

ひとりひとりを大切に…
地域みんなで子育てを

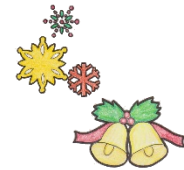
あいの風

豊作と豊漁、幸せをもたらす海からの風をあいの風・響の風といいます。
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ると嬉しいです。

ほっとる一む
新松戸
つうしん

NO. 135

2020 年
12 月号



11 月 13 日（金）新坂川遊歩道へ
27 日（金）さざんか公園へ
『みんなでおさんぽ』に行ってきました！



次回のおさんぽは、12 月は、4 日（金）、11 日（金）、1 月は、15 日（金）を予定しています。

12 月 4 日（金）、11 日（金）の両日とも定員に達しました。（申込終了）

1 月 15 日（金）行き先：新坂川遊歩道（行き先変更の場合あり）

10:30 ほっとる一む新松戸集合 10:45 ほっとる一む新松戸出発

申込み・受付：12 月 15 日（火）から予約開始です。お電話、またはひろばでお申込みください。（先着 5 組）

※雨天中止【雨の場合はひろばで過ごすことも可能です。お申込み時にひろば利用（3 組のみ）をお伝えください。



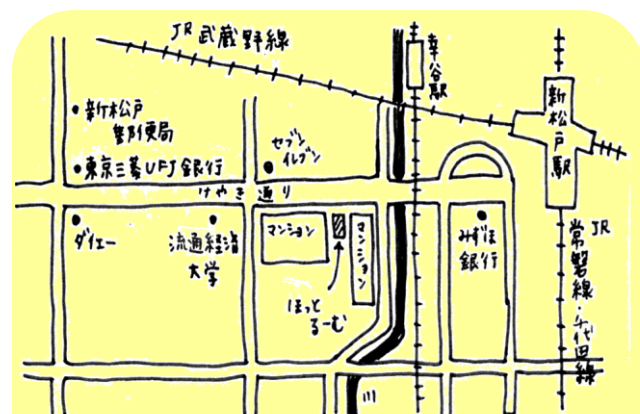
ホームページ

松戸市地域子ども・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

ほっとる一む
新松戸



HR.SHINMATUDO
Instagram
はじめました



■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。

<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
<ホームページ> <http://shinmatsudo.m-harmony.org>

※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。



Xmasにもおすすすめ Menu!

1. 炊飯器に おまかせ 炊く

- ・ 米 2合 ⇨ 水加減した後、
大さじ2分の水を
とり除いておく。
- ・ ウイナー 3本 ⇨ 輪切り
- ・ 玉ねぎ 1/2コ } みじん
・ ピーマン 1コ } 切り
- ・ コンソメ 小さじ 1
- ・ 塩 小さじ 1/2
- ・ ケチャップ 大さじ 2

point

① 材料を全部入れて
ふつうに炊く。

② できあがり!



Please wait...

型抜きに

ハム、カレー、
など飾ると楽しい!

とろとろ卵や、
トマトカレーを
かけてもGood!

2. 餃子の皮スタック

- ・ 餃子の皮
- ・ 中身は自由自在!
おすすすめ...

クリームチーズ + いちごジャム
フロリン ← カスタード
チョコレートクリーム
チーズ ← 100%の
つまみに
Good!

① 餃子の皮に
うすくバターをぬる



② 中身をおく
(ウレシに)

③ 半分に折り
立端をきゅと
する。



④ 魚焼きグリルで

こんがり焼く!
冷まして召し上がれ♡

子どもたちの
手がよごれ
のが良いです



3. フローズンヨーグルト

- ・ 桃の缶詰 汁ごと冷凍
しておく

point

- ・ ヨーグルト



① 材料を全部
ミキサーにかける

② 盛りつけて
できあがり



おでかけもままならぬ日々が
続き、おつかいのマミ、ハロモ
いらっしゃるかと思ひます。
『がんばらねいごほん』で、楽に
時間をおすごし下さい。
皆様 よいお年を! by 梅蔵



