

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.202  
2026年7月号



## 今月の特集

「2人目、3人目の赤ちゃんを  
迎えるママへ」



## 6/7(日)ママパパ学級3日目を行いました!



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。



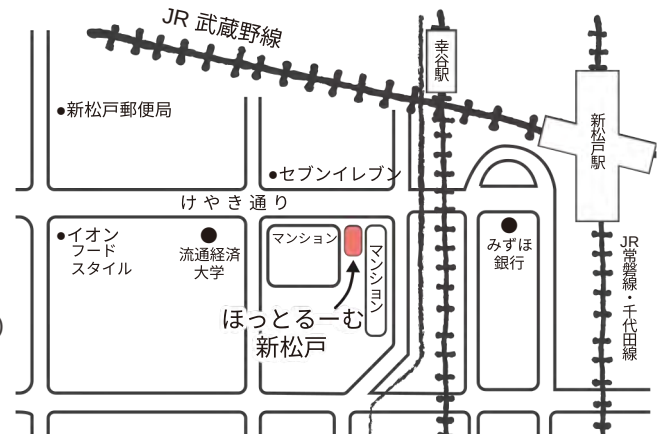
▲ ホームページ

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。

## 2人目の赤ちゃんとの暮らし、こんな時どうしたらいいのかな？

新しい生活への期待と不安でいっぱいな第2子妊娠中のママからの質問に、第2子以上を育てているママが答えてくれました。

**Q** 下の子が生まれると、上の子がさみしい思いをしてしまうと思う。どのように対応したら良いのでしょうか？

**A**

- ・上の子が「だっこ」と言ったらすぐに抱っこしてあげる。
- ・下の子の授乳など必要な時以外は上の子を優先する。たくさんスキンシップをして「大好き」と伝えて安心させてあげる。
- ・産後すぐにパパやおばあちゃんにサポートしてもらう。

**Q** 夫の育休が終わったら、1人で2人の子を見るのが大変そう。上の子のイヤイヤ期ともかぶりそうで、どうしたら良いのでしょうか？

**A**

- ・実家が近い場合は頼る。そうでない場合はファミリーサポートなど大人のを頼る。つらい時は、ファミサポやほっとる一むのスタッフさんに話を聞いてもらったり、相談したりする。
- ・必要最低限のことだけをやって、完璧を目指さない。買い物などは、宅配やパパの仕事帰りに頼む。
- ・家事は上の子の機嫌がいい午前中に終わらせる。
- ・イヤイヤ期は、子の意思が出てくる時期。ダメなものはダメと線引きしながら関わる。

家族がさらに明るくにぎやかになるのが楽しみ～



**Q** 入院中ママが不在の時、上の子は大丈夫かな？

**A**

- ・大丈夫！パパが頑張ってくれるのがベストだけれど、難しい場合は周りによく相談。松戸は相談できる場所がたくさんあるので、心強いです。
- ・入院中は我慢しているので、退院したら下の子に会わせる前に、上の子とママの時間を作る。
- ・自分の実家に預けたが、心細かったようで退院してから何をすることもずっとくっついて来ていました。入院中は自分の母や妹がよく外に遊びに連れ出してきていたので、元気に楽しく過ごしていたみたいです。

**Q** 新生児と上の子の寝る時の部屋割りなどの工夫などがあれば知りたいです。

**A**

- ・上の子はママと一緒に部屋、下の子はパパの近くで寝ていました。
- ・泣き声は意外と気にしていない。
- ・パパと上の子、ママと新生児でしばらくは部屋を分けていました。ママも疲れてくると思うので、たまにはミルクや搾乳した母乳をパパと交替であげる。

ほっとる一む新松戸の掲示板に、「第2子以上を育てているママからのメッセージ」を掲載しています。ぜひご覧ください。

## 2人目、3人目の赤ちゃんを迎えるママへ

新しい命を迎える喜びの中で、ふと気になるのは「入院中、上の子は大丈夫かな」「ママがいなくて寂しくならなかな」ということかもしれません。

上のお子さんにとっても、赤ちゃんが生まれることは大きな変化です。甘えなくなったり、赤ちゃん返りをしたり、少し不安定になることもあります。でもそれは、ママが大好きだからこそ。困らせたいのではなく、「わたしのことも見ていてね」「ぼくのこと大切にしてね」という心のサインです。

