

ほっとる一む東松戸だより

3月のイベント「わいわいトーク★保育園編」

春から保育園にご入園が決まり、新生活が始まるみなさんへ。実際の保育園生活ってどんな感じ？どんな準備が必要？久しぶりの職場復帰もドキドキしちゃう！などの期待と不安やモヤモヤを、先輩保育園ママや保育園経験スタッフを交えてワイワイおしゃべりしませんか？



- ◆日時：3月12日(木) 10:30~11:30
- ◆場所：ほっとる一む東松戸
- ◆定員：10組(要予約)
- ◆お申し込み… 2/26(木) 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 4月の子育て講座

「どこまで？どうする？イヤイヤ期の自己主張」

「自己主張は心の成長のために大切」とは思っても、言いなりになるわけにはいかないし、迷うことも多いと思います。発達を踏まえて、親も子も辛くならないかわり方を考えましょう。



- ◆日時：4月24日(金) 13:15~14:45
- ◆場所：ほっとる一む東松戸
- ◆講師：永瀬春美先生(公認心理師・子育てアドバイザー)
- ◆定員：15組(要予約)
- ◆お申し込み… 4/10(金)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。



「妊婦さんの時間」のお知らせ

生まれてくる赤ちゃんのためにおもちゃを作りませんか？詳細はほっとる一む東松戸のHP・館内のチラシをご覧ください。



- ◆日時：4月9日(木) 13:30~14:30

出張ひろばのお知らせ

紙敷あんど(紙敷内蒲蒲町会集会所)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。

3/15(日)・4/19(日)
10:00~12:30

「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あつ、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：3月14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… 2/28(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。



報告

「親子で遊ぼう！」◆1/24 開催

作業療法士にしがいさんによる「親子で遊ぼう！」からだを使ってのふれあい遊びや、タオルやコップを使っての遊びを楽しんだ他、遊びでの動きが今後、生活上の動作の基盤になる事を教えてもらいました。お子さんたちのニコニコ笑顔に大人もニコニコになりました。



★参加された方の感想

「自宅にある物や身体で遊んで、それがどのような力に結びつくかの解説があり、とても勉強になりました」

「がんばりすぎない子育て ~わたしを大切に小さな習慣~」

◆2/18 開催

子育ては金銭労働ではなく感情労働。目には見えないけれど、日々たくさんの方の労力を費やし、愛情を注ぎ…本当に偉大な仕事です。

ネガティブでいい、完璧じゃなくていい、頑張っている自分を褒め、ハグしてあげてほしい。

毎日頑張っているママ達にむけて、自分を褒め、大切にしてもらいたい…そんなやまがたさんの想いが散りばめられた、心がほっと安らぐ講座でした。



★参加された方の感想

「自分を労う大切さを学ぶことができ、とても有意義な時間でした」「今回の講座を聞いて、もっと自分を認めてあげようと思いました」

ほわほわの森で遊ぼう！

「ほわほわの森で遊ぼう」は在宅医療の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。

「リトミック」◆1/12開催

新年最初のほわほわの森はリトミック。動物の足まね、雪だるまの工作、きらきらぼし合奏と盛りだくさんの内容で、参加者さんもスタッフもみんながうれしいのしい一体感に包まれました。



「ほわほわの森カフェ」◆2/23開催

いつものひろばが「ほわほわの森カフェ」に変身。元利用者さんでピアノとギターのプロによる生演奏を聴きながら、移動珈琲屋さんの淹れ立ての美味しいコーヒーを飲み、おしゃべりもはずみます。人との繋がりをまた嬉しく感じられる、心温まる日になりました。



ほっとる一む東松戸カレンダー

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

*やむをえず予定が変更になる場合があります。
HPやほっとる一む内でお知らせします。どうかご了承ください。

◆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14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ののってください。
※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7日(土)10:00~12:00
●4月25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ののってください。

■からだの悩み相談■ (偶数月第4土曜)
●4月25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)相談ののってください。
*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
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、なんでも相談ののってください。

■えほんのじかん■
(毎月第1金曜)
11:00~11:20
「たんぼぼの会」の皆さんによる読み聞かせ等の楽しい時間です。



■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せん。

■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15日(日)10:00~12:00
●4月19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。

■赤ちゃん教室■
●3月4日(水)10:20~11:30
保健師さんによる赤ちゃんやお母さんの健康に関する情報の提供やふれあい遊びの時間があります。
※対象: 初めて参加する概ね生後2か月~6カ月までの赤ちゃんと保護者。
お申し込みは中央保健福祉センターへ。
この時間は絵本コーナー側は使用できません

●ほっとる一む東松戸●

■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 アルフレんテ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



■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、アルフレん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。

■ほっとる一む東松戸は

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。