ひとりひとりを大切に…
地域のみんなで子育てを

あいの風

E-こどもの森
ほっとるーむ
新松戸
つうしん

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ーむに来て、心のビタミンをいっぱい補給していただけるとうれしいです。

NO. 87
2016 年
12 月号

〈ママパパ学級〉 11/20(日)開催

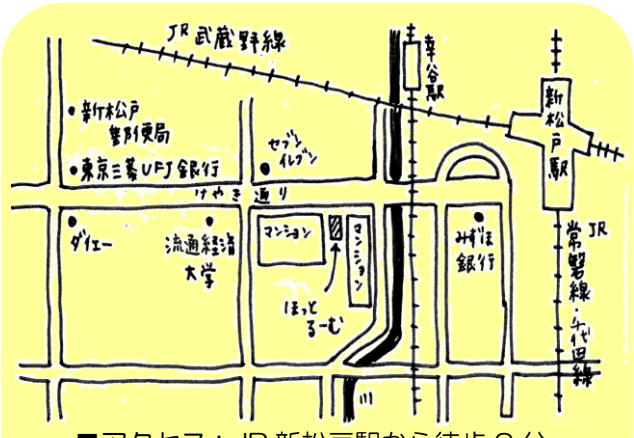
プレママパパ 12 組、赤ちゃん親子 12 組が 4 つのグループに別れて交流しました。
出産にむけての準備、出産後の生活など先輩ママパパから 1 対 1 でたくさんアドバイスをもらい、また赤ちゃんの抱っこも体験することができて、心温まるひとときとなりました。

〈人形劇〉 11/16(水)開催

今年も『かざぐるま』さんがやってきました。
暗闇で色鮮やかにひかるブラックシアターに感動！
米山さんの「そらはだかんぼう」も健在。
たくさんの人形たちが登場する音楽人形劇に笑顔の花が咲きました。

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
ほっとるーむ 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@m-harmony.org
＜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・ほっとるーむ新松戸は、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。

なぜ、絵本の読み聞かせをするの？

ほっとるーむスタッフ絵本担当の守屋さんに絵本の読み聞かせについて聞きました。
また絵本を２冊紹介してもらいました。

乳幼児期は、親子で楽しい経験を一緒に出来る大切な時期。絵本の読み聞かせも他のおもちゃなどと同じあそびのひとつとして取り入れてみてはどうでしょう。決して無理やり絵本の読み聞かせをしなければならないということではありません。
親子でふれあい、心の通いあいを充分経験することは相手の気持ちを思いやる心を育て、自分は自分でいいんだ（アイデンティティ）という、生きていく上での土台を作ります。しっかり心を受けとめてもらい安心感をもてた子どもは自分の力で伸びていこうとします。
ひとつひとつの経験が子どもの心を育てます。
ぜひ、お母さん、お父さんも今のこの時期を楽しんで下さいね。

絵本の紹介

「くまのコールテンくん」
作　ドン・フリーマン
訳　まつおか　きょうこ
偕成社

コールテンくんは、デパートのおもちゃ売り場で誰かが買ってくれるのを待っているくまの子です。ある日、ズボンのボタンが無いことに気付き夜のデパートの中を探しにドキドキの大冒険！その後やさしいリサの家に行くことになったコールテンくん。
人とのつながり、思いやりの気持ちをしっかり感じることの出来る絵本です。

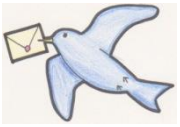
「これは　のみの　ぴこ」
作　谷川　俊太郎
絵　和田　誠
サンリード

お話するってこんなに楽しい！
日本語っておもしろい！と思える絵本。
「これは　のみの　ぴこ」から始まり、次々と出てくる登場人物たち…。何回も何回も繰り返される言葉に大人も子どももはまってしまいそう！
声に出して読んで気持ちいい理屈抜きで楽しい絵本です。

ひろばからのおねがい

感染症などが流行るこの季節、ひろばをご利用の際は、手洗い、うがいのご協力をお願いします。
消毒用アルコール、紙コップは、ご用意してあります。
体調がすぐれないときには、お家でゆっくりお休みくださいね。

ほっとるーむをご利用の方に感想を聞きました



今から１年半前に私は、「ほっとるーむ新松戸」のドアをくぐった。当時、私は初めての出産と子育ての中、育児と家事が上手くいかない苛立ちとそれに加えて産後うつからの苛立ちに悩まされていた。赤ちゃんはちゃんと今日も寝てくれるのか？　ミルクは時間通り飲んでくれるのか？　自分のおっぱいは出ているのか？　家のおむつや粉ミルクは足りているのか？　泣き出したらどうしよう？etc．．．。そんな不安と緊張の毎日に自分の赤ちゃんに対して恐怖さえ感じていた。そんな中、友達から「地元の支援センターに行ってみたら」とのメールが届いた。赤ちゃんを抱っこして早速、偵察のつもりで恐る恐るドアの外から覗いていると、スタッフさんがそんな私に気付き温かく迎え入れてくれた。その時のことは今でも良く覚えている。その時から私はスタッフさんやそこに集うママさん達に少しずつ毎日の不安や緊張から救って貰っている。もし出産や子育てに同じように悩んだりする友達や知り合いがいるならぜひ「ほっとるーむ新松戸」の利用を勧めてくれたらと思う。

