

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たらうれしいです。

ほっとる一む新松戸
つうしん

NO.180
2024年9月号



今月の特集は
防災マザーズバッグ!



「Let's 体験!!2024」
多くの中高生ボランティアさんが
参加してくれました!
皆さん、ご協力ありがとうございました。



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

↑ ホームページ



↑ インスタグラム

<開館日時> 火～日曜日 10:00～18:00
<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



■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。
あいの風編集・発行：ほっとる一む新松戸 石田・川崎・太田・矢島・佐藤・土田・雪松 ご意見、ご感想お待ちしております。

いざという時、子どもを連れての避難にどう備える？ 『充実させたい避難用防災バッグ』



利用者の百瀬さんからのお悩み・・・

地震の時に自宅の耐震強度を考えて、避難所に避難することを想定した場合、最低限を持って行けば子どもと安心して過ごせるのか？子どもを守りたい、知りたい、周りの話を聞いてみたい。



防災士の常盤ミサ子さん

そんな要望に応え、ママ企画として防災ミニ講座を開催！今回は防災士の常盤ミサ子さんを囲みながら、子どもと自分の命を守るために何が大切かお話をうかがいました。



地震が来たら だんごむしポーズ



- 日頃から絵本を使ったり、遊びにとり入れて慣れておく事が大切。泣いても喚いても練習しておく。1歳以上は自分で出来るように覚えさせる。
- 地震が来ても慌てて子どもの名前を呼ばない。「だんごむし！」「動かないで」「掴まって」と具体的に声かけする。



(自宅、車、持ち歩き用)

※それぞれの家庭にあった内容にする

マザーズバッグ・避難用バッグなど荷物は分散して保管



- 日常使いのマザーズバッグ(着替え、おむつ、ミルク、ガーゼハンカチ、財布、お気に入りのおもちゃなど)にプラスするだけで、災害の備えになる一時避難用バッグにもなる(ペンライト、携帯用トイレ、爪切り、医薬品、季節を考え入れ替えてある着替え、ワンサイズ上のおむつ)
- それぞれの家族構成に合わせて子どもを連れて逃げられる重さの物
- 詰め方はそれぞれ濡れても良いようにビニール袋(ジッパー付きの袋)に入れて軽い物を下に詰め重いものは上に詰める
- 本当に必要な物を優先的に入れる(ミルク、おむつ)



他にも・・・こんなことあんなこと 確認しておこう！



インターネットにいろんな作り方が載っています！ご家庭で作りやすいものを探してみてくださいね♪

- 食べ物は我慢できるけどトイレは我慢できない。段ボールトイレの作り方チェック！
- 家具の固定。家具を一つの場所にまとめて置くと被害が少なくなる。
- 最近の自治体は自宅避難が主流！家族、地域、親戚とのつながりを大切にしておく。可能であれば在宅避難がいい。頼れるならば友人、親戚宅の避難を勧める。



ローリングストックする



講座の様子



【参加者の感想】

- 利用者さんのリアルな防災リュックが大変参考になった。
- ママさん企画がいいなと思いました。
- 地震がおきた時の絵本の紹介が良かった。
- 質問が沢山出たので、気がつかない事も確かに！と思うことがあり良かった。
- 同じことに興味のある親御さん達と集まることができて良かった。

講座を終えて... (百瀬さんより)

防災の準備はそれなりにしていたけど、避難所に入れないかもしれないこと、地震が起こった時のポーズ、オムツが足りなくなった時の対処などを知れて、とてもためになりました。子どもの命を守るため、災害が起きても困らないようにこれから色々なことを知れたらと思います。



**次回、防災講座【第2段】は
11月に予定しています！**

☆がんばるママパパへの応援ソングコンサート☆

日 時：9/10（火）10:30～（30分程度）
 ゲスト：MKC（ママ北コーラス）
 ピアノ：大川朋子さん（MKC講師）

■ 新松戸のママさんコーラスサークルMKCが、いつもがんばっているママパパを歌で応援します！『一緒に歌おう！』のコーナーもありますよ。たくさんのご参加お待ちしております。みんなで一緒に歌いましょう～(^.^)♪



