

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

ほっとるーむ  
新松戸  
つうしん



NO. 150  
2022年  
3月号

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嬉しいです。



春から保育園・幼稚園のみなさん  
おめでとうございます!!  
お子さんたちが、新しい門出を迎えられますことを  
スタッフ一同、とてもうれしくおもっています(^-^)



↑ホームページ

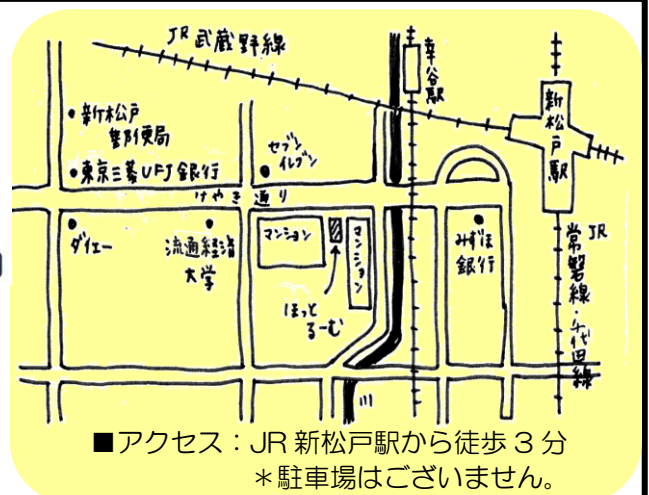
松戸市地域子ども・子育て支援事業  
松戸市乳幼児一時預かり事業  
松戸市子育てコーディネーター事業

ほっとるーむ  
新松戸



HR.SHINMATUDO

↑インスタグラム



<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。



この春ご入園を迎えられる皆様、おめでとうございます！  
 今頃は入園グッズを用意したり、おトイレちゃんとかできるかな…などと心配したり、ワクワクソワソワされているかと思います。私も「幼稚園はまだか！」と日々のお世話に音を上げそうになったりしていたのに、入園が近づくと、こうして段々と親から離れて行くのだな…と感慨深い気持ちになったのを思い返しました。いざ入園してみると、思いのほか忙しさは変わらないのですがね笑。園から帰ってくる前に、あれもこれもしておかなきゃ！なんというのはたまにはやめて、ほんの少しでも自分のためだけの時間を過ごしてみてくださいね。様々なご不安もあるかと思いますが、まずはご自身が我が子のために選んだ場所を心から受け入れ、任せてみてください。きっと、一つや二つ、もしかしたらそれ以上の良い出会いも待っているはずですよ。そして、今までも十分可愛いと思っていちゃっていいと思いますが、子どもたちは更に可愛さが増す年頃ですよ！一生懸命伸びようとする姿が眩しく、尊さすら感じます。就学前に親子が触れ合えるこのプレゼントのような時間を、一緒に楽しみましょうね。  
 相原さん（4歳の女の子のお母さん）



ご入園おめでとうございます。コロナ禍での幼稚園入園は、とても不安で我が家もとまどいの毎日でした。息子は、集団の中で生活をしたことがなかったのでお友達ができるか、楽しく過ごせるか息子よりも私がドキドキしていたように思います。入園直後の4・5月は、登園に後ろ向きで保育中に寂しくなってしまう何度も涙を流しお迎えを待っていたと先生に聞きました。その後、園生活にも少しずつ慣れてきた頃に給食も始まり、お友達と一緒に食べる楽しさや嬉しさから苦手な野菜も頑張って完食できるようになったりと、息子の成長を感じられることが増えてきました。息子の通う幼稚園は日々の遊びから子どもらしさを育てる活動やイベントがあり、泥あそびやごっこ遊びをはじめとして日本らしい昔ながらの風あげやカルタ遊びのほか、餅つきや焼いもなど“初めて”をたくさん体験しています。今では幼稚園に通うのが大好きで、朝自分で起きて身支度をするようになったりと、この1年でとても成長したことを実感しました。これから入園を控えている方は、入園後の不安があると思いますが、入園までの日々を楽しみに親子で密に過ごしてほしいと思います。あっという間の年少の1年を終え、年中ではどんな姿を見せてくれるのか、今後の成長が楽しみです。



