、出産、赤ちゃんが歩くようになるまでのこと、ご夫婦のあり方など、ばあちゃん先生の優しさあふれるメッセージがたくさんつまっています。

初めての妊娠、初めての赤ちゃん。うれしい、幸せ、と感じる一方、それ以上に、不安や心配、焦りを感じるのではないのでしょうか。

心も体もガチガチになっているお母さんへ、「大丈夫かも！」と、勇気いっぱいになれる本です。

## 子育て相談室

### ～上の子の赤ちゃん返り、どうしたらいいの？～

最近、ひろばでは二人目ラッシュ。それに伴い、上の子にどう接していいかのご相談を多くいただきます。

上の子って、下の子が生まれたり急に今までできたことができなくなったり、当たり前だと思っていることをわざとやらなかったりすることがあります。

お母さんだって、「今赤ちゃんにおっぱいをあげさえすれば、相手してあげるのに～。」とイライラしてしまったり、つい怒ってしまったり。わたしの体が二つあったらいいのに…なんて思ったりしませんか。

子どもも赤ちゃんはかわいいと思っても、急にお母さんをとられたような気持ちになるのもわかりますよね。

まずはその気持ちをそのまま受け止めてあげましょう。それから上の子の機嫌がいいときなど、赤ちゃんのお世話を一緒にするっていうのもいいかも。例えばオムツ替えの時、オムツをとってきてもらうとか。替えたオムツを捨ててきてもらうとか。その時ひとこと「ありがとう」って伝えるのも大事。それでいて、少しの時間でもいいのでお母さんと二人の時間を作ることをお勧めします。「ちゃんとあなたのことも大事だよ。」って伝わるといいですね。

とにかくお母さんが一人で抱え込まないことも大切。上手に周りの人の手を借りたり、素直な今の気持ちを吐き出す場を作ってください。ほっとる一むにも、同じように感じている子育て中の仲間がいます。スタッフもいます。

ぜひ安心してお話しに来てくださいね。

子育てコーディネーター／石田 尚美



## ほっとる一む新松戸5周年記念<ほっとる一むと私> 出会い～今

私にとってほっとる一むは、とってもしっかりと、肩の力の抜ける大好きな場所です。私が初めてほっとる一むを訪れたのは今二歳一ヶ月の娘が四ヶ月の時でした。冬生まれということもあり、それまであまり積極的に外出をしていませんでした。でもその頃の私は、家で娘と向き合い続けるのに限界を感じていました。

主人は平日子育てに参加できる状況ではないし、実家も遠いし、大好きなビールも飲めないし(笑)…。娘に対するイライラと、そんな自分に対するイライラ、社会からの疎外感や寂しさなどなど、とんでもなくドロドロしていました。

そんな時、産院で一緒になった方が教えてくれたほっとる一むのことを思い出して『家から出たい！人と会話がしたい！助けてー！』と、ドキドキしながら出かけたのを覚えています。それから一年半。ほっとる一むに行くことは日課の一つになっています。

素敵なスタッフさんたちが娘の成長を一緒に見守り喜んでくれること、そこで出会う先輩ママさんたちから子どもたちとの関わり方を学べること、同じ新米ママさんたちと悩みを共感できること…挙げたらきりがなくらい、ほっとる一むが私たち親子に与えてくれたことはたくさんあります。

今、私が一年半前よりずっと楽しく笑顔で娘と向き合えるのはほっとる一むのおかげです！ほっとる一むで出会えたいろいろな方や繋がれたご縁のおかげと切り切れます!!この場をおかりしてお礼を言わせて下さい。『ありがとうございます!!』そしてこれからもどうぞよろしくお願いいたしますね。（鈴木奈津子さん・2歳の女の子のお母さん）