☆おとうさんひろば☆

『パパと一緒にひろば』

日 時：9/15（日）11:00～12:00

対 象：パパとお子さん。ご家族でも。初めての参加も大歓迎です。

内 容：ノンプログラムでひろばで自由に親子で過ごしていただけます。

初めての方もぜひこの機会にお子さんと遊びに来てみませんか？同じくらいの月齢のお友だち、また住んでいるところが近いなど、いろんな出会いがあるかも！情報交換などパパ同士の交流の時間も持てるといいですね！

※予約なしでご参加ください。

☆みんなでおさんぽ☆

日 時：9/19（木）10:15 ほっとる一む新松戸集合
 10:30 出発（現地集合・現地解散OK!）

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、インスタグラムにてお知らせ。



☆子育てライフハック おしゃべり会（買い物編）☆

日 時：9/20（金）10:30～11:30

幼い子と一緒にのお出かけや、スーパーでの困りごと…。

日々の子育てで直面するピンチ…。

「こういう時どうしてる？」「こんな裏技があるよ！」

ママたちの知恵を寄せ合えば解決できることがあるかも！

みんなでおしゃべりしましょう♥

おもちゃ紹介

『くつつみき』

積み木の楽しさは、いろいろな形を作ってはまたこわして、何度でも遊べるところにあります。

「くつつみき」は磁石で縦に積み木同士がくつつくので、たくさん積んでも倒れません。

また横にもくつつけることができるので、普通の積み木ではできない形を作ることができます。おさんと一緒に楽しんでくださいね！



新松戸南中学校の生徒と赤ちゃんのふれあい体験のお知らせ



今年度も中学生と赤ちゃんがふれあう機会、乳幼児親子の交流を通して命の大切さ、子どもを産み育てることの素晴らしさを体験・実感してもらうことを目的に下記の通り開催します。たくさんのご参加をお待ちしています！パパの参加も大歓迎です♪

日 時：10/ 7（月）10:20～11:30、10/ 8（火）10:20～11:30
 10/ 9（水）10:20～11:30、11:30～12:30
 10/10（木）10:20～11:30

場 所：新松戸南中学校 被服室（新松戸南 2-124）

対 象：0歳5ヶ月～1歳6ヶ月くらいのおさんと保護者。

募集人数：各日15組。（複数日の参加可。）

お電話またはひろばにて申込み。申込書の記入をお願いします。

内 容：地域の赤ちゃんとおふれあいながら、妊娠・出産時の気持ちや、育児経験の話をしながらの交流。

持ち物：エコー写真、お子さんの成長記録、他。

※キャンセルの場合は、必ず事前に連絡をお願いします。

地域の中学生と交流する機会は今なかなかなく、とっても刺激になりました



自分自身の妊娠・出産・育児について振り返ることができました。



↑ ふれあい体験 2023 に参加したママの感想 ↑

Let's 体験!!2024

夏休みを利用して松戸市在住の中高生～20代の青少年が市内のNPOや、市民団体でボランティア体験をする次世代向けイベントが実施され、ほっとる一む新松戸にも多くの中高生の参加がありました。体験後の感想をご紹介します。

～ボランティアの生徒さん、学生さんの感想～

- ・とても明るく楽しい場所で、参加して良かった。ボランティアは人のために何かをするイメージだったが、自分が成長するためのものだった。
- ・子どもたちが笑顔になったり、お母さんたちに感謝を伝えられた時はとても嬉しかったです。
- ・ボランティアは難しいと思っていましたが、すごく楽しくてやりがいがあるものだった。
- ・ボランティアで小さな子どもたちとたくさんふれあい、興味のある保育士についてのイメージが明確にできたので、すごく貴重な時間でした。
- ・赤ちゃんを抱っこすると、結構重かった。お母さんお父さんはとても大変だと思った。
- ・小さな子と関わる機会がなかなかないので良かったです。

～ボランティアさんと交流したママの感想～

- ・私も学生時代にボランティアをしたので懐かしく思った。最初はボランティアさんが緊張して見えたのですが、良かったです。
- ・学生さんに「将来、保育士になるのですか？」と聞くと、「それはいいけど可愛いから」と答えてくれました。楽しく会話ができました。
- ・幼稚園の息子は、いつもシャイで人見知りですが学生さんが上手に遊びを誘い、途中からは楽しく遊んでいたのが良かったです。
- ・絵本を読んでもらえて、娘も楽しんでいました。
- ・ボランティアの学生さんが、とても気を使って接してくれました。ありがとうございました。