12月のオンラインひろばのご案内

☆手遊び&おしゃべり会☆

日時：12月8日（火）10:30～11:30
（リアルひろばと繋いで！）

ほっとる一む新松戸スタッフと手遊びをしたり、
みんなで楽しくおしゃべりしませんか？

☆みんなで楽しもうオンライン クリスマスミニコンサート☆

～フルートアンサンブル&チューバ・ユーフォアンサンブル～
日時：12月17日（木）11:15～12:00
クリスマスソングや大ヒット中の鬼滅 song、
お子さん向けの曲など親子で楽しんでいただける
内容です(^-^画面 ONorOFF、ミュートで!!
自由な設定でお気軽に参加して下さいね♪

☆おとうさんひろば☆

日時：12月20日（日）11:00～12:00
テーマ：フリートーク

（パパの子育ての悩みややりがいについて）

コロナ禍における子育ての工夫、時間の作り方、遊び方など
についてフラッとパパメンバーとお話

しませんか？ フラッとパパの HP はこちら



※オンラインひろばは、
ほっとる一む新松戸 HP から
お申込みください。



赤ちゃんとお過ごし初めての冬【衣服の着せ方・乾燥対策（肌のお手入れ）について】

衣服の着せ方について



「〇ヵ月だから、◆◆を何枚。」というアドバイスをよく目に
するかもしれませんが、生まれた週数や体重、やネンネが
中心なのか、いつも抱っこなのか…そんなお子様の個性で
も体温を保つための体質も違うことや、お住まいの場所が
マンション住まいか、一軒家かでも気温や湿度が大きく変
わる影響があります。

大切なことは、【お子様の肌に触れること】触れてみて、
汗ばんでいないか？逆に冷たすぎないか？体幹に近い部
分に触れること。おむつ変えの時の太ももの温度の感じ方
なども気にしてみてくださいね。外出するときなどは脱ぎ履
きしやすいもの。また、手足の動きも妨げられないものや、
逆に極端に手足が冷たく感じる時などは保温の必要があ
ることも、ぜひ参考にしてくださいね。レッグウォーマは活用
しやすい保温アイテムです。できれば天然素材のものをお
勧めします。

乾燥対策(肌の手入れ)について

赤ちゃんの皮膚は薄く、大人の半分くらいの薄さとも
いわれています。なので、水分が奪われやすく乾燥し
やすくなってしまいます。また3か月くらいまでは皮脂
の分泌が盛んになる子もいて、乳児湿疹が出やすくな
ったりする時期でもあります。逆に4か月以降になると
と皮脂の分泌が落ち着いてきて乾燥が進むケースもあ
ります。まめな保湿が効果をだしていきますので、お風
呂上りなどできるだけ保湿剤を活用してみてください。
お好みのものや処方を受けたものなど、親御さんのお
好みで選びながら、お子様に合うものをご活用くださ
い。今は天然でオーガニック素材のものなども多く販売
されていますので、楽しみながら冬の保湿を楽しんでく
ださい。また積極的に肌に触れることは
愛着を作る大切なスキンシップになります
ので、どんどん育児に取り入れてください。



ほっとる一む新松戸をご利用の方に感想を聞きました

初めてほっとる一むに伺ったのは息子が4ヶ月の頃でした。寝返りもまだ
出来ない時期だった事もあり、まだ早いかな…？と不安もありましたが、
息子に少しでも良い刺激になればいいなという思いでした。

ですが、いざ利用させてもらおうと、他のママさんやスタッフの皆さんと育
児についての悩み、相談、情報共有、また何気ないおしゃべりがとても楽し
く、週に2～3回程通っていました。

コロナの影響で閉館になってしまい、しばらくほっと
る一む新松戸に行けない日が続いていましたが、再開して
久しぶりに利用させてもらおうと、息子が場所見知りする
ことなく、はしゃいで遊んでいて息子にとって、ほっと
る一む新松戸は楽しい場所なんだなあと思いました。

また、スタッフの皆さんがいつも優しく接してくださり、
一緒に成長を見守ってくださる事がとても嬉しいです。

これからも親子共々どうぞよろしくお願いします。

〈岸本さんとお子さん〉



新松戸 光のフェスタ

2020年12月5日（土）～

2021年1月11日（月）

17:00～22:00くらい

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。
またほっとる一む新松戸も町会連合会
の方たちの協力でクリスマス色に輝く
かも…。

