

あいの風



エーこどもの森
ほっとるーむ 新松戸



■ 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法人松戸子育てさぽーとハーモニーが、松戸市から委託を受け、運営しています。

お仕事に復帰するお母さんへ

～4人の先輩お母さんからのメッセージ～

長女が1歳の時に復職しました。4月から次女を入所させ再度復職する予定です。

預けた当初の様子は、最初の1週間は給食も食べず、昼寝もせず、ただ泣き続けていたそうです。一方の私も、子育てしながらの仕事が最初から上手くいくわけもなく、子どもを泣かせ、仕事も中途半端で、私は一体誰の為、何の為に働いているのだろうと考えてばかりでした。毎日時間に追われ、体力的にもとても厳しかったです。それでも、お互いに段々と慣れるものです。今では大泣きしていた日々が恋しくなる程…手を振って見送ってくれます。子どもなりに”お仕事”を理解している様子です。大勢の先生や、他のクラスの子との交流も楽しみにしながら、毎日楽しく通っています。また様々な年間行事があるので「今日は〇〇したよ!」と嬉しそうに教えてくれます。

両立する上で苦労したのは健康面です。集団生活の中、初めの2～3年は何度も体調を崩しました。実家も遠方の為、サポートしてくれる人もいないので、夫と相談しながらの病欠、早退は本当に苦労しました。家族全員が健康で、子どもは保育所、親は会社に行ける毎日には本当に幸せだと思います。

○大澤さん（5歳・5か月の2児の女の子のお母さん）



昨年4月に1歳2か月で保育所デビューした娘は、もうすぐ2歳になります。年末年始など長期休暇のあとは、未だに泣かれてしまうこともあるけどお友達が「いい子いい子」となでてくれたり、おもちゃを持ってきてくれたり朝からそんな子ども同士のほほえましい姿を見ることができたり、先生も落ち着くまでやさしく抱っこしてくれますので、後ろ髪をひかれながらも安心して出勤できている毎日です。

保育所に入る前は、午前睡もしていたので、お昼の時間まで起きていられるか心配でした。最初は案の定、お昼ごはんの前に寝てしまいみんながお昼寝する頃に起きて、遅めの食事をとり、みんなが寝ている間は、先生と静かに遊んだり抱っこしてもらったりしながら少しずつ保育所の生活リズムに慣れ、みんなと同じ時間帯で食事をとれるようになっていきました。そんな娘も今では保育所で覚えた歌やダンスを家でも見せてくれたり最近では毎日のように誕生会ごっこをしています。インタビューの後、歌を歌ってフーッとろうそくを消す真似を何度もしたりして自分の番を心待ちにしているようで、毎日楽しく過ごしているのが伝わってきます。

私は、通勤時間が1時間くらいあるので、その時間をもっと有効的に使いたいなと思いつつ混雑した電車の中で、スマホでニュースを見たり調べものをするくらいなのがちょっと反省点。お昼休みに外でランチしたり、コーヒーで一息いれたりできるも家ではなかなかできないリラックス&リフレッシュの貴重な時間になっています。

○有川さん（1歳11か月の女の子のお母さん）

子どもが8ヶ月の時に保育園へ預けて仕事復帰しました。

大変なのは、子どもの体調管理と朝夕の家事です。4月、預け始めたと同時にインフルエンザになり、早速てんやわんやでした。夫と休みの調整をしたり、熱が高くて寝てくれなかったり…。初めにその洗礼を受けたので、休みの日にも早寝、保育園と同じ生活リズムで体調をくずさないよう気をつけています。朝夕の家事は、とにかくご飯を食べさせるがメインで、他は休みの日にまとめてやることも多いです。仕事の効率をあげて、家にいる時間を増やすのが今、最大の課題です。

