

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.182

2024年11月号



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うれしいです。

今月の特集は  
赤ちゃん と 中学生の  
ふれあい体験

## 「赤ちゃん と 中学生のふれあい体験」開催しました！

10/7(月)から4日間、新松戸南中学校3年生の家庭科の授業の一環として、今年度もを開催することができました。ママ、パパ、赤ちゃん、生徒さんとそれぞれの出会いがあり、たくさんの優しさに触れることができました。

天候がすぐれない日もありましたが、快く笑顔で参加していただき、スタッフ一同感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

来年度も開催予定ですので、是非みなさんのご参加お待ちしております(^^)



ママたちは、質問に真剣に向き合い  
答えてくれていました。

中学生制作の「フェルトの絵本」  
内容も楽しくて触れるとフワフワ  
でしたね♪



「やばい、かわいい〜」  
緊張しながらも、赤ちゃんを  
見つめる目がとっても穏やか  
でした。



▲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



▲Instagram

[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法人松戸子育てさぼーとハーモニーが、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。

## 参加した中学生の感想

◆赤ちゃんと触れ合っただけで最初はほんとうになにをしたらいいかわからず、じっとすわってたけど、お母さま方のおかげで赤ちゃんとたくさん触れ合うことができうれしかった。お母さま方から意外な赤ちゃんの真実を知ることができておもしろかった。赤ちゃんのことが大好きだという気持ちがとても伝わった。赤ちゃんに触ったら、本当にマシュマロみたいにモチモチしていてカワイかった。私は約30分くらい赤ちゃんと触れ合ったけど正直大変だなと思った。なぜならば、いつ泣くかも、なにをするかもわからないから。なので改めて、お母さまお父さま方はすごいなと思った!!



◆普通の生活で赤ちゃんとふれあうことがないし、そのお母さんと話すこともないから、とても良い機会になった。久しぶりに赤ちゃんを見て「かわいいー」と思ったし、お母さんの話を直接聞いてお腹にいたときの話、今の話などいっぱい聞いてよかった。妊娠=怖いと思っていたけど、妊娠=幸せのイメージになった。生まれたばかりの時に使ったものや、おもちゃなども見れたり、さわってみたりできてよかった。またこういう機会が欲しいなーと思った!!!



## 参加したママの感想

●抱っ子してもらった際に「命の重さを感じる」と言われ、この子を産んだということを再度実感しました。最近では疲れていましたが、この尊い命、大切に育てていきたいと思いました。



参加者のみなさん  
ありがとう  
ございました!

参加した95.7%がふれあい体験をすすめたい!

今回参加した方へのアンケートで、【Q:この「ふれあい体験」事業を、他の子育て中の家庭にすすめたいですか。】と質問したところ、参加者の95.7%が「是非すすめたい」との回答でした。その理由の中で「親子と中学生どちらにとっても素晴らしい体験だと思う。」「私自身(母親)も力をもらい嬉しかった。」「毎日子育てをしているといろいろと振り返る時間はないけど、良い機会をいただいて、妊娠～現在を思い返すことができた。」「中学生だけでなく、参加して下さった親子にとっても、良い時間を過ごしてくれました。これを機に中学生が地域にいる乳幼児に対して、優しく接してくれたらと思います。」

### 今月の主なプログラム

#### ★◆産後の身体ケア

「骨盤の歪みを整える」

日時：11/14(木)10:30～11:30

講師：名倉堂山本接骨院院長  
山本恵孝さん

対象：子育て中のママ、プレママも含めてどなたでも。

定員：15組。(◆要予約。)

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。

★10:30から11:30までひろば閉館。

#### おとうさんひろば

働き方の考え方

リモートワークから会社へ戻る時代に

日時：11/17(日)11:00～12:00

ゲスト：福井一喜氏

(流通経済大学社会学部准教授/  
ほっとるーむ新松戸利用者パパ)

対象：パパ、プレパパ、そのご家族。

コロナ禍の真っ只中にリモートワークについてのお話をいただきましたが、大学研究者としての立場で今回はどんなお話が聞けるのか…

楽しみです!

先生を囲んでフリートークの時間も設けています。

たくさんの参加をお待ちしています。

#### ★◆防災講座

いざ地震が起きたらどう行動する?

