

ひとりひとりを大切に… 地域みんなで子育てを

あいの風

ほっとる一む新松戸
つうしん

NO.181
2024年10月号



今月の特集は
おしゃべり会

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。

「がんばるママパパへの 応援ソングコンサート」開催しました！

地域の先輩ママでもあるコーラスサークルMKCさんが、がんばるママパパへ歌にのせて温かい応援メッセージを届けてくれました。



ステキな歌声とハーモニーに、とても癒された空間でした。様々な日常から解放された気分を味わうことができました。

感動して涙したママやスタッフもちラホラ…歌の力ってすごいですね。

日々の子育てを頑張っているママパパにぴったりの企画になりました(^^)♪



↑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



↑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
- < Mail > hotroom_shinmatsudo@m-harmony.org

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。

《MKCさんの感想》

子育て真っ最中のママの姿をみて、懐かしさと共にとてもあたたかい気持ちになれ、こんな機会を貰えて幸せな一日でした。子育てを卒業しても人生いろいろな事があり、子育てを頑張っているママたちをみて、『皆それぞれ色々あるけど、お互い頑張りうね』と思えて、逆にママさんたちからパワーをもらえました♪



《参加者さんの感想》



- ・毎日2人の育児でバタバタですが、「がんばって」という歌と言葉に励まされ、元気をもらいました。(3歳と8ヶ月のお子さんのママ)
- ・元気がもらえました。「旅立ちの日に」は泣きそうだったので歌えませんでした。(1歳7ヶ月のお子さんのママ)
- ・知っている曲がたくさんで楽しかったです。「ほらね」久しぶりに聴けて嬉しかったです。我が子と歌を聴ける機会が少ないので素敵な時間になりました。(2ヶ月のお子さんのママ)



今月のプログラム

★◆多胎児ママパパ交流会

日時：10/14(月・祝) 10:30～(10:15～受付開始)
対象：多胎児ファミリー。妊婦さんの参加も大歓迎！
定員：6組程度。(※予約制)
場所：ほっとる一む新松戸

双子、三つ子ならではの日常の小さな出来事や嬉しかったこと、困ったことなど、いろいろお話しませんか？

★月曜日はひろば閉館。参加者のみ入館可。

みんなでおさんぽ

～ 園庭開放に行ってみよう ～

日時：10/22(火) 9:45～10:45
集合：新松戸中央保育所(お庭側の緑門付近)
持ち物：帽子、水分など。
定員：10組程度。(※予約制)



- ・雨天中止。(当日HP、インスタグラムにてお知らせ。)
 - ・園庭開放のみになります。
- 見学等は、直接保育所にお申込みください。

★◆とことこ@新松戸ひろば 【偶数月第4土曜日開催】

日時：10/26(土) 13:30～15:00
対象：お子さんの発達が気になる方どなたでも。
定員：8組程度。(※予約制)
ことばが遅くて心配、定期健診で指摘があった…など、不安を感じているママパパに向けて、お子さんとの関わり方、ことばの促し方や声かけのヒントなどについてお話をうかがえます。この機会に参加してみませんか？

★この時間帯はひろば閉館。参加者のみ入館可。

おとうさんひろば

【毎月第3日曜日開催】

家族で取り組む0歳児子育て！
「育休を一年取得したパパの話」

日時：10/20(日) 11:00～12:00
ゲスト：前島晃さん(新松戸フラットパパ)
対象：パパ、プレパパ、そのご家族。



職場で育休制度が推進されるようになってきましたが、実際に長い期間取ることには様々な悩みが付きものです。今年の春から一年間の育休を取得したパパがやってきたこと、感じたこと等をお伝えします。経験談を踏まえ、みんなで仕事と育児についてお話ししましょう。

・申込不要。お気軽にご参加ください。

子育て中のママの心と身体を元気に

ハッピーママヨガ体験



- ・初めてだけど…？
- ・体が硬いけど…？
- ・ポーズできるかな？

大丈夫です。ゆったりと呼吸法を入れながら心身ともにリフレッシュしてみませんか？

日時：10/30(水) 10:30～11:10 ヨガ体験
11:10～11:30 個別相談あり
場所：ほっとる一む新松戸
講師：ホルマン英奈さん(利用者さんOB)
・当日は動きやすい服装でお越しください。

