

# ほっとる一む東松戸だより

## 子育て講座

### 3月のテーマ「子どもの口の中のこと・・・」

むし歯、歯並び、子どもの口の中はどんな風になっているの？歯みがき、ごはん、おやつ、子どもの口の中でのケアはどうしたらいい？そんなお話を歯医者さんと一緒に話してみませんか？



- ◆日時：3月7日(木)10:30~11:45
- ◆場所：ほっとる一む東松戸
- ◆講師：川上朝子先生（歯科医師）
- ◆定員：15組（要予約）
- ◆お申し込み・・・2/22(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。



※イベント中は絵本コーナー側はご利用いただけません

### 4月のテーマ「排泄機能の発達とおむつはずし」

「春だ！トイレ！」と思う方も多いかもしれませんが、実は排泄機能の発達にも個人差があって、頑張っても早く始めれば早く取れるというものでもありません。発達の視点でトイレを考えます。



- ◆日時：4月17日(水) 10:30~11:30
- ◆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・・・4/3(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。



## 報告

### 「どこまで・どうする？イヤイヤ期の自己主張」

◆1/26 開催

毎年大人気のこの講座。「子どもの気持ちも大切に、親の気持ちも大切に」イヤイヤ期への対応と親の心構えについて教えていただきました。子育ては理想論通りにはいかない！とおっしゃる永瀬先生のお話はとても説得力がありました。資料のみの配布もしています。ご希望の方は受付にお声がけください。

ご参加の方の感想↓

・「気持ちと行動を分ける」というのは目からウロコでした。

### 「なんでも相談」ご存じですか？

毎週金曜日の「なんでも相談」は、公認心理師で子育てアドバイザーの永瀬春美先生の相談日です。誰かに話すことで気持ちが軽くなったり、整理されることってありますよね？お子さんの事、ご自身の事、どうぞお気軽に「なんでも相談」してくださいね。

イヤイヤの付き合い方ってどうすればいい？

子どものこんな行動が気になる・・・

保育園が決まったのですが・・・

ついつい子どもを叱りすぎてしまい自己嫌悪・・・どうしたらいい？

こんな事言われてモヤモヤしました

離乳食を食べなくて・・・

などなど・・・  
なんでもどうぞ♪

### ママパパ学級3日目&マタニティサロン

◆日時：4月21日(日)13:30~14:30 ◆14:40~15:40  
松戸市では妊婦さん&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、実際に赤ちゃんに触れ合ったりできる大切な機会となっています。その後ほっとる一む東松戸企画として助産師やまがたてるえさんの「マタニティサロン」を続けて開催します。当日参加してくださる妊婦さん&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。ママパパ学級以外でも、妊婦さんの来館はいつでも大歓迎です！先輩ママパパさん、お知り合いの方がいらっしやいましたら、ぜひお声がけください♪

\*プレママパパ・先輩ママパパ募集中...

お申し込み&お問い合わせはほっとる一む東松戸まで

### 「パパとあそぼう！赤ちゃん編」 ◆2/18 開催

3ヶ月から9ヶ月までの赤ちゃんのパパたち（8組）と一緒にわらべうたやふれあい遊びを楽しみました。パパ達の関わりにより赤ちゃんはニコニコ♪読み聞かせや交流タイムもあり、日頃感じていることをおしゃべりして情報交換する機会にもなりました。



ご参加の方の感想↓

- ・おもちゃを使わずに遊ぶ方法を学べてよかったです
- ・パパ同士の交流を深めることができ、とても楽しかった。

### 出張ひろばのお知らせ

3/10(日) 10:00~12:30 紙敷あんど（紙敷中内蒲浦町会集会所）で開催します。いつもと違った場所で遊んでみませんか？この時間ほっとる一むでは下記の「ほわほわの森で遊ぼう」を開催中です。ご了承ください。  
※詳しくはほっとる一む東松戸のブログをご覧ください。

