

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

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.171

2023 年

12 月号



クリスマスのイルミネーションが
きれいな季節になりましたね☆

ほっとる一む新松戸のひろばでも、
クリスマスコンサート開催など
クリスマス気分が楽しめます。

ぜひ遊びに来てくださいね♪



↑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

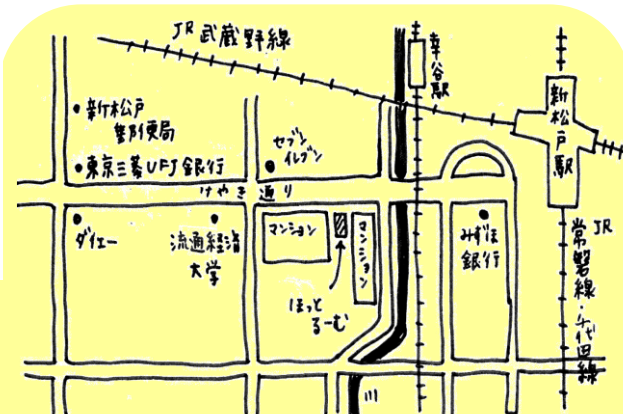
↑インスタグラム

<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>



■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。

※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。

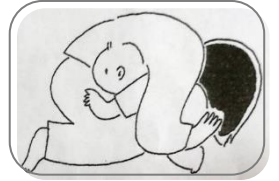
防災講座 防災ははじめの一步 ～台風・豪雨編～

ほっとるーむ新松戸では定期的に避難訓練や防災講座・不審者対策などを実施し、日頃から防災に関心を持ち、いざという時に慌てず行動できるよう学ぶ機会を作っています。11/23(木)、昨年に引き続き、青木八重子さん(NPO法人パートナーシップ代表)をお招きして、今回は台風・豪雨への備え、地震の際の身の守り方、家族間の連絡方法などについてレクチャーしていただきました。



地震の際の自宅での対策

写真・イラスト
ダンゴムシポーズ



1. まずは、寝室の安全の確保＝倒れてくる家具の転倒防止措置。(空の段ボールをタンスの上の隙間に入れ固定する)
2. ガラス窓の飛散防止。(飛散防止フィルムを貼る、又は厚手のカーテンを閉めておくのも効果的)
3. 落ちて来ても割れないような照明を取りつける。
4. 突然の揺れに対して家の中での避難場所を決めておき、シュミレーションしておく。(1回やってみないと、いざという時にできない)
5. お子さんを守るダンゴムシポーズはとても有効。急に行っても嫌がるので、日頃からダンゴムシポーズごっこ遊びをしておくといよい。その際、頭と首を守るのが重要！



台風・豪雨への対策

- ・ハザードマップで自分の住んでいる地域が何色になっているか確認。(松戸市HP)
- ・事前に避難場所や避難ルートの確認をしておく。
- ・浸水が始まると避難が困難になるので、昼間のうちに早め早めの避難。暗くなってからの避難は厳禁！

✓ 避難行動のポイント

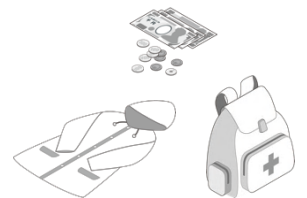
- ・長靴を履いて逃げない。→水かさが増すと身動きが取れなくなるので運動靴がオススメ！
- ・浸水した中での避難時は、マンホールのフタが外れている可能性もあるので傘などの長い棒で足元を突きながら進む。

✓ 避難する場所

- ・どこへ逃げる？→乳幼児がいる場合は、あらかじめ決めておく。(実家・親せき・友人宅・ホテル等)

✓ 避難所に持っていくもの (抜粋) ※地震の場合も共通※

- ・受付に時間がかかり外で並ぶことを考慮して、アルミシート(人数分)・レインコート(服の中に着ると暖かい)があると寒さ対策になる。
- ・保険証・お薬手帳のコピーや母子手帳。
- ・携帯の充電器など。
- ・家族全員分の写真(身元を探す時の為)。
- ・現金3万円。※100円玉×20枚・1,000円札×10枚



災害時の家族間での連絡方法

- ・連絡先を紙に書いて持ち歩く：名前・電話番号・メールアドレス等。
- ・171が使えるように練習しておく。
- ・連絡先は1つだけでなく、SNS・Instagramなど活用。



参加した方の感想

- ・災害に対する水・食料などの備蓄が足りないので用意しようと思った。
- ・無理なくできそうな準備を教わることができて、ためになりました。

普段はわかっているやらない準備が多かったが、話を聞いてやってみようという気持ちになった。

イベント詳細

☆松戸はじめておしゃべり会☆

日時：12/1(金)10:30~11:30

対象：結婚、転勤などを機に松戸市に越してきたママパパ、
プレママプレパパ

予約不要！

松戸市のこと、以前住んでた町のこと、子育てのこと…
いろんなことをみんなでおしゃべりしてみませんか？
同郷の方に出会えるかもー(^^)／ ご参加お待ちしております！

