

ひとりひとりを大切に... 地域みんなで子育てを

# 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.201  
2026年6月号



## 今月の特集

「パートナーへ～  
あいの風にあいをのせて～」

パパたち、お子さんとゆったりよい時間を過ごしています



ほっとる一む新松戸では、パパとお子さんで楽しそうに  
過ごす姿がたくさん見られます。おもちゃで遊んだり、  
のんびり過ごしたり...お休みの日はもちろん、  
平日もお気軽にお出かけくださいね。

毎月「おとうさんひろば」  
を行なっています。  
6/14(日)11:00～  
ぜひ遊びにきてくださいね！



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。



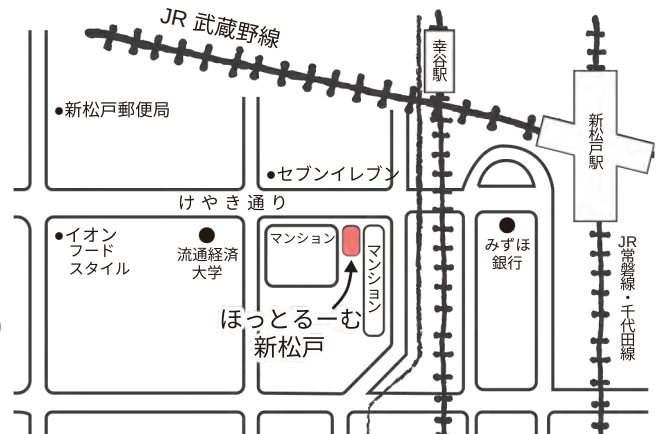
▲ ホームページ

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



▲ インスタグラム

[開館日時] 火～日曜日 10:00～18:00 (月曜日・年末年始を除く)  
[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・片岡・東野 ご意見、ご感想お待ちしております。

# ほっとるーむ新松戸ご利用の方に感想をお聞きしました

初めてほっとるーむ新松戸を利用させていただいたのは娘が6ヶ月の時でした。近くに友達がないこと、娘にとっても他の赤ちゃんを見たり、一緒に遊べる場所があったらいいなと思って行ってみました。緊張しましたが、月齢の近い赤ちゃんやそのお母さん、お父さんとお話できたり、スタッフの皆さんが顔を覚えてくれ、一緒に成長を喜んでくれることが嬉しくて、ワンオペで、子どもはもちろんかわいいけど疲れてしまった時、私たち親子の息抜きができる所になっていきました。また、第二子を妊娠中はつわりで辛い時、娘も何かわからないけれど察していたのか様子が変わった時があり、思うように遊んであげられなかった時も「ここにくれば大丈夫」と思える場所があることは本当に心強かったです。無事出産してからも子どもたちの楽しい場所として、私にとっては一息つける大切な場所として利用させていただいています。



初めてほっとるーむ新松戸を利用させていただいたのは娘が6ヶ月の時でした。近くに友達がないこと、娘にとっても他の赤ちゃんを見たり、一緒に遊べる場所があったらいいなと思って行ってみました。緊張しましたが、月齢の近い赤ちゃんやそのお母さん、お父さんとお話できたり、スタッフの皆さんが顔を覚えてくれ、一緒に成長を喜んでくれることが嬉しくて、ワンオペで、子どもはもちろんかわいいけど疲れてしまった時、私たち親子の息抜きができる所になっていきました。また、第二子を妊娠中はつわりで辛い時、娘も何かわからないけれど察していたのか様子が変わった時があり、思うように遊んであげられなかった時も「ここにくれば大丈夫」と思える場所があることは本当に心強かったです。無事出産してからも子どもたちの楽しい場所として、私にとっては一息つける大切な場所として利用させていただいています。

忙しい中でもパッと作れる簡単レシピを

利用者ママの塚越 愛さんが紹介してくれました！



## 牛乳もち



材料(大人4人分)

牛乳250ml・片栗粉大さじ2・砂糖大さじ2・きな粉適量

作り方

- 鍋に牛乳、片栗粉、砂糖を入れ、片栗粉が溶けるまでよく混ぜる
- 溶けたら火をつけ、へらで混ぜながら温める  
※始めはシャバシャバですが、温めていると一気に固まり焦げやすくなります。焦がさないよう火から鍋を外すなどしてください。
- 固まってきたら火を消して粗熱をとる
- 粗熱が取れたら一口大の大きさに丸め、まわりにきな粉をまぶす
- 盛り付けて完成



片栗粉を大さじ1にし、器に盛り付け、冷蔵庫で冷やすと、スプーンで食べる少し柔らかめの牛乳もちに仕上がります♡  
黒蜜ときな粉をかけて食べるのもとっても美味しいです♡



## ママパパ学級3日目に参加していただける親子を募集しています！

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。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。そこに参加して下さる先輩ママパパを募集します。ご協力お願いいたします。

日時：6月7日(日) 13:30~14:30 【13:15~受付開始】  
対象：おおむね6ヶ月くらいまでの赤ちゃんとママパパ  
募集人数：10組  
申込み：お電話またはひろばにてお願いします。

