

ほっとるーむ東松戸だよ！

第 97 号

いちょうのは

わらってるよ

こがねいろに かがやいて

松戸市地域子育て支援事業

2025年11月1日：発行

11月の子育て講座

「これで安心! 幼児食へのステップアップ講座」

離乳食完了期から幼児食へ進む時期は「どんな食材を増やせばいいの?」「好き嫌いが多くて心配・・・」とお悩みが多いもの。幼児食の基本や栄養バランスはもちろん、子どもの「食べる力」を育てる工夫や、日々の食事作りがラクになるアイデアもお伝えします。安心してステップアップできるように、一緒に学んでいきましょう。

- ◆日時：11月19日(水) 10:30~11:30
- ◆場所：ほっとるーむ東松戸
- ◆講師：関根みかさん
(離乳食・幼児食アドバイザー・ベビーマッサージ講師)
- ◆定員：10組(要予約)
- ◆お申し込み・・・11/5(水) 10:00より受付
右記のQRコード、またはHP>イベント>子育て講座>申し込みフォームから。



お知らせ

11月の子育て講座 「新米パパママ講座」

2013年から続く、渡邊大地さんの人気講座です。産前産後のママの体調やメンタルの変化を知り、出産後の過ごし方を考えていきます。これから出産を迎える夫婦はもちろん、すでに子育て中の方も、今後の「夫婦で子育て」を考えるヒントがたくさん! ぜひご夫婦でご参加ください。

- ◆日時：11月9日(日) 13:00~15:00
- ◆場所：ほっとるーむ東松戸
- ◆講師：渡邊大地さん(札幌市立大学看護学部非常勤講師)
- ◆対象・定員：プレパパママ・0~3歳のお子さんのパパママあわせて12組(要予約)
- ◆お申し込み・・・10/12(日) 10:00より受付
右記のQRコード、またはHP>イベント>子育て講座>申し込みフォームから。



12月のイベント「ほっとるーむ東松戸クリスマス会」

今年もクリスマス会を開催します。皆さんに喜んでいただけるような内容を準備中です。一緒にクリスマス気分を楽しみましょう! 今年は予約不要です。ぜひご参加ください♪



- ◆日時：12月17日(水) 11:00~11:45
- ◆場所：ほっとるーむ東松戸

報告 「排泄機能の発達とおむつはずし」 ◆9/17 開催



～参加した方の感想～

「個人の発達ベースに合わせることで、排泄がポジティブなことだと認識させることが大事で、自立を促す為には、おらかな気持ちで見守っていこうと思いました。」

「なんでも相談」でおなじみの永瀬春美先生が、大人の気持ち、子どもの気持ちも代弁してくれつつ、子どもの発達の視点からのおむつはずしについてお話ししてくださいました。たくさん質問も出てみなさんの関心の高さが伺えました。

「パパとあそぼう!」 ◆10/5 開催

今回も手遊びや絵本に加え、ギター演奏付きで「どんないろがすき」を皆で歌いました。ギターの音色と歌声につられて、当日飛び込み参加してくださったパパも♪

後半には「寝かしつけ」や「子どものごはん」についてなど、パパ達が日頃感じる育児についての話で盛り上がりました。



「ふたごちゃんの時間」のお知らせ

多胎児家庭ならではのあつたあつた、お話しませんか?

妊娠中の方も大歓迎! 先輩ママパパのお話や、愛用しているベビーカーもご覧いただける貴重な機会、ぜひ遊びに来てください♪



- ◆日時：11月8日(土) 10:00~12:00
- ◆対象・定員：3歳のまでのふたごちゃん 6組
妊娠中の方
- ◆お申し込み・・・10/25(土) 10:00より受付
右記のQRコード、またはHP>イベント>ふたごちゃんの時間>申し込みフォームから。



ほわほわの森で遊ぼう!

「ほわほわの森で遊ぼう」は在宅医療的ケア児とご家族の遊び場です。今後の開催日や時間は、HPからご確認ください。

「フォトフレーム作り」 ◆9/15開催

インスタントカメラで撮影した家族写真を台紙に貼って、思い思いにシールやデコパーツで飾りました。バラエティ溢れるデコパーツを盛っていくとつい没頭して時間があっという間に過ぎていき...それぞれのセンスの光るフレームができました。



「パブリックピアノ部! ミニコンサート」 ◆10/19 開催

今回2度目となるパブリックピアノ部! の皆さんは、流山を中心に活躍されるグループです。しっとり泣かせる曲から思わずリズムを取ってしまう楽しい曲まで幅広い曲をピアノで演奏。最後はピアノの連弾に合わせて「ぼよん行進曲」を皆で熱唱しました。