☆クリスマスコンサート☆

日時：12/10(日)10:30~11:30

予約不要！

“ママさんブラス森のおんがく隊アンサンブルチーム”が久しぶりにほっとする一む新松戸にやってきます！フルート、ユーフォニアムなどの生演奏を聴きながらみんなでクリスマス気分はいかがですか？ファミリーでのご参加ぜひお待ちしております(^^)



☆ママパパ学級 3日目☆

初めて妊娠されたお母さんに妊娠中からひろばを知ってもらって実際の赤ちゃんに触れ合ったり、先輩ママパパとお話したりという時間です。

日時：12/10(日)13:30~14:30

対象：プレママプレパパ

申込み：※要予約。お電話またはひろばにて。
※飛び入り参加、大歓迎!!

この時間帯はひろば閉館。
参加者のみ入館。



☆とことこ@新松戸ひろば☆

日時：12/16(土)13:30~15:00

対象：お子さんの発達に気になる方などなだでも。

定員：6組 ※要予約。お電話またはひろばにて。

この時間帯はひろば閉館。
参加者のみ入館。

落ち着きがなくて心配、ことばが遅い…など日頃より育てづらさやお子さんの発達に不安を感じている方がひろばでお子さんを遊ばせながら、子育てで気になること・心配なことなどを話せる場所です。ぜひ気軽に遊びに来ませんか？

【偶数月第4土曜日開催】※今月は第3土曜日に開催。

☆おとうさんひろば・ インターナショナルママパパひろば みんなの コラボ企画☆

日時：12/17(日)11:00~12:00

対象：パパとお子さん、ご家族。パパだけでも！

海外からきたママパパ、パートナーが海外の方など。



クリスマスの手遊び・絵本やスタッフによるベルの演奏を楽しんだあと、各国のクリスマス（料理、お菓子、飾り付け、過ごし方など）についてパパの自慢料理などみなでおしゃべりしませんか？

【おとうさんひろば：毎月第3日曜日開催】

【インターナショナルママパパひろばみんなの：毎月第4日曜日に開催。
12/24(日)はお休み】

イベント開催お知らせ

☆多胎児ママパパ交流会☆

日時：1/8(月)10:30~12:00

対象：多胎児親子、プレママプレパパ。

定員：6組 ※要予約。お電話またはひろばにて申込み。



多胎児ならではの子育てについて、親子一緒にひろばで遊びながらおしゃべりしませんか？

☆イライラ、モヤモヤする時ありませんか？

おしゃべり会☆

日時：1/12(金)13:00~14:00

対象：子育て中のママパパ

予約不要！

子育て、家事、仕事で忙しい毎日…なんだかイライラモヤモヤする事ってありますよね！そういうことあるあるのママパパたち、そんな気持ちをみんなでおしゃべりしませんか？

気軽に参加お待ちしております！

簡単レシピ紹介

簡単レシピをご紹介します！
ぜひ作ってみてください(^^)



『キャロットケーキ』

◎材料

- ・にんじん 180g
- ・卵 2個
- ・小麦粉 130g
- ・砂糖 80g
- ・ベーキングパウダー 小さじ1
- ・オリーブオイル 50ml
- ※以下お好みで入れてください(なくてもOK)
- ・レーズン 50g
- ・ナッツ 20g

◎作り方

- ①オーブンは170℃に予熱しておく。
小麦粉とベーキングパウダーは合わせてふるっておく。
にんじんは、すりおろす。
- ②ボウルに卵を入れ混ぜ、砂糖を少しずつ加えて、生地がもったりと白っぽくなるまでハンドミキサーで泡立てる。
- ③②にすりおろしたにんじんを入れ、オリーブオイル、小麦粉、刻んだナッツ、レーズンの順に加えて混ぜる。
- ③オーブンシートを敷いたケーキ型に③を流し入れ170℃のオーブンで25分~35分焼く。出来上がり♪

【紹介者：masa】

『一時預かりがちょっと気になるママパパのおしゃべり会』感想

11/10(金)に開催した『一時預かりがちょっと気になるママパパのおしゃべり会』に参加した方たちの感想をご紹介します。

◎家事や掃除、美容院など、やりたいけど時間がない…と思っていたので、実際に利用している話をきけて良かったです。

◎他の人がどのような理由で預けているのか聞くことができて良かった。どうしても外せない用事の時に利用するものと思っていたので、食事やネイルなど、もっとフランクに考えていいのだと思えた。