★13~15時までひろば閉館。参加者のみ入館可となります。

## 《6月の主なプログラム》

### ママパパ学級3日目

6月7日(日) 13:30~14:30(★ひろば閉館での開催)

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い、実際の赤ちゃんに触れ合ったり、先輩ママパパとお話する時間となります。

対象：プレママ、プレパパ、0歳児親子  
定員：10組程度 (◆予約制)※飛び入り参加大歓迎！

### 産後の身体ケア『骨盤を整える&正しい抱っこの仕方』

6月11日(木) 10:30~11:30(★ひろば閉館での開催)

子育て真っ最中のママ、産後の身体の歪みなど気になりませんか？骨の仕組みからアプローチ、骨盤を整えることの大切さについてわかりやすくお話いただけます。簡単な腰痛予防の体操も教えていただくと同時に、今回からスタッフより正しい抱っこの仕方についてもレクチャーいたします。正しい姿勢、抱っこ仕方を学ぶいい機会ですよ！

講師：名倉堂 山本接骨院院長 山本恵孝さん  
ほっとるーむ新松戸代表 石田尚美

対象：子育て中のママ、プレママなどどなたでも  
定員：10組 (◆予約制)



### おとうさんひろば『オレの話をしよう』Part 2

6月14日(日) 11:00~12:00

パパたちは、ひとり時間があったら何をしたいですか？  
趣味や特技に絡めて自分のことを話してみませんか？

対象：パパとお子さん、そのご家族、パパだけでもOK



予約不要

### みんなでおさんぽ『流鉄流山線に乗ろう』

6月18日(木) 10:10 エントランス集合

10:25 ほっとるーむ新松戸出発  
(幸谷駅発10:41に乗車予定です)



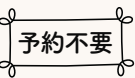
6月おさんぽはちょっと気分を変えて、電車に乗っておさんぽしませんか？流鉄に乗ってお子さんと一緒に地域の新しい魅力を見つけたり、みんなでおしゃべりを楽しんだり…楽しい時間を過ごしましょう(\*^^\*)

行き先：流鉄に乗って幸谷⇄流山 往復

持ち物：電車賃/片道190円(往復380円)

※Suicaは使えません。現金をお持ちください。

※雨天中止。当日HP・Instagramにてお知らせします。



### とことこ@新松戸ひろば

6月27日(土)13:30~15:00(★ひろば閉館での開催)

~小学校入学に向けての学級選びから  
現在のこどもの学校生活など先輩ママの体験を聴く会~

ゲスト：石井先生(特別支援教育士)

松川玲奈さん(こばんはうすさくら療育指導相談員)

内容

- 入学までの先輩ママの体験談(時期、相談先、選んだポイントなど)
- 石井先生からのアドバイス
- 放課後デイについて
- 個別相談

定員：10名程度 (◆予約制)



# パートナーへ ～あいの風にあいをのせて～



6月21日(日)は父の日ですね。

「ほっとるーむ新松戸」では、ママから父としてのパートナーに向けた、日頃の感謝の気持ちや伝えたいことなどを集めました。

いつも子どもたちとたくさん遊んでくれてありがとう。子どもたちもパパがいないとすぐに「パパは？」となるほどパパが大好きです！これからもよろしくお願いします。

家事も育児も積極的にやってくれていつも本当に助かってます！頼りがいあるパパ、ありがとう！！

休みの日にたくさんあそんでくれてありがとう。世界一子どもを笑顔にさせるのが上手！！いつもありがとう。

子どもと一緒に2人で遊びに行ってくれたり、私に自由時間を必ず作ってくれて、ありがとう。ご飯も進んで作ってくれて、感謝しています。

いつも子育てと共にママをいたわってくれてありがとう。お互いにぶつかることもあるけれど、パパの子育てに対する一生懸命な姿勢は、かけがえのない宝物です。いつもありがとう。

いつも仕事が大変な中、家のことも子どものことも沢山してくれて、本当にありがとう！！日に日に可愛さも大変さも増すけれど、毎日楽しんで一緒に頑張ろうね！！いつも本当にありがとう！！

パパいつもありがとう！！娘が生まれた時は毎日お見舞いに来て、赤ちゃんと私のケアをしてくれてとってもうれしかったです。家に帰ってから一生懸命育児してくれて助かっています。これからも支えあっていきましょう。これからもよろしくね！

いつも家族を一番に考えてくれるパパ。初めての育児で大変なことや辛いことがあるのに、たくさん笑わせてくれたり、美味しいご飯を作ってくれてありがとう。一緒に娘ちゃんの成長を見守ることができて幸せです。最高の旦那であり、最高のパパだよ。愛しているよ。

いつも私と赤ちゃんを支えてくれてありがとう！！1人で子育てする不安があったけど、一緒に育児ができていてとても心強いです。これからも一緒に楽しんで子育てをしていきましょう。よろしくね！

3人目出産に向けて初めて育休を取ってくれたパパへ♡ 1人目の時から一緒に子育てしてくれてありがとう。私が疲れた時はいつも美味しいコンビニスイーツをプレゼントしてくれてありがとう。パパは私の人生で一番大事で大切なパートナーです。これからもよろしくね！