入院中は、離れている時間があっても大丈夫。ママの「大好きだよ」は、ちゃんとお子さんの心に残っています。短いLINEビデオ通話やメッセージ、「帰ったらぎゅっとしようね」の約束だけでも、安心につながります。

産後は、赤ちゃんのお世話でいっぱいになる毎日ですが、上のお子さんに「待っていてくれてありがとう」「あなたがいてくれて助かるよ」と伝えてみてください。長い時間でなくても、目を見て笑う、ぎゅっと抱きしめる、名前を呼ぶ。そんな小さな関わりが、上のお子さんの心を支えてくれます。

大変なことも増えるけれど、きょうだいが出会い、家族の形が少しずつ変わっていく時間には、かけがえのない喜びもあります。完璧なママでなくて大丈夫。揺れながら、助けてもらいながら、家族で少しずつ慣れていけば大丈夫です。

[助産師 心理カウンセラー やまがたてるえさん]



# ほっとる一む新松戸ご利用の方に感想をお聞きしました！

パパとお子さん



息子が6ヶ月になる頃からほっとる一む新松戸さんを利用させてもらっています。当時の息子はまだ、ずり這いができるようになったばかりでしたが、周りで遊んでいるお兄さんやお姉さんをキョロキョロと見て、一生懸命に観察している姿が印象的でした。家では得られない刺激をたくさん受けているようでした。スタッフさんや、親以外の大人、周りのお友達との関わりが、息子の好奇心を刺激し、大きく成長させてくれたのだと感謝しています。また、私にとっても貴重な場所となっています。初めての育児への不安や孤独を感じていたときに、スタッフさんが話を聞いてくれたり、同じ親同士で話をしたりする機会を得ることができたのはとても心強かったです。もっと早くその一歩を踏み出していればと少し後悔しているくらいです。今では息子も歩けるようになり、少し手狭に感じるときもありますが、ほっとる一む新松戸さんの雰囲気や、スタッフさんの温かい言葉かけが嬉しくて、毎週数回利用させてもらっています。今後は一時預かりや、ほっとる一む新松戸さんで息子とお昼ご飯を食べることに挑戦してみたいです。これからもよろしくお願い致します。

## 《7月の主なプログラム》

### 幼稚園座談会 (★ひろば閉館での開催)

#### ◇『幼稚園のことを聞いてみよう』

7月10日(金) 10:15～11:15(10:00受付)

- ・松戸市の幼稚園入園の制度について(幼児教育課より)
- ・先輩ママより、見学の時期など。

対象：幼稚園への入園を考えている方。

#### ◇『小規模保育園から幼稚園、 保育園に転園について聞いてみよう』

7月11日(土) 10:15～11:15(10:00受付)

- ・小規模保育園の特徴について(はもにか保育園園長より)
- ・小規模保育園から幼稚園、保育園に転園した先輩ママからの体験談、質疑応答。

対象：小規模保育園から幼稚園、保育園への転園を考えている方。

定員：各日共に、15組 (◆予約制)

予約：お電話、またはひろばにて申込み。

### おとうさんひろば

7月19日(日) 11:00～12:00

今年も新松戸まつりが開催されます。ほっとる一む新松戸エントランスでヨーヨー釣りを楽しみながら夏祭り気分を味わいませんか？悩みながら楽しみながら子育てに日々奮闘しているパパたち、フラッとパパメンバーを囲んで異年齢でのフリートークをしませんか。気軽におしゃべりしましょう！

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)



### 多胎児のママパパひろば

★月曜日はひろば閉館  
参加者のみ入館可

7月20日(月・祝) 10:30～12:00

双子育児についてゆっくりとお話しませんか？こんな時みんなどうしてるだろう？こんな楽しいことがありました！など話せたらいいですね。みなさんの参加をお待ちしています。

対象：多胎児ファミリー。プレママ、プレパパ。

定員：6組程度 (◆予約制)

予約：お電話またはひろばにて申込み

### ようこそ妊婦さん

★月曜日はひろば閉館  
参加者のみ入館可

7月13日(月) 10:30～11:30

先輩ママとおしゃべりしながら、生まれてくる赤ちゃんのためにスタイなどを一緒に作りませんか？

対象：妊婦さんならどなたでもOK！

定員：6名程度(◆予約制)