畠中さん（4歳の男の子のお母さん）



ご入園おめでとうございます。そして、今まで子育てを頑張ってきたご自身を沢山、誉めてあげて下さいね！入園前は期待と不安の両方があると思います。私自身を振り返ってみても、ほっとしたり悩んだり色々な感情と向き合い娘と一緒に成長してきたように思います。経験を踏まえて、お伝えできるとしたら、心配もあるかもしれませんが、「ママはいつも〇〇ちゃんを応援しているよ！」と言う事をお子さん自身に伝えることで、お子さんもママやパパから良いエネルギーを貰い一歩踏み出す事ができるように感じています。子どもって、ママやパパの気持ちを敏感に感じているものです。僕は、私は、いつもママやパパから信じてもらっている！応援してもらっている！と思えると、その気持ちが活力になります。年少さんの1学期は、最初は、行き渋り、大泣きすることもあるかもしれませんが、しかし、それはママとの信頼関係が築けているからこそその反応でもあります。我が家の場合も、連れていくのが大変な時期もありました。その時には、まずは子どもの今の気持ちをしっかりと受け止めて認めてあげることをしました。「ママとずっと一緒にいたいんだよね。〇〇ちゃんの気持ちわかるよ。」認めた上で、幼稚園でしかできない楽しいことや、帰って来てからの楽しみを話し合っ用意したりもしていました。それでも、どうしても行きたがらなければ、思いきって幼稚園をお休みするのもありだと思います。我が家も、お休みしたこともありました。その時には、「今日はママと1日デートだね！」と一緒に楽しみ「今日1日ママと楽しんだら、明日は、幼稚園に行こうね！」と約束事を決めてお休みをしました。その子によって性格も個性も様々なので、どれかベストな方法かは、試してみないとわからないと思いますが、悩んだ時には、先生や周りの人に頼りながら解決策を得ていく方が、早いと思います。1人で抱え込まないようにすることで、ママの負担も減り、笑顔でご機嫌でいられるようになります。ママ自身が幸せであることがお子さんにとっても幸せなことでもあります。子育てしていると、自分のことは後回しになりがちですよ。疲れたな！と思ったら、好きなものを食べたり好きな事をする時間を作り自分を満たしてあげることで気持ちにゆとりができて、子育てをより楽しめるようになります。家事もお休みしたり、1人になる時間も大切だと思います。色々なことがあるかもしれませんが、周囲の協力を得ながら、一緒に解決していくことでなんとかなったりします。これからは、運動会や発表会などイベントもあるので、子どもの成長を感じる機会や楽しみも増えていきますよ。ゆったりとした気持ちで園生活を楽しまれて下さいね！

阿部さん（3歳の女の子のお母さん）

# イベント詳細

## ☆多胎児親子交流会☆

月曜日はひろば休館。

多胎児ならではの子育ての悩み、また楽しさについて、情報交換も含めて、みんなでおしゃべりしませんか？

日時：3月7日(月)10:30～11:30(10:15～受付)

場所：ほっとる一む新松戸

対象：多胎児のママパパ。妊婦さんの参加也大歓迎です！

定員：5組 ※要予約。ご予約はお電話またはひろばにて。  
2/8より受付開始。定員になり次第締切。

## ☆1歳児のための育児教室☆

この時間帯は、ひろば閉館。  
参加者のみ入館。

小金保健福祉センターの保健師さんをお招きして  
トイレトレーニングについてお話していただきます。

日時：3月16日(水)13:30～14:30(13:15～受付)

場所：ほっとる一む新松戸

対象：1歳児のお子さんをもつママパパ。

定員：5組 ※要予約。ご予約はお電話またはひろばにて。

3/1より受付開始。定員になり次第締切。

オンライン参加も可。

お申込みは裏面の申込みフォームから。

## ☆おとうさんひろば☆

先輩パパを交えて、子育てなどについてパパ同士おしゃべりしませんか？

この時間帯は、ひろば閉館。  
参加者のみ入館。

日時：3/20(日)10:30～11:30(10:15～受付)

