

ほっとる一む東松戸だより

ふわふわのぼうしをかぶって
こぶしは はるをまってるよ

松戸市地域子育て支援事業
2025年3月1日：発行

4月の子育て講座

「乳幼児期に知っておきたい 子どものからだところの権利の話」

子どもの「いや！」には大切な意味があります。乳幼児期から尊重できる関わり方を一緒に考えてみませんか？

- ◆日時：4月3日(木) 10:15~11:15
- ◆場所：ほっとる一む東松戸
- ◆講師：やまがたてるえさん(助産師)
- ◆定員：15組(要予約)
- ◆お申し込み・3/20(木)10:00より受付
右記のQRコード、またはHP>イベント
>申し込みフォームから。



※イベント中は絵本コーナー側はご利用いただけません。ご了承ください。

お知らせ 出張ひろばのお知らせ 3/16(日)・4/13(日) 10:00~12:30

紙敷あんど(紙敷内蒲浦町会集会所)で開催します。
いつもと違った場所で遊んでみませんか？
詳しくはほっとる一むのブログをご覧ください。

「ふたごちゃんの時間」 3/8(土) 10:00~11:30

奇数月第2土曜日は「ふたごちゃんの時間」
ふたご育児ならではのあやういこと
をおしゃべりしませんか？

お申し込みはこちら→



「ママパパ学級3日目」 4/27(日) 13:30~15:00

松戸市では毎年、妊婦さん&パートナーを対象に「ママ
パパ学級」を開催しています。3日目はひろばで先輩ママ
パパの体験談を聞いたり、実際に赤ちゃんとおふれあつた
りできる大切な機会となっています。
当日参加して下さる妊婦さん&パートナー
・先輩ママパパを募集しています。
※詳しくはブログや館内の掲示をご覧ください。



「パパとあそぼう！」 ◆2/1 開催

報告

自己紹介や手遊び、絵本などなど・・・パパさんたち主導
のもとみんな楽しく遊びました。後半は遊びスポットや
子育てについての情報交換に花が咲いていました。
パパたちのお子さんと向き合う姿が素敵でした♪



「心地よい抱っことおんぶのお話」 ◆2/12 開催

助産師で抱っことおんぶの専門家、平田みきさんの講座。
赤ちゃんに優しい抱っこのしかたや「実はおん
ぶってこんなに便利」などなど、目からウロコのお話が
次々飛び出しました。個別相談では、皆さん持参した
抱っこ紐を使いながら実践し「使い方ひとつでこんなに
楽になるの？」と感動の声も・・・。
安心して抱っこやおんぶができると好評でした。

参加した方の感想↓

「正しい位置で付けると身体が楽なことが
わかり、前より抱っこ紐が使いやすくな
りました。」
「不安が解消しました。おんぶの仕方も
教わられたので、練習します！」
「腰が楽になりびっくりです！」



平田さんからのメッセージ



肩や腰が痛い、動きにくい、そんなお悩みは
“抱っこしているから仕方がない”のではなく、
コツをつかむだけでグッと楽になることがあり
ます。泣き止みややすい素手抱っこ、疲れに
くい身体の使い方、家事がしやすいおんぶなど
ぜひご紹介させてください。
声をかけていただくと嬉しいです。

妊婦さんの時間 ◆2/12開催

報告



今回は手首用ガラガラを作りながら、和気
あいあいとおしゃべりを楽しみました。
遊びに来ている先輩ママともお話しできる
機会です。お気軽にご参加ください。
次回は4/9(水)13:30~14:30の予定です

ほわほわの森で遊ぼう！

◆スマSH//コンサート ◆1/13 開催

新年初のほわほわの森で遊ぼう！は、
地域で音楽を楽しむ「スマSH//」の
皆さんによるギターコンサートで
した。優しいギターで奏でると、普段
TVから流れてくるアニメのヒット曲
も雰囲気ガラリと変わります。
皆の歌声がひとつになる楽しい時間
となりました。



◆みんなでリトミック ◆2/24 開催

医療的ケアを必要とするお子さん
と、そうでないお子さんとの合同
リトミックを開催。ピアノに合
わせて身体を動かすことから始まり、
みんなで合奏、最後はみんなで手
をつなぎ輪になって一体感に包
まれました。



「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。

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。

3月の予定		4月の予定	
1 土		1 火	子育て相談 (日野和恵さん)
2 日	子育て講座	2 水	
3 月	休館日	3 木	子育て講座 (詳細表面) 赤ちゃんひろば
4 火	子育て相談 (平田美樹さん)	4 金	えほんのじかん
5 水		5 土	
6 木	赤ちゃんひろば	6 日	
7 金	えほんのじかん	7 月	休館日
8 土	ふたごちゃんの時間 (詳細表面)	8 火	子育て相談 (山形照恵さん)
9 日		9 水	妊婦さんの時間 (内容表面)
10 月	休館日	10 木	赤ちゃんひろば
11 火	子育て相談 (加藤睦さん)	11 金	なんでも相談
12 水		12 土	
13 木	赤ちゃんひろば	13 日	出張ひろば (詳細表面) ほわほわの森で遊ぼう (下記参照 要予約)
14 金	なんでも相談	14 月	休館日
15 土	ことばの発達相談	15 火	子育て相談 (平田美樹さん)
16 日	出張ひろば (詳細表面) ほわほわの森で遊ぼう (下記参照 要予約)	16 水	
17 月	休館日	17 木	赤ちゃんひろば
18 火	子育て相談 (谷口和代さん)	18 金	
19 水	英語絵本の読み聞かせ会	19 土	
20 木	赤ちゃんひろば	20 日	
21 金		21 月	休館日
22 土		22 火	子育て相談 (谷口和代さん)
23 日		23 水	
24 月	休館日	24 木	赤ちゃんひろば
25 火	子育て相談 (日野和恵さん)	25 金	なんでも相談
26 水		26 土	ことばの発達相談 からだの悩み相談
27 木	赤ちゃんひろば	27 日	ママパパ学級3日目
28 金	なんでも相談	28 月	休館日
29 土		29 火	子育て相談 (加藤睦さん)
30 日		30 水	
31 月	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)

●3月8日(土) 10:00~11:30

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、場合により絵本コーナー側が使用できません。

◀ 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、おっパいのこと、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)

●3月15日(土) 10:00~12:00
4月26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)

●4月26日(土) 15:00~17:00

理学療法士の塩野里美さんが、ママのからだのお悩みについて(痛み・ゆがみ・尿もれなど)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
*日常生活での注意点*をわかりやすくお伝えします。お気軽にお声かけください。

■なんでも相談■ (毎月2回) 隔週になりました

●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開催
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
●3月16日(日) 10:00~12:00
4月13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。

■ママパパ学級3日目■

●4月27日(日) 13:30~15:00
「ママパパ学級3日目」は先輩ママパパの体験談を聞いたり、実際に赤ちゃんに触れ合ったり、直接情報交換出来る大切な機会です。プレママパパ、先輩ママパパご参加お待ちしております!

●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301
<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



■アクセス■



※JR武蔵野線・北総線
「東松戸駅」から徒歩2分
※京成バス高塚線・新京成バス
松14・八柱7・紙敷1系統
バス停「東松戸駅」下車
徒歩2分
※車でお越しの場合、アルフレンテの立体駐車場をご利用になれます。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。

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。