ほっとるーむ東松戸カレンダー

*やむをえず予定が変更になる場合があります。
HPやほっとるーむ内でお知らせします。どうかご了承ください。

11月の予定		12月の予定	
1 土		1 月	休館日
2 日	なんでも相談	2 火	子育て相談 (平田美樹さん)
3 月	休館日	3 水	
4 火	子育て相談 (菊池佳子さん)	4 木	赤ちゃんひろば
5 水		5 金	えほんのじかん
6 木	赤ちゃんひろば	6 土	
7 金	えほんのじかん	7 日	
8 土	ふたごちゃんの時間 (詳細表面)	8 月	休館日
9 日	子育て講座 (詳細表面)	9 火	子育て相談 (加藤睦さん)
10 月	休館日	10 水	
11 火	子育て相談 (日野和恵さん)	11 木	赤ちゃんひろば 妊婦さんの時間
12 水		12 金	なんでも相談
13 木	赤ちゃんひろば	13 土	
14 金	なんでも相談	14 日	出張ひろば (詳細ブログ) ほわほわの森で遊ぼう! (下記参照 要予約)
15 土		15 月	休館日
16 日		16 火	子育て相談 (菊池佳子さん)
17 月	休館日	17 水	子育てイベント (詳細表面)
18 火	子育て相談 (谷口和代さん)	18 木	赤ちゃんひろば
19 水	子育て講座 (詳細表面)	19 金	
20 木	赤ちゃんひろば	20 土	ことばの発達相談
21 金	ことばの発達相談	21 日	
22 土		22 月	休館日
23 日		23 火	子育て相談 (谷口和代さん)
24 月	ほわほわの森で遊ぼう! (下記参照 要予約)	24 水	
25 火	子育て相談 (加藤睦さん)	25 木	赤ちゃんひろば
26 水		26 金	なんでも相談
27 木	赤ちゃんひろば	27 土	からだの悩み相談
28 金	なんでも相談	28 日	
29 土		29 月	休館日
30 日		30 火	休館日
		31 水	休館日

◆赤ちゃんひろば◆ (毎週1回)

●木曜日 13:00~15:00

0歳児が対象の時間です。赤ちゃんやママ同士の出会いの場です。あんなこと、こんなこと、色々お話ししましょう。スタッフによる手遊びや読み聞かせ等もあります。
この時間は絵本コーナー側は使用できません。

◆ふたごちゃんの時間◆ (奇数月第2土曜)

●11月8日(土) 10:00~12:00

ふたごの親子対象の時間です。ふたごちゃん育児の悩みや乗り切るアイデア等、お話ししてみませんか?
この時間は絵本コーナー側は使用できません。

＜専門相談員による相談＞

各種相談については相談日に来館の上、受付にお声掛けください。事前予約もできます。また、ご来館できない場合には電話でも相談いただけますのでお問い合わせください。 TEL 047-701-5508

■子育て相談■ (毎週1回)

●火曜日 10:00~12:00

赤ちゃんのこと、おっぱいのこと、ママの身体のこと、気になること等相談にのってくださいます。
※担当助産師さんは変更になる場合があります。

■ことばの発達相談■ (毎月1回)

●11月21日(金) 10:00~12:00

12月20日(土) 10:00~12:00

ことばの発達、コミュニケーションや気になること等、言語聴覚士の佐藤恵美子さんが相談にのってくださいます。

■からだの悩み相談■ (偶数月第4土曜)

●12月27日(土) 15:00~17:00

理学療法士の塩野里美さんがママのからだの悩みについて(痛み・ゆがみ・尿もれ等)相談にのってくださいます。
*お悩み症状の原因*セルフケア方法
*日常生活の注意点をわかりやすくお伝えします。

■なんでも相談■ (毎月2回)

●第2金曜日 10:00~12:00

第4金曜日 15:00~17:00

5週目がある場合は次の日曜日にも開催
(11月2日(日) 10:00~12:00も相談日です)
公認心理師で子育てアドバイザーの永瀬春美先生が、お子さんの身体や心の発達やしつけ、ママ自身の不安やイライラ、なんでも相談にのってくださいます。

■ほわほわの森で遊ぼう!■

(毎月1回 祝日の月曜日)

祝日の月曜日がない月は日曜日

この時間は出張ひろばを開催

●11月24日(月) 10:30~12:30

12月14日(日) 10:00~12:00

在宅難病や医療的ケア児ときょうだいの遊び場(要予約)

※詳細はHP等をご覧ください。

■英語絵本の読み聞かせ会■

(毎月1回)

英語絵本や英語の手遊びを楽しみます。
日程等詳細はブログでお知らせいたします。

■えほんのじかん■

(毎月第1金曜)

11:00~11:20

「たんぼの会」の皆さんによる読み聞かせ等の楽しい時間です。



◆妊婦さんの時間◆

(偶数月第2木曜)

●12月11日(木)

13:30~14:30

スタッフの用意したキットを使ってオリジナルのねこのガラガラを作ります。
お気軽にご参加ください。

お申し込みは
HPのイベント
フォームまたは
お電話で

●ほっとるーむ東松戸●

■ご利用案内■

〈開館時間〉 毎週火~日曜日 10:00~18:00

〈休館日〉 月曜日・年末年始

〈開催場所〉 〒270-2225

松戸市東松戸3-2-1 アルフレンテ3階

〈TEL & FAX〉 047-701-5508

〈URL〉 <https://e-hotroom.com>

〈ブログ〉 <http://blog.e-hotroom.com/>

〈E-mail〉 e-hotroom@za.wakwak.com

■ほっとるーむ東松戸は

NPO法人子育てひろばほわほわが松戸市から委託を受け運営しています。

■アクセス■



※JR武蔵野線・北総線

「東松戸駅」から徒歩2分

※京成バス千葉ウェスト松戸51・八柱8・紙敷8B・梨香台16B系統

バス停「東松戸駅」下車徒歩2分
※車で越越しの場合、アルフレンテの立体駐車場をご利用になります。駐車券をお持ちの方はお申し出ください。
90分無料になります。