ほっとる一む新松戸ご利用の方に感想を聞きました

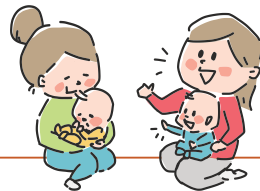


〈Kさんとお子さん〉

市外在住ですが、日曜日の午後に利用させていただいています。夏の暑い日も、冬の雪の日も、天候を気にせず安全に過ごせるだけでなく、スタッフやボランティアの皆様と一緒に遊び、小さなことをほめてくださるので、子どもはとてうれしいようです。遊びに来ている他のお友達との関わりも楽しんでます。ときには母の悩みをスタッフの方に聞いていただくこともありました。親子ともにリフレッシュさせていただける素敵な場所です。今後もよろしくお願いします。

おしゃべり会 ~まあるくなつて同じ話題でおしゃべり...しませんか?~

ほっとる一む新松戸では利用者さん同士のおしゃべり会を実施しています。
スタッフが企画し毎回テーマを変えて、2ヶ月に1回程度不定期で開催しています。
共通のテーマについてのおしゃべりは気分爽快♪共感や様々な発見もありますよ!



【過去に開催されたおしゃべり会のテーマ】

- ・大谷口にお住まいのママ
- ・ワンオペ育児みんなみんなどうしてる?
- ・松戸はじめておしゃべり会
- ・来年度プレが気になっているママたち
- ・イヤイヤ期どうしてますか?
- ・おじいちゃんおばあちゃんみんなでおしゃべり会
- ・妊婦と先輩ママパパとの交流おしゃべり会『妊婦さん、あつまれ〜!』
- ・一時預かりがちょっと気になるママパパおしゃべり会
- ・きょうだいの子育て!何が大変?これが知りたい!
- ・育児モヤモヤすることありませんか?
- ・あつまれ!馬橋(西口地区)!

9/20(金)に開催された『子育てライフハックおしゃべり会(買い物編)』

\\ 内容や参加者の感想をご紹介します! //

※ライフハックは仕事や日常生活で役立つ、ちょっとしたアイデアやテクニックのこと。
今回は9組のママパパが参加しました!

子育て中の日々のお買い物、今回の参加者さんは毎日気分転換のためにお買い物に行く方や、土日に車で行けるスーパーを利用している方が多かったです。ネットスーパーや生協を利用している方はいみせんでしたが、たくさん頼まないと行けないと思っていた生協やネットスーパーの使い方を知ることができて利用してみようかなという方もいらっしやいました。普段のお買い物で、このスーパーのこのサービスありがたいな...など自分で思う場面はあっても、なかなかそれを話す機会はないので、担当スタッフも楽しくおしゃべりできました!



スーパーでありがたいこと

- ・セルフレジのスーパーが増えている中、有人レジがまだあるスーパーはありがたい。
- ・レジからサッカー台に運んでくれたり、袋詰めをしてくれるスーパーがあってありがたい。
- ・透明のビニールが開けやすく改良されているスーパーを見つけた。

参加者同士のQ&A

【Q1】ビニールが開けにくいときはどうしているの?

- 【A】・両手を当ててひねる。横側から広げると開けやすい!
・濡れているものを触る(牛乳・冷たいパックの食材・お子さんの手の平・よだれ♡)などのアイデア

【Q2】ベビーカーを押しながらレジカゴはどのようにもってますか? (8ヶ月のお子さんのママ)

- 【A】ベビーカーフックをオススメ (2歳のお子さんをもつママ)

併せてお子さんがベビーカーに乗ってる状態でお子さんの体重より重すぎる荷物をかけてしまうと危ないことをお話してくれました。



参加者の感想

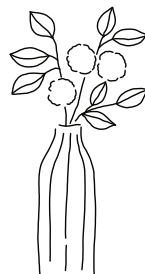
- ・イヤイヤ期の真っ最中で買い物が大変ですが、色々と工夫しながら買い物されていて勉強になった。
- ・大変なのは我が家だけではないんだと安心した。
- ・みんな同じことを悩んだり困ったりしていることがわかってハツとした。いいアイデアや解決策が出なかった話題でも話せて良かった。



おしゃべり会の実施とテーマについては「あいの風」「インスタグラム」「ホームページ」にてお知らせします。

気になるテーマがあったらぜひお気軽にご参加くださいね!
見学だけでも大歓迎です(^^)!

