

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-饗の風といいます。
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たらうれしいです。

ほっとる一む新松戸つうしん

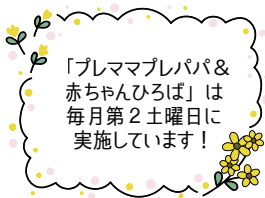
NO.205

2026年10月号



今月の特集

「子どもと向き合うって
ということ？」



「プレママプレパパ&
赤ちゃんひろば」は
毎月第2土曜日に
実施しています！

9月の「プレママプレパパ&赤ちゃんひろば」の様子です。

助産師の加藤さんから抱っこの仕方を丁寧にレクチャーしてもらい、
初めて抱っこするプレママプレパパの顔は真剣でした。

その日に出会えた先輩ママは、交流の幸せを感じている様でした。



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

ほっとる一む
新松戸



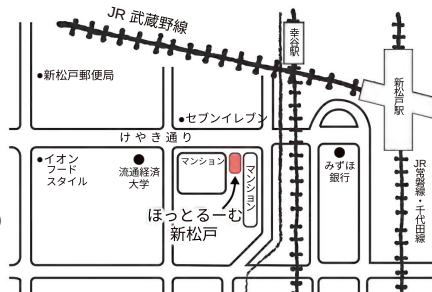
▲Instagram

[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 法人松戸子育てさばーとハーモニーが、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。

子どもと向き合うってどういうこと？

最近、「子どもと向き合うことが大事」という言葉を耳にすることが増えました。

でも、子育ての毎日には本当に忙しくて、
“向き合うってどういうこと？” “ちゃんとできているのかな…”と感ずることもある
かもしれません。

そこで、利用者のみなさんの「子どもと向き合うとは」をテーマに いろんな声を集めて
みました。子どもも様々、親も様々、夫婦も様々。家庭の形も、子育てのペース
も、本当にいろいろですね。



向き合っていると感じた瞬間

- ・ご飯のあとは家族で絵本タイム。他の作業を止めて、ただ絵本を楽しむ時間にしています。
- ・スマホを見ない時間を作り、娘と向き合うようにしています。
- ・寝かしつけのとき、ブランケットで顔をちょんちょんと触ると嬉しそうに笑います。
- ・離乳食や絵本を選ぶときに「これがいい？」と聞きながら意思を確認しています。
意思疎通できていると感ずるとき、向き合えているなと思います。



向き合うのが難しいと感ずる場面(工夫している声)

- ・離乳食を食べなくなったとき、ダシを使うなど工夫。食べてくれると嬉しいです。
- ・栄養面を考えるのは大変だけれど、「おいしいね」と話しかけながら食べる時間が好きです。
- ・子どもの希望（〇〇したい、外に行きたいなど）はなるべく聞くようにしています。

子どもの気持ちに気づいたエピソード

- ・「これがしかなかっただね」と気持ちを想像しながら、帰宅後はずっと抱っこしています。
- ・寝る前のハグで、言葉だけでは伝わらない愛情を伝えていきます。
- ・絵本や離乳食を選ぶときに「これがいい？」と聞きながら意思を確認しています。
- ・育休中ずっと娘を見ていたら、表情から“何をしたいのか”が少しずつ分かるようになりました。



今回は、一部の方の声しか紙面上載せることができませんでしたが、それ
ぞれの家庭で、いろんな「向き合い方」があるんだなと感ずました。

みなさん、本当に子育てを頑張っているのだなと思います。

「子どもと向き合う」とは、子どもの気持ちを受けとめて、“今この子はど
う感ずているんだろう”と想像しながら関わること。優しくさだけども、言いな
りでもなく、子どもが安心して成長できるように、必要なところはそっと導
きながら寄り添うことだと思います。

子育ては、うまくいく日もあれば、そうでない日もあります。それでも一度
立ち止まったら、それだけで十分向き合っています。

ほっとる一む新松戸は、これから地域の親子が安心して過ごせる場所とし
て、みなさんと一緒に子どもたちの育ちを見守っていききたいと思います。

《10月の主なプログラム》

子育て中のママの心と身体を元気に！
『ハッピーママヨガPart3』
10月9日(金) 10:30～11:30

昨年好評につき
今年も開催！

10:30～11:10(ヨガ体験) 11:10～11:30(個別相談)