場所：ほっとる一む新松戸

対象：パパとお子さん、ご家族。パパだけでもOK！

内容：フリートーク(先輩パパによるお悩み相談会)

定員：5～6組 ※要予約。ご予約はお電話またはひろばにて。

3/1より受付開始。定員になり次第締切。



フラッとパパ  
のHP→



開催方法：①まん延防止重点措置発令中の場合

→オンラインでの開催

お申込みは裏面の申込みフォームから。

ひろばからiPadを使つての参加もできます。

②まん延防止重点措置が解除された場合

→ほっとる一む新松戸ひろばにて開催

## 防災対策 ポリ袋クッキング

11年前の3月11日、東日本大震災発生。東北地方を中心に多大な被害をもたらしました。災害はいつ発生するかわかりません。今一度、防災対策を考えておきましょう。対策のひとつとして、ポリ袋でのご飯の炊き方をご紹介します。(10月に開催した防災講座の際に、コープみらいの方に教えていただいたレシピです。)もしもに備えて、ぜひ試してみてください。

材料) 米1カップ 水1カップ

作り方) ①ポリ袋に米と水を入れて、15～30分つけ置きする。

(できるだけ空気を抜いて、袋の上の方で口を縛る。)

②20～30分湯煎後、火を止めて10分保温。

(水・燃料節約のため、水は鍋の1/2～1/3程度。ポリ袋が鍋底に当たると溶ける可能性があるため、必ず鍋に皿を敷く。蓋をして沸騰を保つ中弱火で湯煎。)

※ポリ袋は必ず、高密度ポリエチレン製(耐熱性)を使用してください。

※計量カップがなくても、米と水を同量用意できれば作れます！



## ～ ひろばからお願い ～

※健康観察シートの項目すべてにチェックを入れられた方のみ、ご利用可能となります。

体調がすぐれないときは、お家でゆっくりお休みくださいね。

※まん延防止重点措置の発令などの状況により、ひろばの利用方法について変更する場合があります。その際は、ホームページやインスタグラムにてお知らせしますので、随時ご確認ください。

## ほっとる一む新松戸をご利用の方に感想を聞きました

ほっとる一む新松戸は、私にとって第二の実家のような存在です。

コロナ禍で出産、育児をする中、気軽に親族、友人に会えない孤独と初めての育児に対する不安で押しつぶされそうだった私を、優しく支えてくださいました。

無料で親子が遊べる施設？そんなところが本当にあるのか？と恐る恐る、訪問したのが約一年前。スタッフさんがニコニコと笑顔で、いらっしやい！と温かく迎え入れてくださり、とてもホッとしたのを覚えています。それから今まで、娘と一緒に見守ってくださいました。宝物のような思い出をいっぱい、作ることができました。滑り台を登るとき、がんばれ！と応援してもらったこと。人見知りを発動して泣き喚いても、そんな日もあるよね～と受け入れてもらえたこと。新しいお洋服を着せていったら、可愛い～、とすぐに気づいてもらえたこと。

また、歯科相談、離乳食相談、助産師さんのアドバイス等、専門の方々にお話を聞く機会や、親子ヨガのようなリラックスタイムまで設けてくださり、追いつめられる前に悩みが解消でき、大変ありがたかったです。本当にお世話になりました。