今後取り上げて欲しいテーマがあったら、スタッフまでお聞かせください。ご意見、ご感想もお待ちしております。



ひろばカレンダー10月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5 ※食事の相談	6
7 休	8 ※保育士相談 ※歯の相談	9 ふれあい遊び	10	11	12 ※からだの相談 ※助産師相談 プレママプレパパ & 赤ちゃんひろば	13
14 休	◆新南中とのふれあい体験					20 おとうさんひろば
★◆多胎児ママパパ交流会	15	16	17 プレママプレパパ & 赤ちゃんひろば	18	19	
21 休	22 ※助産師相談 ◆みんなでおさんぽ	23 絵本の読み聞かせ	24	25	26 ※◆発達相談 ★◆とことこ@新松戸ひろば	27 ◆インターナショナルママパパひろば みんなぐる
28 休	29	30 ハッピーママヨガ体験	31			

【子育て相談日】

専門員の方が来てくれる日です。お気軽にご相談ください。また、子育てコーディネーターによる相談は随時受け付けています。

(じっくり相談を希望される方は、予約してくださいね)

※食事 (管理栄養士)
10/5(土)10:00~12:00

※生活 (保育士)
10/8(火)10:00~12:00

※歯 (歯科衛生士)
10/8(火)13:00~15:00

※女性のからだの悩み (理学療法士)
10/12(土)10:00~12:00

※妊婦・おっぱい・産後のからだなど (助産師)
10/12(土)13:30~15:30

10/22(火)10:00~12:00

※ことば (言語聴覚士)
【要予約】
今月、相談日はありません。

※発達相談 【要予約】
(発達・療育心理指導員)
10/26(土)14:00~15:10

【予約制・ひろば閉館のお願い】

◆は予約制(お電話、またはひろば内で予約申込)
★はひろば閉館での開催(この時間帯は対象の方のみの利用)
それ以外の時間帯は、無料で予約不要で利用できます。

【ランチタイム】

11:30~13:00 までお昼を食べることができるスペースがあります。譲り合ってください、準備・片づけ等、ご協力をお願い致します。※それ以外の時間帯の食事はできません。(飲み物は可)

ふれあい遊び

【毎月第2水曜日開催】

日時: 10/9(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。

★◆多胎児ママパパ交流会 (予約制)

日時: 10/14(月・祝)10:30~(10:15~受付開始)
定員: 6組。(詳細は中の紙面で)



【毎月第2土曜、第3木曜日開催】

プレママプレパパ&赤ちゃんひろば

日時: 10/12(土)13:00~15:00(助産師へ相談可)
10/17(木)13:00~15:00
対象: ねんね期の赤ちゃん。プレママ、プレパパ。



絵本の読み聞かせ

【毎月第4水曜日開催】

日時: 10/23(水)10:30~(30分程度)
終了後に少しの時間はじめのいっぽさんを囲んでおしゃべり会を実施します! 絵本についていろいろ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】

家族で取り組む0歳児子育て

「育休を一年取得したパパの話」

日時: 10/20(日)11:00~12:00

ゲスト: 前島晃さん(新松戸フラッとパパ)



★◆とことこ@新松戸ひろば(予約制)【偶数毎月第4土曜日開催】

日時: 10/26(土)13:30~15:00 (詳細は中の紙面で)
対象: お子さんの発達が気になる方どなたでも。
定員: 8組程度。

◆インターナショナルママパパひろば みんなぐる (予約制)

日時: 10/27(日)13:00~14:00 【毎月第4日曜日開催】
対象: 海外からきたママパパ。パートナーが海外の方など。

◆みんなでおさんぽ(予約制)

~園庭開放に行ってみよう~

日時: 10/22(火)9:45~10:45

集合: 新松戸中央保育所(お庭側の緑門付近)

定員: 10組程度。(10/1~予約を開始します。)



子育て中のママの心と身体を元気に

(詳細は中の紙面で)

ハッピーママヨガ体験



日時: 10/30(水)10:30~11:30

講師: ホルマン英奈さん(利用者さんOB)

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