〈武田清恵さんとお子さん〉

第13回 新松戸 光のフェスタ

2016年11月23日(水)～
2017年1月9日(月)
17：00～23：00

今年も新松戸駅前ロータリーを中心に光のイルミネーションに包まれます。
ご家族・お友達と温かくして輝く夜の街に出掛けてみてはいかがですか。

ゆっくりエプロン　号外

あなたの笑顔が一番のごちそうです！

子どもとおいしいクリスマス

子どもとの楽しい時間をすごすことが一番！

簡単！パパも作れる！

仕上げはみんなの笑顔です

NPO日本食育インストラクター　本間清子　2016.12

子どもと楽しい行事ごはんを囲むポイント

① 定番料理をえらぶ → 無理なくあわてず、安心して作れる！
・いつも食べ慣れている、作り慣れているものが良い！

② みんなで作って、みんなで片づける…を楽しむ！
・パパも180°作ろう！パパの鬼味カUP！買い出しも楽しいイベントに！

市販品も上手に使ってね

③ 同じものを、一緒に食べましょう！ → 苦手なものもついつい食べちゃう？
・家族やそこにいる人たち、みんなそろって同じものを食べましょう！

たくさんのおいしい笑顔が広がりますように

料理が苦手！初心者・パパ・子どもも作れる！

簡単・おいしい・クリスマス おもてなしごはん

ツナの炊き込みごはん

人参をハートや星型にぬけばクリスマス

<材料料>
- 米…2合　・水…350cc
- ツナ缶…1缶(70g)
- なめたけびん詰…100g
- 人参…1/3本（ミックスベジタブルでもOK！）

<作り方>
① 米を30分前に洗いざるにあげておく
② 人参はいちょう切りに
③ 炊飯器に、米と水を入れ、人参→ツナ→なめたけを順にのせ混ぜずに炊く
④ 炊きあがったら、全体をざっくり混ぜて出来上がり

スープ

野菜は手でちぎれるものが簡単！
玉ねぎなどをさらにプラスしても！
ありあり野菜を何んでも入れて作って下さいね。

<材料料>
キャベツ・ウインナー・乾燥わかめ・コンソメ1コ・水600cc　塩こしょうで味を整えてね！

♥ボリューム、見た目、彩よし！

おとうふのカルパッチョ風

大皿にでん！と盛りつけな

<材料料> しょうゆとオリーブオイルがgood!
- とうふ…一丁
- トマト…1コ
- アボカド…1コ
- しょうゆ
- オリーブオイル
- 黒粗びきこしょう

※スモークサーモン、生ハムを添えればさらにおもてなしにもgood!!

<作り方>
① とうふは水切りをして1.5cm角に切る（もめん豆腐なら、手でくずしてもよい）
② トマト・アボカドも1.5cm角に切る
③ 大皿に、とうふ→トマト→アボカドを彩良く盛りつけ
・オリーブオイル、しょうゆを全体にひとまわしかけ、大人は粗びき黒こしょうをかけてどうぞ！（お好みのドレッシングでもOK！）

ひろばカレンダー12月

1	木	相談日（ことば） オカリナと歌のコンサート
2	金	
3	土	相談日（栄養士）
4	日	
5	月	休館日
6	火	みんなでお散歩
7	水	ママヨガ 相談日（助産師）
8	木	
9	金	
10	土	相談日（保育士） お父さんひろば
11	日	
12	月	休館日
13	火	
14	水	
15	木	ふれあい遊び 海外からきた父母ひろば
16	金	相談日(歯科衛生士) 保育士釣屋さんを囲んで おしゃべり会
17	土	相談日（助産師）
18	日	
19	月	休館日
20	火	
21	水	クリスマスコンサート 相談日(子育て)
22	木	
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	休館日
27	火	
28	水	
29	木	休館日
30	金	休館日
31	土	休館日(※1/3まで休)

ひろばnews

※釣屋さんを囲んでおしゃべり会は要申込です。

◆12/ 1（木）11:00～ オカリナと歌のコンサートを開催します。
◆12/ 6（火）10:30　ほっとるーむ集合！ みんなでお散歩（詳細ひろばにて）
◆12/ 7（水）10:30～ ママヨガを開催します！
◆12/16（金）10:30～11:30 保育士 釣屋さんを囲んでおしゃべり会（要申込）
　対象：6ヶ月位までのお子さんを持つ保護者
◆12/21（水）11:00～ クリスマスコンサートを開催します。　お楽しみに！
◆◆ほっとるーむ新松戸は、12/29（木）～ 1/3（火）までお休みです。

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　：12/10（土）10：00～13：00
★助産師の相談日　：12/ 7（水）13：30～15：30　12/17（土）14：00～16：00
★歯科衛生士の相談日：12/16（金）10：00～12：00
★ことばの相談日　：12/ 1（木）10：00～12：00
★食事(栄養士)の相談日：12/ 3（土）10：00～12：00
★子育ての相談日　：12/21（水）14：00～16：00

※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

12/10（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

12/15(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　(はじめのいーっぽ)

12月は、お休みです。

次回は、1/25(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)

12/15(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、譲り合ってご利用くださいね。

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。
■詳細はお問い合せください。０４７－３７５－８７３７

編集・発行：Eーこどもの森ほっとるーむ新松戸　川﨑・遠山・太田・直井　　ご意見・ご感想お待ちしています。