パパと赤ちゃんの日

日時：12月20日（日）
10:00～12:00

対象：パパと0歳児のお子さん、
0歳児のご家族
（上のお子さんも利用可）

※お電話でお申込み下さいね。



ひろばカレンダー12月

1	火	◆0歳児ひろば
2	水	
3	木	◆0歳児ひろば
4	金	☆みんなでのおさんぽ
5	土	★予約制相談日【言語聴覚士 佐藤さん】
6	日	◆0歳児ひろば
7	月	一休館日
8	火	◆0歳児ひろば ☆手遊び&おしゃべり会(オンライン)
9	水	★予約制相談日【保育士 つりやさん】
10	木	◆0歳児ひろば ★予約制相談日【歯科衛生士 鈴木さん】
11	金	☆みんなでのおさんぽ
12	土	◇はじめてひろば ★予約制相談日【助産師 加藤さん】
13	日	◆0歳児ひろば
14	月	一休館日
15	火	◆0歳児ひろば
16	水	★予約制相談日【子育て 永瀬先生】
17	木	◆0歳児ひろば ☆みんなで楽しもう オンラインクリスマスミニコンサート
18	金	
19	土	
20	日	◆0歳児ひろば《パパと赤ちゃんの日》 ☆おとうさんひろば(オンライン)
21	月	一休館日
22	火	◆0歳児ひろば
23	水	◇はじめてひろば ★予約制相談日【助産師 山形さん】
24	木	◆0歳児ひろば
25	金	
26	土	★予約制相談日【管理栄養士 梅沢さん】
27	日	◆0歳児ひろば
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	

12/28 ~ 1/4 休館

予約制ひろば

利用時間(最大 120 分) ※お電話でお申込みください

①10:00~12:00 / ②13:00~15:00 / ③16:00~18:00

各回いずれも3組8名まで。定員入れ替え制。

(一時預かりのお子さんがあることをご了承ください。)

オンラインひろば

☆手遊び&おしゃべり会

12/8(火) 10:30~11:30

詳細は中の紙面で!!

☆みんなで楽しもうオンライン

クリスマスミニコンサート

12/17(木) 11:15~12:00

☆おとうさんひろば

12/20(日) 11:00~12:00

※ホームページからお申込みください

Zoomを使用します。

オンラインについて不明な点など

お気軽にスタッフにお尋ねください(^)/

0歳児ひろば

◆火曜日 16:00~18:00

(12/1、8、15、22日)

◆木曜日 13:00~15:00

(12/3、10、17、24日)

◆日曜日 10:00~12:00

(12/6、13、27日)

(12/20←パパと赤ちゃんの日)

※お電話でお申込みください

はじめてひろば

◇12/12(土)10:00~12:00

◇12/23(水)13:00~15:00

対象:初めてひろばを利用する方、妊婦さん。

※お電話でお申込みください

予約制の子育て相談日

※お電話でお申込みください

◎相談員さんによる子育て相談 各3組限定(1組30分)

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。

★助産師(加藤さん): 12/12(土) 14:00~16:00

★助産師(山形さん): 12/23(水) 10:00~12:00

★保育士(つりやさん): 12/9(水) 10:00~12:00

★歯科衛生士(鈴木さん): 12/10(木) 13:00~15:00

★言語聴覚士(佐藤さん): 12/5(土) 10:00~12:00

★管理栄養士(梅沢さん): 12/26(土) 10:00~12:00

★子育て(永瀬先生): 12/16(水) 14:00~16:00

◎子育てコーディネーターによる子育て相談も行っております。

※いずれも別室にて個別の相談となります。詳しくはホームページ、または、お電話でお問い合わせください。

ひろば利用にあたっての注意事項

①保護者、お子様、ご家族に発熱やくしゃみ、鼻水などの症状や体調不良がある場合は、利用をご遠慮ください。(事前にキャンセルされる場合は、早めの連絡をお願いします。)

②来館前に健康チェック(検温、体調等の確認、健康チェックの記入)のご協力をお願いします。

③ご利用前に必ず石鹸で手洗いをお願いします。

④おとなの方はマスクの着用(各自持参)をお願いします。

⑤水分補給用の飲み物、床に敷くためのバスタオル等は、ご持参ください。

⑥換気のために完全入れ替え制になります。換気と消毒、おもちゃの入れ替えを行います。

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。

お子さんの保険証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