「初めてだけど～？」「体が硬いけど～？」「ポーズできるかな？」
すべて大丈夫です！ゆったりと呼吸法を入れながら
心身共にリフレッシュしてみませんか？



※当日は動きやすい服装でお越しください。
※託児はありません。お子さんと一緒にご参加くださいね♪

講師：ホルマン英奈さん(利用者さんOB) 予約：不要

多胎児のママパパひろば

10月12日(月・祝)10:30～12:00

(★月曜日はひろば閉館、参加者のみ入館可)

双子、三つ子ならではの日常の小さな出来事や、
うれしかったこと、困ったことなどお話しませんか？
今回は、お子さんを預けてのフリータイムもあります。
対象：多胎児ファミリー、プレママ、プレパパ
定員：6組(◆予約制)



新松戸南中学校の生徒と
赤ちゃんのふれあい体験のお知らせ

今年度も中学生と赤ちゃんがふれあう機会、乳幼児親子の交流を
通して命の大切さ、子どもを産み育てることの素晴らしさを体験
・実感してもらうことを目的に下記の通り開催します。たくさん
の参加をお待ちしています！パパの参加も大歓迎です♪

【日時】

11月17日(火) 11月18日(水)
① 9:25～10:20 ① 9:30～10:30
② 10:20～11:15 ② 10:30～11:30
③ 9:25～11:15 (①②両方参加) ③ 9:30～11:30 (①②両方参加)

場所：新松戸南中学校被服室(新松戸南2-124)
対象：0歳～1歳6ヶ月くらいのお子さんと保護者
募集人数：各日15組(複数日の参加可)
申込み：電話(047-375-8737)またはひろばにて。
QRコードからも申込みいただけます。



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！

娘が2ヶ月過ぎた頃から、ほっとる一む新松戸さんを利用させてもらってます。妊娠中は子育てひろばの事を知る機会が無く、
始めはどんな所かと興味本位で夫と訪れました。
たまたまその日はイベントがあったようで他にも数組2～5ヶ月児のママパパがいました。私たちは産後初めて他のママパパ
と会えた喜びから話に花が咲き、その日以降夫と共に「また来たい」と思うようになりました。夫の育児が終わり、平日ワンオ
ペの環境でしたので私自身の話し相手を求めて立ち寄れる日はほっとる一むを訪れるようになりました。夫も居心地の良さから
土日は積極的に娘を連れて行くことが増え、すっかり夫婦共にスタッフさん達と顔馴染みになりました。ある時、娘のグズりが
酷くなってしまい、気後れしながらもほっとる一むに訪れ、スタッフさんに悩みを打ち明けました。その際「辛い時こそほっと
る一むに来てね。ここは第2のお家だから」と言って下さったこと、私にとってとても救いの言葉でした。
一人で暗い気持ちで落ち込んでいたのですが、ここでは我慢せず辛いものも吐き出して良いんだと肩の荷が
おりて沈んでいた気持ちが軽くなりました。いつも寄り添ってくれるスタッフさん、そして仲良くなれた
ママとの出会いを作ってくれたほっとる一むには感謝の気持ちでいっぱいです。これからも沢山利用させ
ていただきます！今後もよろしくをお願いします。



Sさんご家族(お子さん8ヶ月)

おとうさんひろば

『はたらくパパママと腰痛予防』

10月18日(日) 11:00～12:00



子育てとは切っても切り離せない「抱っこ」。
抱っこし過ぎで腰が痛いを防ぐ体の使い方やストレッチを理学
療法士がお話します。一緒に体を動かして実践してみましょう！
対象：パパとお子さん、ママ、ご家族
ゲスト：フラっとパパメンバー 前島 晃さん(理学療法士)
内容：腰痛を予防する動き方、ストレッチ(お話と実践)
予約：不要

みんなでおさんぽ『新松戸中央保育所』

10月20日(火)

集合 9:40(現地集合、現地解散)

園庭開放時間 9:45～10:45

定員：10組程度(◆予約制) 園庭開放後、園内見学可能(3組まで)

※雨天中止。また、感染症流行などで中止の可能性があります。
当日HP・Instagramにてお知らせしますのでご確認ください。



とことこ@新松戸ひろば

10月24日(土) 13:30～15:00(★ひろば閉館)