★おもちゃの病院閉院…都合によりおもちゃの病院は4月より閉院となります。長い間ご利用ありがとうございました。

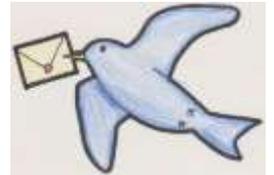
- ◆4/ 2 (木) 15:00～オカリナと歌のコンサートを開催します♪
  - ◆4/ 7 (火) 10:30～みんなでお散歩 (詳細は、ひろばにて)
  - ◆4/23 (木) 11:00～親子体操を開催します。
  - ◆5/29 (金) ぐるぐるリサイクルを開催します。(4月中旬チラシ配布予定)
- ※今月のイベントは、すべて申込み不要です。 ☆お楽しみに☆

1	水	
2	木	オカリナと歌のコンサート
3	金	
4	土	相談日(助産師)
5	日	
6	月	休館日
7	火	みんなでお散歩
8	水	相談日(子育て)
9	木	
10	金	
11	土	相談日(保育士) お父さんひろば
12	日	相談日(栄養士)
13	月	休館日
14	火	
15	水	
16	木	ふれあい遊び 海外からきた父母ひろば
17	金	
18	土	相談日(ことば)
19	日	
20	月	休館日
21	火	相談日(助産師)
22	水	絵本の読み聞かせ 相談日(歯科衛生士)
23	木	親子体操
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	休館日
28	火	
29	水	
30	木	

**相談日**

おっぱい、離乳食、お子さんの育ち、歯のこと、  
また産後の身体や心についてなど、お気軽にご相談くださいね。

- ★ 保育士の相談日 : 4/11 (土) 10:00～13:00
  - ★ 助産師の相談日 : 4/ 4 (土) 14:00～16:00  
4/21 (火) 10:00～12:00
  - ★ 歯科衛生士の相談日 : 4/22 (水) 13:00～15:00
  - ★ ことばの相談日 : 4/18 (土) 10:00～12:00
  - ★ 食事(栄養士)の相談日 : 4/12 (日) 10:00～12:00
  - ★ 子育て相談日 : 4/ 8 (水) 10:00～12:00
- ※詳しくはブログ、または、お電話でお問い合わせください。



**お父さんひろば**

4/11 (土) 11:00～

お父さんとお子さんだけでも、ぜひお気軽にお越しくださいね。  
保育士がいますので、お父さんならではの悩みもご相談ください。

**海外からきたお父さんお母さんのひろば**

4/16(木) 13:00～ (毎月第3木曜日開催)

海外からきたお父さん、お母さん、パートナーが海外の方など・・・  
一緒にお話ししませんか？

**絵本の読み聞かせ (はじめのいっしょ)**

4/22(水) 10:30～ (毎月第4水曜日開催)

絵本の読み聞かせの後は、絵本の紹介をしてくれます。

**ふれあい遊び (風の子サークル)**

4/16(木) 11:00～(15分程度) (毎月第3木曜日開催)

子どもたちが大好きな手遊び、ふれあい遊びの時間です♪  
ひとつ知っていると、お子さんとの遊びの幅が広がりますよ。

**ランチタイム**

火～日曜日 11:30～13:00

狭いスペース、短い時間ですので、譲り合ってくださいね。

**E-こどもの森 ほっとるーむ新松戸**

主に0-3歳児とその保護者がゆったり過ごせる  
ひろばです。お気軽にお越しください。  
妊婦の方のご利用もお待ちしています。

- 住所 松戸市新松戸3-1-4 新松戸未来館1階
- tel&fax 047-375-8737
- 開館時間: 火～日曜日 10:00～18:00
- 休館日: 月曜日・年末年始(12/29～1/3)
- 利用料: 無料

ほっとるーむ新松戸では乳幼児一時預かりも行っていきます。

- 事前登録が必要です。  
保険証のコピーをご用意の上、ほっとるーむまで  
お越しください。
- 対象: 松戸市在住の生後6ヶ月～未就学児
- 利用料: 1時間500円(最長4時間まで)
- 予約: ご利用日の1か月～3日前の16時まで。
- 詳細はお問い合わせください。047-375-8737