良かったなと思うのは、育児と仕事があることで、私自身の気持ちの切り替えができることです。時間の余裕はどちらもありませんが、どちらも楽しいです。子どもが保育園で教わって帰ってくることも増え、面白いです。踊りだしたり、アンパンマンに夢中になったり。連絡帳での先生とのやりとりや子どもの様子から、楽しい時間を過ごせているように感じます。

はじめは不安もありましたが、子どもが楽しそうにしているのを見ると安心するし幸せです。

○花房さん（1歳4か月の男の子のお母さん）



私自身実際に職場に復帰するまでは「仕事・家事・育児の両立はできるかな?」「息子は慣れてくれるかな?」と様々な不安がありました。しかし通わせてみると保育園は本当に素晴らしい所です。親身になって相談に乗ってくれる先生、バランスの良い食事、面倒見のよいお兄さん、お姉さん、刺激し合う仲良しなお友達。先生たちから教わることも沢山あり、私自身も送り迎えて保育園に通う中で成長させてもらっていると日々感じています。もちろん息子も日々の生活の中で「いつの間に!?!」とビックリするようなことができるようになっていたり…。

多くの大人の目に見守られて元気に過ごす様子を見てみるとあの頃の不安は嘘のようです。もちろん仕事で壁にぶつかることもなくはないですが周りの人を巻き込みながら毎日チャレンジしています。

ほっと一むに來れば働くママもいるのでそんなママ達とお話するのも息抜きになりますよ～

是非一緒にお話ししましょう!

○井坂さん（1歳8か月の男の子のお母さん）



～子育ては期間限定～

こんにちは。子育て相談員の相澤久美です。私は、10歳、7歳、4歳の3人の男の子のお母さんです。

先日、4歳の三男と散歩をしていました。三男は、小さい手で、私の手を握り、いろんな話をしながら、歩きます。時々、道端に咲いている花を見つけ、じーっと観察をしています。そして、また歩いて、また立ち止まって。その繰り返し。

私一人だったら、気が付かないような小さな道端の花や、ちいさな虫たち。

こんな風に、散歩ができるのも、あと何年くらいだろう…そう思うと、胸がいっぱいになり、ぐっとこみあげるものがありました。

私が初めての子育てで悩んでいた時、「子育ては期間限定だよ」と、いろんな方から言われました。必死すぎた私は、「そんなはずがない！」と、かたくなに思っていました。これは、本当だったようです。

今、昔の私がそうだったように、先が見えない子育てに、疲れている方もいるかもしれません。

でも、確実に子どもは成長していて、1日、1日と親元から離れるその日に近づいています。

小さくてかわいい手。やわらかい髪の毛。「イヤイヤ！」という必死な顔。無防備な寝顔。

必死におっぱいを飲む姿。ぎゅっと抱きついてくる小さな体。無邪気な笑顔。

当たり前にあるその姿は、その時だけの、かけがえのないもの。

そんな期間限定の子育てを、楽しんでいけたらいいですね。そのためにも、一人で抱え込まず、喜びも、つらさも、一緒に感じていきましょうね。皆さんのお話、ぜひお聴かせくださいね。



『*冬物限定*ぐるぐるリサイクル～フリーマーケット形式～』を開催しました。(1/23)

毎回好評のぐるぐるリサイクルを、昨年同様、“フリーマーケットスタイル”で開催し、50名を越す方が来場してくれました。通常のぐるぐるとは違い、提供者と受け取り手が直接やり取りでき、楽しめた、という声を多数いただきました。

サイズアウトなどで、まだまだ使えるけれど使わなくなってしまった育児用品を、誰かに使ってもらいたい、との思いで始まったぐるぐるリサイクルの思いを、今後もつなげていきたいと思います。参加して下さいました。ありがとうございました。

通常の『ぐるぐるリサイクル』の開催の詳細は、3月のあいの風より順にお知らせしていきますので、チェックしてくださいね。(ぐるぐるリサイクル実行委員会)