発達がちょっと気になるけどどこに相談すればいいのかな？
お友達との関わりが気になる？！療育に行き始めたけどその先って？
みんな何ヶ所くらい行ってるのかな？
そんな困り感を同じように悩んでいるママパパの皆さん！
ほっとる一む新松戸発達相談員の松川さん、先輩ママたちを囲んで
情報交換、経験、体験を聞いたりしながらゆっくりお話しませんか？
お気軽にご参加お待ちしております。

定員：5～6組(◆予約制)
申込み：電話にてほっとる一む新松戸まで。
QRコードからも申し込みいただけます。



持ち物：エコー写真、お子さんの成長記録、他。
内容：グループになった生徒さんに出産時や、育児の体験など話し
たり、赤ちゃんを中心にふれあい、交流などをさせていただきます。

・授乳、おむつ替えスペース、お湯をご用意しております。
・終了後、アンケートのご協力をお願いします。
※キャンセルの場合は、ほっとる一む新松戸携帯(070-1189-2972)まで
必ずご連絡をお願いします。

ひろばカレンダー10月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5 (休)	6 ※助産師相談日	7 ※保育士相談日	8	9 ハッピーママ ヨガ	10 プレママプレパパ &赤ちゃんひろば	11 ◆★ ママパパ学級 3日目 ※助産師相談日
12 (休) ◆★多胎児の ママパパひろば	13	14 親子ふれあい遊び	15 流通経済大学 留学生見学	16	17	18 おとうさんひろば
19 (休)	20 ◆★みんな でおさんぽ	21	22	23	24 ※食事の相談日 ◆★とことこひろば	25
26 (休)	27 ※歯の相談日	28 絵本の読み聞かせ 「はじめのいっっぱ」	29	30	31 ※◆ 発達相談日	

◆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！
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。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。今月は発達相談
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。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

10/6(火)10:00～12:00/11(日) 11:30～12:30

※保育士による生活の相談 10/7(水) 10:00～12:00

※管理栄養士による食事の相談 10/24(土)10:00～12:00

※歯科衛生士による歯の相談 10/27(火)13:00～15:00

※◆発達・療育心理指導員による発達相談
10/31(土) 13:00～15:00

ママヨガ体験～ハッピーママヨガ
Part3～byホルマン英奈さん



予約不要
3ページに
詳細あり

10/9(金)10:30～11:30

初心者歓迎！動きやすい服装でお越しください。

プレママプレパパ&赤ちゃんひろば

10/10(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。



予約不要

ママパパ学級3日目 ★13:00～15:00 ひろば閉館

10/11(日)13:30～14:30

定員：10組(◆予約制)

多胎児のママパパひろば ★休館日。参加者のみ入館可

10/12(月・祝) 10:30～12:00

対象：多胎児ファミリー、プレママプレパパ
定員：6組(◆予約制)

3ページに
詳細あり

親子ふれあい遊び

10/14(水)10:30～(30分程度)

ゆったりふれあって、親子でぎげんに♪



ほっとる一む新松戸では乳幼児一時預かりも行っています
■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……」というときには是非
ご利用ください。2026年1月分から、オンライン予約になり
ました。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、市のホームページまたはスタッフまでお問い合わせ
してください。

■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、ほっとる一む新松戸TEL.047-375-8737まで。

おとうさんひろば

10/18(日) 11:00～12:00

ゲスト：フラっとパパ 前島 晃さん(理学療法士)
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

3ページに
詳細あり

みんなでおさんぽ

10/20(火)

行き先：新松戸中央保育所の園庭開放
現地集合 9:40 園庭開放 9:45～10:45

定員：10組(◆予約制)
※雨天中止はInstagram、HPにてお知らせします

3ページに
詳細あり

とことこ@新松戸ひろば★この時間帯はひろば閉館

10/24(土) 13:30～15:00

対象：発達に気になるお子さん
定員：6組(◆予約制)

3ページに
詳細あり

絵本の読み聞かせ

10/28(水) 10:30～(30分程度)

絵本はじめてのいっっぱさんによる読み
聞かせ。終了後におしゃべり会があります。

予約不要



ほっとる一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。



ピンクのバッジが目印です。

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。