◎初めて預かり保育のお話を聞けて、こんなことで預けていいのかなと思っていたのですが、皆さんのお話を聞けて安心して預けられそうです。ありがとうございました。

◎みなさん不安なことは同じなんだと感じました。もっと一時預かり利用したいです。



ひろばカレンダー12月

1	金	・松戸はじめておしゃべり会
2	土	・相談【助産師】
3	日	
4	月	—休館日—
5	火	
6	水	
7	木	・みんなでおさんぽ
8	金	
9	土	・相談【女性の身体の悩み】 ・プレママプレパパ＆赤ちゃんひろば
10	日	・クリスマスコンサート ・ママパパ学級3日目
11	月	—休館日—
12	火	
13	水	・ふれあい遊び
14	木	・相談【助産師】
15	金	・相談【保育士】 ・相談【食事】
16	土	・とことこ@新松戸ひろば ・相談【とことこ】
17	日	・おとうさんひろば&インターナショナル ママパパひろば みんなぐら コラボ企画
18	月	—休館日—
19	火	・相談【歯】
20	水	
21	木	・赤ちゃんタイム・妊婦さんひろば
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	—休館日—
26	火	
27	水	・絵本の読み聞かせ
28	木	
29	金	—休館日—
30	土	
31	日	↓ 1/3(水)まで休館



～お知らせ～

ひろばの利用は予約不要です。お好きな時に遊びに来てください。
(【対象の方のみ利用】になる時間帯もありますので、ご注意ください。)
※予約が必要なイベントについては、お電話またはひろばにてお申込みください。



☆松戸はじめておしゃべり会☆

日時：12/1(金)10:30～11:30
対象：結婚、転勤などを機に松戸市に越してきたパパママ、プレママプレママ

詳細は中の紙面で!!

☆プレママプレパパ＆赤ちゃんひろば☆

日時：12/9(土)13:00～15:00
対象：赤ちゃん。プレママプレパパ。
※オンライン参加可。

☆ママパパ学級3日目☆

日時：12/10(日)13:30～14:30
対象：プレママプレパパ
※要予約。飛び入り参加、大歓迎!!

この時間帯はひろば閉館。参加者のみ入館。
詳細は、中の紙面で!!



☆みんなでおさんぽ☆

日時：12/7(木)10:15 集合 10:30 出発
行き先：新松戸中央公園
前日の天気次第で行き先変更有り。
※雨天中止。
(当日 HP・Instagram にてお知らせ)

☆クリスマスコンサート☆

日時：12/10(日)10:30～11:30
“ママさんプラス森のおんがく隊アンサンブルチーム” がやります！

詳細は中の紙面で!!



☆ふれあい遊び☆

日時：12/13(水)10:30～(30分程度)
親子ふれあい遊びの保坂さんが来てくださいます。※オンライン参加可。
【毎月第2水曜日開催】



☆とことこ@新松戸ひろば☆

日時：12/16(土)13:30～15:00
対象：お子さんの発達に気になる方など
定員：6組 ※要予約。
※今月は第3土曜日に開催。
【偶数月第4土曜日開催】

この時間帯はひろば閉館。参加者のみ入館。
詳細は、中の紙面で!!



☆おとうさんひろば・インターナショナル

ママパパひろばみんなぐら コラボ企画☆

日時：12/17(日)11:00～12:00
対象：パパとお子さん、ご家族。

パパだけでも！
海外からきたママパパ。
パートナーが海外の方など。

詳細は
中の紙面で!!

【おとうさんひろば：毎月第3日曜日開催】
【インターナショナルママパパひろばみんなぐら：
毎月第4日曜日開催。12/24(日)はお休み】

☆赤ちゃんタイム・妊婦さんひろば☆

日時：12/21(木)13:00～15:00
対象：赤ちゃん
(おおむねねんね期)。
プレママプレパパ。
【毎月第3木曜日開催】



☆絵本の読み聞かせ☆

日時：12/27(水)10:30～(30分程度)
「はじめのいっぽ」さんが来てくださいます。【毎月第4水曜日開催】

～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。

※2024年1月から一部の相談を除き予約不要になります。詳細はお問い合わせください。

- ★助産師：12/2(土)13:00～15:00、12/14(木)10:00～12:00
- ★女性の身体の悩み(理学療法士)：12/9(土)12:30～14:30
- ★保育士：12/15(金)10:00～12:00
- ★食事(管理栄養士)：12/16(土)10:00～12:00
- ★とことこ(発達・療育心理指導員)：12/16(土)14:00～15:10
- ★歯(歯科衛生士)：12/19(火)13:00～15:00

※当日直接来ていただいて相談できますが、予約優先です。
※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。詳しくはお電話やひろばでお問い合わせください。



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。

～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!
ほっとるーむ新松戸ホームページより、
前日までに申し込みください。

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～3日前の16時まで。