離乳食をあげてくれたり、毎日仕事後に子どもをお風呂に入れてくれたり、一緒になって子育てしてくれてありがとう！子どもの寝顔に「かわいいな」とつぶやいてる姿に子どもへの愛を感じます。ケンカしてしまうこともあるけど、いつも感謝してます！

パパへ  
毎日朝早くから夜遅くまでお仕事お疲れ様です。なかなか寝顔しか見られなくて子どもとずっと遊びたいと思うと「ママがいい」と泣かれてへこんでしまう気持ちにフォローが下手でごめんね…。家事もしてくれて感謝してます(\*^-^\*)これからもよろしくお願いします！！

思いを言葉にするって素敵ですね。

大切なパートナーに言葉の贈り物をプレゼントしてみてもいかがでしょうか。



1 休	2	3	4	5	6	7 ◆★ ママパパ学級3日目 ※助産師相談日
8 休	9 ※助産師相談日	10 ふれあい遊び	11 ◆★ 産後の身体ケア 「骨盤を整える& 正しい抱っこの仕方」	12	13 プレママプレパパ &赤ちゃんひろば	14 おとうさんひろば
15 休	16	17 ※保育士相談日	18 みんなでおさんぽ	19	20	21
22 休	23 ※歯の相談日	24 絵本の読み聞かせ 「はじめのいっぽ」	25 ※◆ 発達相談日	26	27 ◆★ とことこ @新松戸ひろば ※食事の相談日	28
29 休	30					

◆は、予約制プログラム  
お電話または、ひろばで  
申込みください。

★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。

◆★以外の時間帯は、予約  
不要で利用ができます。

**【ランチタイム】**  
11:30～13:00までお弁当や  
軽食、離乳食などを持参して  
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・片付け等、  
ご協力をお願い致します。

## 【今月の子育て相談日】

専門員の方の来館日です。お気軽にご相談ください。今月は、発達相談を除き予約不要です。  
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。ひろばへ直接お越しください。  
じっくり相談を希望される方は事前に予約してくださいね。



※助産師による妊婦・おっぱい相談・産後のからだなど  
6/7(日)11:30～12:30 / 9(火)10:00～12:00  
※◆ 発達・療育心理指導員による発達相談  
6/25(木)13:00～15:00

※保育士による生活の相談 6/17(水)10:00～12:00  
※歯科衛生士による歯の相談 6/23(火)13:00～15:00  
※管理栄養士による食事の相談 6/27(土)10:00～12:00

### ママパパ学級3日目 ★この時間帯は、ひろば閉館

6/7(日) 13:30～14:30(受付開始13:15～)  
定員：10組(◆予約制)

2ページに  
詳細あり

### おとうさんひろば

『オレの話をしよう』 part2  
6/14(日) 11:00～12:00



予約不要

2ページに  
詳細あり

パパたちは、ひとり時間があったら何をしたいですか？  
趣味や特技に絡めて自分のことを話してみませんか？

### ふれあい遊び

6/10(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。

予約不要



### 産後の身体ケア『骨盤を整える&正しい抱っこの仕方』

6/11(木) 10:30～11:30 ★この時間帯は、ひろば閉館

講師：名倉堂 山本接骨院 院長 山本恵孝さん

ほっとる一む新松戸 代表 石田尚美

定員：10組 (◆予約制)

2ページに  
詳細あり

### プレママプレパパ&赤ちゃんひろば

6/13(土) 13:00～15:00

同じくらいの月齢の赤ちゃんファミリーと交流できます。

予約不要



### みんなでおさんぽ「流鉄流山線に乗ろう」

6/18(木) 10:10 エントランス集合  
10:25 ほっとる一む新松戸 出発

予約不要

2ページに  
詳細あり

雨天中止(Instagram、HPにてお知らせします)

### 絵本の読み聞かせ

6/24(水) 10:30～(30分程度)

絵本はじめのいっぽさんによる絵本  
の読み聞かせを楽しみましょう♪

予約不要



### とことこ@新松戸ひろば ★この時間帯は、ひろば閉館

6/27(土) 13:30～15:00

定員：10組程度 (◆予約制)

2ページに  
詳細あり

### 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

#### ■最初に登録手続きが必要です。

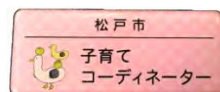
「ちょっとだけ子どもを預けたい……」というときに是非ご利用ください。2026年1月利用分から、オンライン予約になります。その際、オンラインで利用者情報を登録する必要があります。詳細は、市ホームページまたはスタッフまで問い合わせください。

◆対象：松戸市在住の生後6か月～未就学児

◆利用料：1時間500円 (1時間～4時間まで)

◆予約：利用日の1か月前の12時～3日前(休館日の場合は、その前日)まではオンライン上で、それ以降は電話で確認してください。

### ほっとる一む新松戸には松戸市認定の 子育てコーディネーターがいます。



ピンクのバッジが目印です。

ちょっと困ったこと、誰かに聞いてみたいことなど  
気軽に相談できます。また、地域や松戸市の情報も  
お話できます。