ひろばカレンダー-9月



1	日	
2	月	-休館日-
3	火	・相談【保育士】
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	・相談【女性の身体の悩み】
8	日	
9	月	-休館日-
10	火	・がんばるママパパへの 応援ソングコンサート ・相談【歯】
11	水	・ふれあい遊び
12	木	◆産後の身体ケア「骨盤を整える」
13	金	
14	土	・相談【食事】 ・プレママプレパパ&赤ちゃんひろば ・相談【助産師】
15	日	・おとうさんひろば
16	月	-休館日-
17	火	・相談【助産師】
18	水	
19	木	・みんなでおさんぽ ・プレママプレパパ&赤ちゃんひろば
20	金	・子育てライフハック おしゃべり会(買い物編)
21	土	◆相談【ことば】
22	日	◆インターナショナルママパパひろば みんなぐる
23	月	-休館日-
24	火	
25	水	・絵本の読み聞かせ
26	木	
27	金	
28	土	◆相談【とことこ】
29	日	
30	月	-休館日-

◆は予約制のイベントです。

～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!
ほっとる一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。

～ランチについて～

ほっとる一む新松戸では、11:30～13:00までお昼を食べることができます。
決められたスペース、時間になりますので譲り合ってくださいね！準備・片づけなどご協力をおねがいいたします。

ほっとる一む新松戸

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

ほっとる一む新松戸では乳幼児一時預かりも行っていきます。

- 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、
ほっとる一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

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。）



予約不要

☆がんばるママパパへの

応援ソングコンサート☆

日時：9/10(火)10:30～(30分程度)

詳細は中の紙面で。

☆ふれあい遊び☆ 【毎月第2水曜日開催】

日時：9/11(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。

☆おとうさんひろば☆【毎月第3日曜日開催】

『パパと一緒にひろば』

日時：9/15(日)11:00～12:00

詳細は中の紙面で。

☆絵本の読み聞かせ☆

日時：9/25(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】

☆プレママプレパパ&赤ちゃんひろば☆

日時：9/14(土)13:00～15:00

9/19(木)13:00～15:00

対象：おおむねねんね期の赤ちゃん。
プレママ、プレパパ。

※9/14は、助産師さんに相談できます。
【毎月第2土曜日、第3木曜日開催】

☆みんなでおさんぽ☆

ほっとる一む
新松戸

日時：9/19(木)

10:15集合 10:30 出発

行き先：「新松戸中央公園」

詳細は中の紙面で。

☆子育てライフハック

おしゃべり会(買い物編)☆

日時：9/20(金)10:30～11:30

詳細は中の紙面で。

予約制イベント(お電話、またはひろばにて要申込み。)

☆産後の身体ケア『骨盤を整える』☆

日時：9/12(木)10:30～11:30

ゲスト：名倉堂山本接骨院長 山本恵孝さん

対象：子育て中のママ、プレママも含め、どなたでも。 定員：15組。

出産による骨盤の歪みにより引き起こされる腰痛、肩こり、手の痺れなど！
骨盤を整える体操などを伝授してもらいながら身体のケアもしていただけます。
前回参加の方も身体のチェックのためにぜひお待ちしております。

この時間はひろば閉館。
予約者のみ入館可能。

☆インターナショナルママパパひろば みんなぐる ☆ 【毎月第4日曜日開催】

日時：9/22(日)13:00～14:00

対象：海外からきたママパパ。パートナーが海外の方など。

～子育て相談日～

おっぱい、離乳食、お子さんの育ち、歯のこと、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。「ことば」「とことこ」については引き続き予約制。各時間帯3組限定(1組30分程度)別室にての相談です。詳細はお問い合わせください。

- ★ 保育士：9/3(火)10:00～12:00
- ★ 女性の身体の悩み(理学療法士)：9/7(土)10:00～12:00
- ★ 歯(歯科衛生士)：9/10(火)13:00～15:00
- ★ 食事(管理栄養士)：9/14(土)11:30～13:30
- ★ 助産師：9/14(土)13:30～15:30・9/17(火)10:00～12:00
- ★ ことば(言語聴覚士)：9/21(土)10:00～12:00 ※要予約。
- ★ とことこ(発達・療育心理指導員)：9/28(土)13:00～15:00 ※要予約。

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。