### インターナショナルママパパひろばみんなぐる

～教えて！！トルコのこと～

7月26日(日) 13:00～14:00

ゲスト：アルスラーンさんファミリー

対象：トルコについて関心のある方、どなたでも！

内容：トルコの手遊び、絵本の紹介。  
トルコについてあれこれ質問タイム。

定員・予約：なし



### 夏休み！小学生ふれあい体験& プチボランティア体験実施します！

この間まで幼稚園、保育園児だったお友だち！赤ちゃんや小さい子どもたちとふれあったり、遊んだりしながらちょっとだけほっとる一むのお仕事も体験してみませんか？日時などの詳細は後日インスタ、ホームページでお知らせします。



### 『流通経済大学の保育科の

お姉さんたちが遊びに来てくれます！』

7月9日(木) 16:00～17:00

内容：保育科の授業の一環として赤ちゃんに触れ合ったり、子どもたちと遊んでくれます。手遊び、絵本の読み聞かせなどの時間もあり。

申込み：不要 対象：どなたでも

学生たちはドキドキワクワクしながら遊びに来てくれます。

たくさんの参加お待ちしております♪



		1	2	3	4	5
6 (休)	7	8 ふれあい遊び ※保育士相談日	9 流通経済大学 保育科学生と交流	10 ◆★ 幼稚園座談会①	11 ※助産師相談日 プレママプレパパ &赤ちゃんひろば ◆★幼稚園座談会②	12
13 (休) ◆★ようこそ 妊婦さん	14 ※助産師相談日	15	16	17	18 ※◆ことばの相談日	19 おとうさんひろば
20 (休) ◆★多胎児の ママパパひろば	21 ※歯の相談日	22 絵本の読み聞かせ 「絵本はじめての いっぽ」	23	24	25 ※食事の相談日 ※◆発達相談日	26 ◆インターナショナル ママパパひろば みんぐる
27 (休)	28	29	30	31		

◆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  
てご利用くださいね！  
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、ことば・発達相談の相談を除き予約不要です。  
ひろばへ直接お越しください。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  
7/11(土)13:30～15:30 / 14(火)10:00～12:00  
※◆発達・療育心理指導員による発達相談  
7/25(土)13:00～15:00

※保育士による生活の相談 7/8(水) 11:00～13:00  
※◆言語聴覚士によることばの相談 7/18(土)10:00～12:00  
※歯科衛生士による歯の相談 7/21(火)13:00～15:00  
※管理栄養士による食事の相談 7/25(土)10:00～12:00

ふれあい遊び

7/8(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

流通経済大学保育科のお姉さんたちが遊びに来てくれます！

7/9(木) 16:00～17:00

3ページに  
詳細あり

幼稚園座談会 ★10:00～11:30までひろば閉館

◇7/10(金) 10:15～11:15  
幼稚園のことを聞いてみよう。  
◇7/11(土) 10:15～11:15  
小規模保育園から幼稚園、保育園への転園に  
ついて聞いてみよう。  
定員：各日共に15組 (◆予約制)

3ページに  
詳細あり

プレママプレパパ&赤ちゃんひろば

7/11(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。助産師さんに相談も出来ます。

予約不要

ようこそ妊婦さん(休館日。参加者のみ入館可)

7/13(月) 10:30～11:30 定員：6組(◆予約制)

3ページに  
詳細あり

おとうさんひろば

7/19(日) 11:00～12:00

予約不要

3ページに  
詳細あり

新松戸まつりの日に、エントランスでヨーヨー釣り &  
ひろばでフラッとパパメンバーとフリートーク♪

多胎児のママパパひろば

7/20(月祝) 10:30～12:00  
対象：多胎児ファミリー、プレママパパ  
定員：6組(◆予約制)  
(休館日。参加者のみ入館可)

3ページに  
詳細あり

絵本の読み聞かせ

7/22(水) 10:30～(30分程度)  
絵本はじめてのいっぽさんが来てくださいます。

予約不要



インターナショナルママパパひろばみんぐる

7/26(日) 13:00～14:00  
対象：海外から来たママパパ、パートナーが海外の方。  
定員：なし(◆予約制)

3ページに  
詳細あり

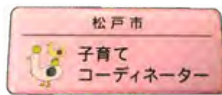
ほっとるーむ新松戸では乳幼児一時預かりも行っていきます

■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日前まで。
- 詳細はお問い合わせください。047-375-8737

ほっとるー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

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。



ピンクのバッジが目印です。