「災害時をイメージして一緒にシミュレーションしてみませんか?」

日時：11/29(金)10:30～11:30

ゲスト：常盤ミサ子さん(防災士)

対象：小さいお子さんを持つママパパ、プレママプレパパ、地域の方。

内容：停電時の明かり、断水時のトイレ、ガス停止時の食事などの対策を実際に体験、レクチャーしていただきます。

定員：15組。(◆要予約。)

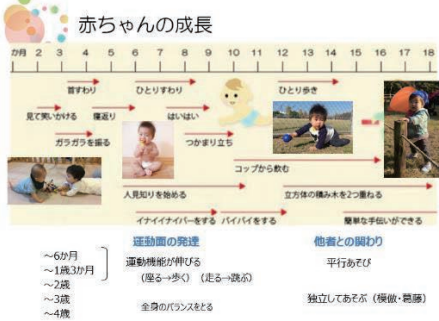
★10:00から  
11:30までひろば閉館。



# 赤ちゃんってどんな感じ？

「中学生と赤ちゃんのふれあい体験」では、実際の赤ちゃんに触れ合う前に、子育てコーディネーターによる10分程度の事前授業を行っています。

ほっとる一む新松戸の説明、事業の目的や内容、当日の流れを話した後、赤ちゃんってどんなイメージかみんなでいろいろ想像してもらいます。実際にこれまで赤ちゃんに触れたことがないという中学生は半数近くいました。どう接したらいいかわからない。というのが本音のようでした。



まずは赤ちゃんがお腹の中にいるときの画像を見てもらいます。また生まれた後の赤ちゃんについて生後28日くらいの赤ちゃんの様子（視覚、聴覚、触覚、臭覚、味覚など）を紹介。赤ちゃんの成長についても少しお話しています。赤ちゃんは、発見と実験と挑戦と失敗を繰り返しながら、次の段階へ発達していきます。実際の寝返りの画像を見てもらいながら、赤ちゃんがもつ力を感じてもらえたらと思っています。

最後に、赤ちゃんに触れてもらう前の注意事項を話します。抱っこする際は、首や頭は特に気を付けて、やさしくそっと。事前に爪を切って手を洗って清潔に。赤ちゃんもひとりの人間です。ちゃんと目を合わせて赤ちゃんにも「抱っこしますよ～」と声かけてね。と伝えました。お母さんお父さんにもたくさん話を聞いてね...とも。中学生はたくさん質問を考えてきていました。最初は緊張していましたが、親子とも有意義な時間を過ごせたのではないかと思います。



## ほっとる一む新松戸ご利用の方に感想を聞きました



石原さんご家族

初めてほっとる一む新松戸に足を踏み入れたのは、双子を妊娠中の「多胎児ママパパひろば」でした。ドキドキしながら予約の電話をした時、スタッフの方が温かく迎え入れてくださり安心したことを覚えています。双子が誕生してからも交流会に参加したり、遊び場を利用させていただいています。年に4回ある多胎児ひろばでは、他の双子のご家族とお話することができて、とても心強く息抜きになっています。また、いつも私にぴったりとくっついていた双子が、離れたところで遊ぶようになったりお友達に興味を示したり、回を重ねるごとに子どもの成長を感じる場にもなっています。双子を連れてのお出かけは大変なことが多いですが、ほっとる一む新松戸では優しいスタッフさん達に見守られ、子ども達も私も安心して楽しく過ごすことができます。いつもありがとうございます！

友人がいなかったこともあり、毎日孤独を感じていました。そんな私を心配した夫が「大人と話す機会を作ろう！ママ友を作りに行こう」と背中を押してくれ、ほっとる一む新松戸へ連れて行ってくれました。最初は緊張していましたが、スタッフの皆さんが温かく迎え入れてくださり、少しずつ緊張が解けていきました。何度か通ううちに、他のママさんたちとお話する機会が増え、子育ての情報交換をしたり、悩みを共有したりするようになりました。ほっとる一む新松戸で出会ったママ友たちとは、今では家族ぐるみで交流するほどの仲になり、休日には一緒に出掛けたりもしています。孤独を感じていた私にとって、この「つながり」は本当に大きな支えになりました。息子はもうすぐ2歳を迎え、いずれはほっとる一む新松戸を卒業する日が来るかもしれません。考えるととても寂しいですが、ここで過ごした時間や出会った方々との思い出は忘れません。もう卒業の日を迎えたような気持ちになってしまいましたが、引き続き親子共々お世話になりたいと思っていますので、これからもよろしく願いいたします。