娘が心身共に健やかに成長できたのは、ほっとる一む新松戸さんのおかげです。

この困難なご時世において、変わらず開館してくださっていることに感謝しております。

来年度より、保育園に入園することとなり、忙しくなりますが、これからも折を見て遊びに行きたいです。

末筆ながら、ほっとる一む新松戸さんのこれからのご発展を祈念しております。

<0さんご家族>





※ご予約は、お電話またはひろばにてお願いします。  
オンラインは下記申込みフォームから。

1	火	
2	水	
3	木	
4	金	
5	土	
6	日	
7	月	-休館日- 多胎児親子交流会
8	火	
9	水	・ふれあい遊び
10	木	
11	金	
12	土	
13	日	・welcome プレママプレパパ&0歳児ひろば ・相談【助産師】
14	月	-休館日-
15	火	・相談【助産師】 ・相談【女性の身体の悩み】
16	水	・1歳児のための育児教室
17	木	・赤ちゃんタイム
18	金	・相談【保育士】
19	土	・相談【食事】
20	日	・おとうさんひろば
21	月	-休館日-
22	火	・相談【歯】
23	水	
24	木	
25	金	・みんなでおさんぽ
26	土	
27	日	・インターナショナルママパパひろば みんなぐる
28	月	-休館日-
29	火	
30	水	
31	木	

**予約制ひろば**

1/21(金)より当面の間、予約制でひろばを開館しています。

①10:00~11:30 / ②12:00~14:00 / ③14:30~16:00 / ④16:30~18:00  
各回いずれも5組13名まで。定員入れ替え制。  
(一時預かりのお子さんがいることをご了承ください。)



**☆多胎児親子交流会☆**

日時：3/7(月) 10:30~11:30 ※要予約。  
対象：多胎児のママパパ、妊婦さん。

詳細は、  
中の紙面で!!

**☆ふれあい遊び☆**

日時：3/9(水) 10:30~(30分程度)  
風の子サークルの保坂さんが来館。  
※要予約。オンライン参加可。  
【毎月第2水曜日に開催】

**☆1歳児のための育児教室☆**

日時：3/16(水)13:30~14:30  
対象：1歳児のお子さんをもつママパパ。  
※要予約。  
オンライン参加可。

詳細は、中の紙面で!!

**☆welcome プレママプレパパ&0歳児ひろば☆**

日時：3/13(日)12:00~14:00 ※要予約。【毎月第2日曜日に開催】  
対象：プレママプレパパ。0歳児親子。

**☆赤ちゃんタイム☆**

日時：3/17(木)12:00~14:00  
対象：赤ちゃん(おおむねねんね期)。  
プレママプレパパ。  
※要予約。【毎月第3木曜日に開催】

**☆みんなでおさんぽ☆**

※要予約。  
日時：3/25(金)10:30 集合 10:45 出発  
行き先：新坂川遊歩道 5組13名まで。  
※雨天中止。中止の場合はHPでお知らせ。  
雨天時ひろば利用可(10:00~11:30)



**☆おとうさんひろば☆**

日時：3/20(日) 10:30~11:30 ※要予約。オンライン参加可。  
対象：パパとお子さん、ご家族。パパだけでもOK!  
【毎月第3日曜日に開催】

詳細は、  
中の紙面で!!

**☆インターナショナルママパパひろば みんなぐる☆**

日時：3/27(日)13:00~14:00 ※要予約。当日のご参加も大歓迎です。  
対象：海外からきたママパパ。パートナーが海外の方など。【隔月第4日曜日に開催】

**~予約制の子育て相談日~**

相談員さんによる子育て相談を予約制で行います。  
各時間帯3組限定(1組30分程度)、別室にての相談です。  
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。

- ★助産師：3/13(日)12:00~14:00、3/15(火)10:00~12:00
- ★保育士：3/18(金)10:00~12:00
- ★女性の身体の悩み(理学療法士)：3/15(火)13:00~15:00
- ★食事(管理栄養士)：3/19(土)10:00~12:00
- ★歯(歯科衛生士)：3/22(火)13:00~15:00



※状況により、お電話やオンラインでの相談に変更になることもあります。

子育てコーディネーターによる  
予約制子育て相談も  
行っています。

詳しくはお電話やひろばでお問い合わせください。

**~オンラインでご参加の方へ~**

Zoomを使用します。スマホでもOK!  
こちらの申込みフォームより、  
前日までにお申込みください。



申込みフォーム

イベント開催当日の朝までに、ミーティングID等の  
詳細をメールにてご連絡します。  
メールが届かない場合はお電話ください。



**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おります。

- 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

