

ほっとるーむ東松戸だよ！

第 98 号
とどくかな
すんだおそらの
おつきさま
松戸市地域子育て支援事業
2026年1月1日：発行



あけましておめでとうございます。今年も笑顔のあふれる、居心地のいい広場をめざしていきます。
皆さんにとって素敵な出会いのある1年になりますように…。スタッフ一同広場でお待ちしています。

1月の子育て講座「親子で遊ぼう！」

子どもは生活の全てが遊びであり、遊びの中で成長します。
特別なおもちゃがなくても広がり、深まる親子時間♪
子どもの発達に詳しい作業療法士さんと一緒に、お子さんの
好きな遊びや、楽しいと感じる瞬間を探してみませんか？

- ◆日時：1月24日(土) 10:15～11:15
- ◆場所：ほっとるーむ東松戸
- ◆講師：パピママOT(作業療法士)にしがいさん
- ◆定員：8組(要予約)
- ◆お申し込み…1/10(土) 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 2月の子育て講座

「がんばりすぎない子育て

～わたしを大切にする小さな習慣～

子育てのしんどさや不安を抱えやすい時期に、自分をそっ
とねがらうための小さなコツを学ぶ講座です。
深呼吸や簡単なセルフケア、今日できたことに気づくワーク
で、心がふっと軽くなる時間を一緒に過ごしましょう。

- ◆日時：2月18日(水) 10:15～11:15
- ◆場所：ほっとるーむ東松戸
- ◆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…2/4(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。



1月から一時預かりがオンライン予約になります

一時預かりを利用するには、予約システム
の利用者登録が必要になります。
これまでご利用いただいていた方も改めて
登録が必要になりますのでよろしくお願い
します。

利用者登録はこちら↑

松戸市HPはこちら↑



報告

「ママパパ学級3日目」◆10/26開催

松戸市主催・妊婦さんとパート
ナー向け「ママパパ学級3日目」。
助産師やまがたてるえさんのお話
と、後半は先輩ママパパとの交流
の時間でした。体験談を聞いたり、
赤ちゃんを抱っこさせてもらったり
・赤ちゃんを迎える心の準備
の時間となりました。



「新米パピママ講座」◆11/9 開催

妊娠・出産後の身体や心の変化をわか
りやすく学べるこの講座。パパ・ママ
に分かれて行うグループワークや、相
手の気持ちを想像するワークは、夫婦
の対話のきっかけにもつながりました。
また、大地さんが語ってくれた具体
的な育児エピソードが心に残り「こんな
家族になれたらいいね」と夫婦で話し
合う時間が生まれたという温かな感想
も寄せられました。



「これで安心！離乳食のステップアップ講座」◆11/19 開催

食事に関するご相談が最近多いこともあり、
今回初めて離乳食・幼児食アドバイザーの
関根みかさんを講師にお招きして、お話を
伺いました。たくさんの質問に丁寧にお答
えいただき、毎日の食事と向き合うヒント
がたくさん詰まった時間となりました。



「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ふれる、
お話しませんか？妊娠中の方も大歓迎！
愛用しているベビーカーもご覧いただ
ける貴重な機会、ぜひご参加ください♪



- ◆日時：1月10日(土) 10:00～12:00
- ◆対象・定員：3歳までのふたごちゃん・妊娠中の方 6組
- ◆お申し込み…12/27(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。



「ほっとるーむ東松戸★クリスマス会」 12/17 開催

手遊び、パネルシアター、ハン
ドベル、最後にスペシャルゲ
ストが登場。一緒に「あわてん
ぼうのサンタクロース」をうた
いました。たくさんのご家族に
ご参加いただき、笑顔あふれる
クリスマス会となりました♪



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。

「特別支援学校ってどんなところ？」◆11/24開催

松戸保健所との初めてのコラボ企画で、特
別支援学校の先生をお招きし、学校につ
いてお話をいただきました。
お子さんのお楽しみとして縁日ごっこも同
時開催。的当てや魚釣り、ボーリングを楽し
みました。



「クリスマスコンサート」◆12/14 開催

今年もカルテットdoudouの皆さんが来
てくださいました。
素敵な生演奏では、サプライズで12月
生まれのお子さんにバースデー曲もプ
レゼント。今年のほわほわの森で遊ぼ
う！を締めくくるのにぴったりな華や
かで楽しい時間でした。



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。

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



◆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）

●1月10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）

●1月30日（金）10:00~12:00

2月27日（金）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）

●2月28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
（2月1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

●1月12日（月祝）10:30~12:30

2月12日（月祝）10:30~12:30

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。

です。

■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）

●2月12日（木）

13:30~14:30

スタッフの用意したキットを使って

かわいいスタイを作ります。

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

※京成バス千葉ウエスト松戸5

1・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。