





歯科衛生士 鈴木まりこさん

小さい頃から歯みがきの習慣をつけ、定期的な検診を受けることが、お口の健康を保つ上で、大切なことです。

どんな相談でも結構です。お声をかけてください。毎月、皆さんとお話できるのを楽しみにしています。

相談内容:歯磨き・歯並びなどの歯のケアについて・歯のはえ方や指しゃぶりなど

☆次回相談日:5月13日(金)10:00~12:00



子育て相談室 いっぱいば主宰  
永瀬春美さん

いろんな情報に触れ、そのようにできないと不安になったり自分を責めて苛立ったりするのは、よりよい親でありたいと思うからこそその向上心。とても素敵なことだと思います。日ごろ気になっていること、なんでもかまいません。声をかけてみてください。

相談内容:食事・しつけなど育児全般と、お母さん自身のモヤモヤやイライラなど

☆次回相談日:5月18日(水)10:00~12:00

## ～相談員紹介～

子育てに悩んでいるお母さん  
お父さんたちの心が軽くなる  
ことを願って毎月、相談日を  
設けています。



言語聴覚士 佐藤恵美子さん

お子さんの言葉やコミュニケーションの発達で不安なことはありませんか？ことばの相談日では、いままでできること、様子を見るポイントをお子さん一人ひとりに合わせてお伝えしております。言葉を育むことは心を育むこと。私も子育て中のママです。お気軽にご相談くださいね！

相談内容:言葉が遅い、言葉が増えない、コミュニケーションが取りにくい、発音不良、どもり、など

☆次回相談日:5月28日(土)10:00~12:00



助産師 加藤睦さん

中学生と小学生の男子を子育て中。二人を育ててみて、子育て相談の仕事をして8年やってみて、子育てってそんなに気張らなくていいんだってこと、よくわかりました！気楽になりたい方、是非加藤にお声かけ下さいね！

相談内容:ゼロ歳の子育て全般、産後の体の回復、母乳育児(不足感、卒乳、職場復帰、離乳食)、次の妊娠出産、月経不順、避妊方法、ダンナの育て方?! イヤイヤ期、赤ちゃん返り、など。

☆次回相談日:5月8日(日)14:00~16:00



保育士 釣屋方子さん

それぞれの考えとそれぞれのやり方で育児にむきあっているお母さんたちに会える『ほっとする一む』一緒に大切な子どもたちの育ちを見守り支えていきたいと思っています。どうぞ気軽にいろんな話し、聞かせて下さいね！

相談内容:夜泣き・オムツトレーニング・おもちゃのとりあいなど

☆次回相談日:5月21日(土)10:00~13:00



管理栄養士 梅沢亜由子さん

自分の子育てを振り替えると、もっとのんびりすれば良かったな、とか、楽しんだら良かったな、なんて、反省ばかり。毎月の相談日は、もう一度貴重な日々を体験させていただき、元気をもらっています！ママの笑顔がいちばん♪小さなことでも、気軽にお声かけくださいね♪

相談内容:毎日のご飯作り、離乳食、お困りのことはありませんか？食べることは毎日！大変だけど、子どもたちはみんな食べるのが大好きです。些細なことでも、お話を聞かせてくださいね。月に1度、皆さんにお会いできるのを楽しみにしています。

☆次回相談日:5月14日(土)10:00~12:00



助産師 山形てるえさん

安心した気持ちでご相談いただけるように、お話しをお一人お一人丁寧に伺っております。

相談内容:子育てについての全般のお悩み、母乳相談、家族関係、夫婦関係、ママ友のお悩み、ご本人の体調のお悩みや不妊治療など女性のお悩みについてなど。

☆次回相談日:5月17日(火)10:00~12:00

ひろばの中でお子さんを遊ばせながら相談することができます。どんな小さなことでも相談にいらして下さいね！

また相談日以外でも気になることがありましたらスタッフに気軽に声をかけて下さい。

ひとりで悩まず、一度話してみると気が楽になりますよ。

## かたつむりが卵を産みました！

昨年の初夏にほっとる一むにやってきた巨大かたつむり『ツムちゃん』とミニサイズの『かたちちゃん』時々かたつむりの歌のようにつものを出してノロノロ…。キャベツやニンジンをもシヤムシヤ…。子どもたちも今日はどうしているかな…とすっかりほっとる一むの人気者になっていました。

無事、寒い冬を越して4月の桜の散り始めたある日飼育カゴを掃除していたら土の中に白い小さなまるとい玉を発見！ネットで利用者ママが調べてくれたところ、なんと！かたつむりの卵ではありませんか。2匹以上で飼育していると春から夏にかけて卵を産むとは聞いていましたが…！卵からツムツムベビーの誕生が楽しみです。ほっとる一むに来たらぜひ観察してみてくださいね。



## 4/6(水)お散歩に行ってきました！

今年こそは…とずっと切望していた満開の桜を見ながらの新坂川遊歩道へのお散歩がようやく実現♥お散歩当日は朝から素晴らしい晴天！青空に映え川に垂れる桜、その中を走る黄色い車両の流山電鉄。その景色にもう感無量でした！

この機会を見逃した方、ぜひ来年お出かけしてみてくださいね！



## ぐるぐるリサイクル in 新松戸



使わなくなったけれど、愛着がある育児用品を身近な誰かに使ってもらえたら…という思いで始まったぐるぐるリサイクル。ゆずる人も、ゆずられる人もうれしい、心あたたまる活動です。