相談員紹介 ～食事相談～

今月は、2/6(金) 13:30～15:30



管理栄養士の梅沢亜由子です。このたび、ご縁がありまして、月一度の食事相談を担当させていただくことになりました。

物心ついた時から、食べることが大好きの食いしん坊でした。世界中のおいしいものを食べるのが夢です。そして、おいしいものを食べるのも、旅をするのも、自身の健康がなければ叶いません。

健康な身体、体の成長は、は毎日の食事から作られます。日々の食事を大切に、けれど気軽に、楽しく用意する提案ができる管理栄養士でありたいと思っています。子どもの食事は、個性いっぱいであってんやわんや！私も自分の子どもを育てていた頃を思い出すと、懐かしいやら、ため息が出るやら。

でも、きっと子どもにはママとの楽しい思い出が詰まった時間です。困ったこと、心配なこと、ちょっとした疑問、なんでもお気軽にお尋ねください。どうぞよろしくお願いいたします。

松戸子育てフェスティバル 2015

毎年大盛況の『松戸子育てフェスティバル』が今年も開催されます。子育てを応援する情報がいっぱいです。大人も子どもも楽しめるコーナーがたくさんあり、授乳室や昼食スペースや休憩スペースも用意されていますので、小さいお子さんを連れていてもゆっくり楽しむことができます。

日時 2015年3月1日(日)

10時～15時

場所 ふれあい22(健康福祉会館)
松戸市五香西3-7-1

*新京成電車「八柱駅」からシャトルバス運行があります。

または「牧ノ原小学校」に車をとめてシャトルバスで行くことも出来ます。

「五香駅」からは徒歩15分です

ひろばカレンダー 2月



ひろばnews

※保育園ママ交流会以外は、申込み不要です。

◆2/ 5 (木) 15:00～オカリナのコンサートを開催します。

◆2/ 8 (日) 10:30～保育園ママの交流会を開催します。

(保育園ママ対象・要申込)

◆2/10 (火) 13:00～15:00 おもちゃの病院開院します。

◆2/24 (火) 10:30～みんなでお散歩 (詳細は、ひろばにて)

◆2/25 (水) 13:30～小金保健センター栄養士によるミニ講話

(保健師による個別相談あり)



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。

★ 保 育 士 の 相 談 日 : 2/14 (土) 10:00～12:00

★ 助 産 師 の 相 談 日 : 2/ 7 (土) 14:00～16:00

2/17 (火) 10:00～12:00

★ 歯科衛生士の相談日 : 2/20 (金) 10:00～12:00

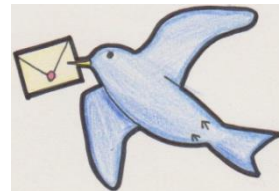
★ ことばの相談日 : 2/ 7 (土) 10:00～12:00

★ 食事(栄養士)の相談日 : 2/ 6 (金) 13:30～15:30

★ 子 育 て 相 談 日 : 2/ 5 (木) 13:00～15:00

2/13 (金) 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

2/14 (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。

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

2/19(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 (はじめのいっぽ)

2/25(水) 10:30～ (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)

2/19(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。

1	日	
2	月	休館日
3	火	
4	水	
5	木	相談日(子育て) オカリナコンサート
6	金	相談日(栄養士)
7	土	相談日(ことば) 相談日(助産師)
8	日	保育園ママの交流会 (保育園ママ対象・要申込)
9	月	休館日
10	火	おもちゃの病院
11	水	
12	木	
13	金	相談日(子育て)
14	土	相談日(保育士) お父さんひろば
15	日	
16	月	休館日
17	火	相談日(助産師)
18	水	
19	木	ふれあい遊び 海外からきた父母ひろば
20	金	相談日(歯科衛生士)
21	土	
22	日	
23	月	休館日
24	火	みんなでお散歩
25	水	絵本の読み聞かせ 小金保健センター栄養士 によるミニ講話
26	木	
27	金	
28	土	

Eーこどもの森 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