### ほわほわの森で遊ぼう！



だだすこだんだん 1/8開催

ただじゅんさんの獅子舞・太鼓・等等...皆でおそろいの法被を着て盛り上がった、お正月らしい素敵なイベントでした。



オニはそとフクはうち 2/12 開催

少し遅めの節分。ゲスト？の赤鬼さんと青鬼さんと玉入れをしたり写真を撮ったり...笑い声が響く楽しい時間になりました。

「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、ほっとる一む東松戸のHPからご確認ください。

# ほっとる一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やほっとる一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	
1	金 えほんのじかん なんでも相談
2	土
3	日
4	月 休館日
5	火 子育て相談(菊池佳子さん)
6	水
7	木 子育て講座(詳細表面) 赤ちゃんひろば
8	金 なんでも相談
9	土 ふたごちゃんの時間
10	日 出張ひろば紙敷あんど ほわほわの森で遊ぼう
11	月 休館日
12	火 子育て相談(加藤睦さん)
13	水
14	木 赤ちゃんひろば
15	金 なんでも相談
16	土
17	日
18	月 休館日
19	火 子育て相談(谷口和代さん)
20	水 英語絵本の読み聞かせ会
21	木 赤ちゃんひろば
22	金 なんでも相談
23	土
24	日
25	月 休館日
26	火 子育て相談(日野和恵さん)
27	水
28	木 赤ちゃんひろば
29	金 ことばの発達相談
30	土
31	日 なんでも相談

4月の予定	
1	月 休館日
2	火 子育て相談(菊池佳子さん)
3	水
4	木 赤ちゃんひろば
5	金 えほんのじかん なんでも相談
6	土
7	日
8	月 休館日
9	火 子育て相談(加藤睦さん)
10	水
11	木 赤ちゃんひろば
12	金 なんでも相談
13	土 ことばの発達相談
14	日
15	月 休館日
16	火 子育て相談(山形照恵さん)
17	水 子育て講座(詳細表面) 英語絵本の読み聞かせ会
18	木 赤ちゃんひろば
19	金 なんでも相談
20	土
21	日 ママパパ学級3日目 マタニティサロン
22	月 休館日
23	火 子育て相談(平田美樹さん)
24	水
25	木 赤ちゃんひろば
26	金 なんでも相談
27	土 からの悩み相談
28	日
29	月 ほわほわの森で遊ぼう
30	火 子育て相談(日野和恵さん)

## ◆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。

## ◆ふたごちゃんの時間◆ (奇数月第2土曜)

●3月9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、おしゃべりしてみませんか?

## 《 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29日(金) 10:00~12:00

4月13日(土) 13:00~15:00

言語聴覚士の佐藤恵美子さんによる相談を行います。ことばの発達、コミュニケーションや気になること等相談ののってくださいます。

## ■からの悩み相談■ (偶数月第4土曜)

●4月27日(土) 15:00~17:00

理学療法士の塩野里美さんが、ママのからだのお悩みについて(痛み・ゆがみ・尿もれなど)相談の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■ (毎週1回)

●第1・3金曜日 15:00~17:00

●第2・4金曜日 10:00~12:00

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ます。

3月10日(日) 10:00~12:30は「ほわほわの森で遊ぼう」にご予約した方のみのご利用となります。その時間は紙敷あんどで『出張ひろば』を開催しています。ぜひご利用ください。

### ■ほわほわの森で遊ぼう!■

(毎月1回)

●3月10日(日) 10:00~12:00

4月29日(月) 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。

### ■えほんのじかん■

(毎月第一金曜)

11:00~11:20

「たんぼほの会」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■

(毎月第3水曜)

新しい試みです。英語絵本や英語の手遊びを楽しみます。※詳細はブログをご覧ください。

### ■ママパパ学級3日目・マタニティサロン■

●4月21日(日) 13:30~14:30

14:40~15:40

「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。ママパパ学級の後はほっとる一む東松戸企画「マタニティサロン」を開催します。詳細はブログをご覧ください。

## ●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](mailto:e-hotroom@za.wakwak.com)

### ■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。

### ■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いただけます。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。