開催日：6月3日(金) 10:30~12:00

場 所：新松戸未来館1階 多目的ルーム(ほっとる一む隣)

ゆずりたい人：ぐるぐるリサイクル申込書の裏面に提供品を記入の上、品物をほっとる一むにご持参下さい。



- ◎受付期間：5月1日(日)~5月31日(火) 休館日の月曜日は除く
- ◎提供品：無償提供 子ども用品に限ります(未就学児程度)※冬物除く  
(例)衣類、おもちゃ、絵本、食品、ベビーカー、ハウナー、マタニティ服  
※ 哺乳瓶、キャラクター以外のぬいぐるみ は不可



ゆずってほしい人：開催日当日に集まった品物を展示いたします。ご希望の品物がありましたら会場受付を通してお持ち帰りください。(無料です)  
マイバック(エコバック)をご持参下さい。  
混雑状況によっては点数制限・入場制限を行います。

## ほっとる一む新松戸5周年記念 <ほっとる一むと私> 出逢い~今

私は、娘が生まれる前に新松戸に引っ越しをしてきたため相談できる人、気軽に話ができる友達がなくて不安だらけでした。

ほっとる一むがあるのは前から知っていましたが一歩なかに入る勇気が出ず初めてほっとる一むを訪れたのは、娘が7ヶ月のときでした。なかに入るとスタッフさん達が笑顔で迎えてくれてなんだかほっとしました。もっと早く来ていれば良かったなと思いました。初めての育児で不安が耐えませんでした。スタッフさんに相談しているうちに「うちの子はうちの子、その子なりに育てれば大丈夫！」と思えるようになり気持ちが軽くなり不安も少なくなりました。

ほっとる一むに通うようになり信頼できる友達もでき、ほっとる一む様です！今では下の子も生まれ下の子が1ヶ月くらいから毎日のお世話になっています。今後も上の子、下の子、共によろしく願います。

<安藤さんとお子さんたち>



## 緊急企画

みんなどうしてる？



## 地震対策・我家の安全・備え



### ミニミニ座談会

4月中旬、熊本で突然発生した大地震にどうすることもできない自然の驚異を感じずにはいられません。水・食料はもちろんミルク・オムツなどの不足の報道もされていますね。

小さなお子さんがいるご家庭。家の中でのとっさの避難場所、日頃からの備えなどどうしていますか？この機会にママ同士ひろば内でこのテーマについておしゃべりしてみませんか？関心のある方、気軽にご参加お待ちしております。

日時：5月12日(木) 14:00~15:00

(ほっとる一む内)

内容：①避難訓練体験(地震)

②少人数でのグループトーク

③資料配布

申込み：不要



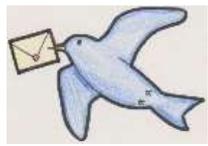
1	日	ぐるぐるリサイクル受付開始～
2	月	休館日
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	相談日(助産師)
9	月	休館日
10	火	みんなでお散歩
11	水	
12	木	地震対策・我家の安全備え ミニミニ座談会
13	金	相談日(歯科衛生士)
14	土	相談日(栄養士)
15	日	
16	月	休館日
17	火	相談日(助産師)
18	水	相談日(子育て)
19	木	ふれあい遊び 海外からきた父母ひろば
20	金	
21	土	相談日(保育士) お父さんひろば
22	日	
23	月	休館日
24	火	モコモットさんと遊ぼう
25	水	絵本の読み聞かせ
26	木	
27	金	
28	土	相談日(ことば)
29	日	
30	月	休館日
31	火	ぐるぐるリサイクル受付終了

- ◆5/ 1 (日) より、ぐるぐるリサイクル提供品の受付を開始します。(5/31 まで)
  - ◆5/10 (火) 10:30 ほっとる一む集合! みんなでお散歩 (詳細ひろばにて)
  - ◆5/12 (木) 地震対策・我家の安全備え ミニミニ座談会を開催します。
  - ◆5/24 (火) 11:00～ モコモットさんによる歌やペープサートを行います。
  - ◇6/ 2 (木) 11:10～ オカリナと歌のコンサートを開催します。
  - ◇6/ 3 (金) 10:30～12:00 ぐるぐるリサイクルを開催します。
  - ◇6月下旬、幼稚園座談会を予定しています。
- 詳細は、6月号で! (来年度幼稚園入園予定の方対象) ♪お楽しみに♪

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 : 5/21 (土) 10:00～13:00
- ★ 助産師の相談日 : 5/ 8 (日) 14:00～16:00  
5/17 (火) 10:00～12:00
- ★ 歯科衛生士の相談日 : 5/13 (金) 10:00～12:00
- ★ ことばの相談日 : 5/28 (土) 10:00～12:00
- ★ 食事(栄養士)の相談日 : 5/14 (土) 10:00～12:00
- ★ 子育ての相談日 : 5/18 (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

5/21 (土) 11:00～12:00

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

5/19(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)

5/25(水) 10:30～ (30分程度) (毎月第4水曜日開催)

絵本の読み聞かせの後には、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)

5/19(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 ほっとる一む新松戸

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

ほっとる一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、ほっとる一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か月前～3日前の16時まで。
- 詳細はお問い合わせください。047-375-8737