藤田さんご家族

## 『ママパパ学級3日目』参加者(親子)募集!!

松戸市ではプレママ・プレパパ向けに「ママパパ学級3日目」を開催しています。そこで、初めてママパパになる方に妊娠中からひろばを知ってもらって赤ちゃんに触れ合ったり、先輩ママパパとお話したり、交流ができる時間を作ります。そこに参加してくれるママパパを募集しています。ご協力よろしくお願いいたします。

日時:12/8(日)13:30~14:30。対象:6ヶ月くらいまでの赤ちゃんとママパパ。募集人数:4、5組(ひろばにて申込み用紙記入)

# ひろばカレンダー11月



月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
4 休	5	6	7 ※保育士相談	8	9 ※食事の相談 ※助産師相談 プレママプレパパ & 赤ちゃんひろば	10
11 休	12	13 ふれあい遊び	14 ★◆ 産後の身体ケア 「骨盤の歪みを整える」	15	16 ※◆ ことばの相談	17 おとうさんひろば
18 休	19	20	21 みんなでおさんぽ プレママプレパパ & 赤ちゃんひろば	22	23	24 ◆ インターナショナル ママパパひろば みんぐる
25 休	26 ※助産師相談 ※歯の相談	27 絵本の読み聞かせ	28 ★◆ 赤ちゃん教室	29 ★◆ 防災講座	30 ※ からだの相談 ◆◆ 発達相談	

## 【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。)

- ※生活 (保育士)  
11/ 7(木)10:00~12:00
- ※食事 (管理栄養士)  
11 /9(土)10:00~12:00
- ※歯 (歯科衛生士)  
11/26(火)13:00~15:00
- ※女性のからだの悩み (理学療法士)  
11/30(土)10:00~12:00
- ※妊婦・おっぱい相談・産後のからだなど(助産師)  
11/ 9(土)13:30~15:30  
11/26(火)10:00~12:00
- ※◆ことば(言語聴覚士)  
11/16(土)10:00~12:00
- ※◆発達相談 (発達・療育心理指導員)  
11/30(土)13:00~15:00

※子育て相談日 ◆予約制 ★ひろば閉館での開催

### 【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利用できます)  
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** 11/13(水)10:30~(30分程度)

**プレママプレパパ&赤ちゃんひろば**



11/9(土)13:00~15:00(助産師へ相談も可)  
11/21(木)13:00~15:00

**おとうさんひろば**

(詳細は中の紙面で♪)

「働き方の考え方リモートワークから出社へ戻る時代に」

11/17(日)11:00~12:00

ゲスト：福井一喜氏(流通経済大学社会学部准教授/  
ほっとる一む新松戸利用者パパ)

**みんなでおさんぽ ~新坂川遊歩道~**

11/21(木) 雨天中止(当日HP、Instagramにてお知らせ)

10:15 ほっとる一む新松戸エントランス集合 10:30 出発

流山鉄道の電車で手を振ったり、かめさん、かもさんを見たり、のんびりおさんぽしませんか?

**絵本の読み聞かせ** 11/27(水)10:30~(30分程度)

★◆産後の身体ケア「骨盤の歪みを整える」

11/14(木)10:30~11:30 (ひろば閉館・予約制・詳細は中の紙面で♪)  
講師：名倉堂山本接骨院院長 山本恵孝さん

◆**インターナショナルママパパひろば みんぐる** (予約制)

11/24(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。

★◆**赤ちゃん教室** (ひろば閉館・予約制)



11/28(木)13:40~14:30 (受付 13:30~)

定員：5~10組程度。

申込み：小金保健福祉センター(047-346-5601)へ。  
10/3~11/27まで。先着順。

★◆**防災講座** (ひろば閉館・予約制・詳細は中の紙面で♪)

いざ地震が起きたらどう行動する?

「災害時をイメージして一緒にシュミレーションしてみませんか?」

11/29(金)10:30~11:30

ゲスト：常盤ミサ子さん(防災士) 定員：15組。



### 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~3日前の16時まで。

■詳細はお問い合わせください。047-375-8737

