



ほっとるーむ松戸だより

2024年 1月 2月号



2023年12月24日発行
社会福祉法人ピスティスの会
松戸市地域子育て支援事業

街には色鮮やかな装飾が彩り、空気は冬本番と思える冷たさを感じる日々が訪れています。昨年12月には、ほっとるーむ松戸のクリスマスを159名の皆さまと祝えましたこと嬉しく思います。2023年は、コロナ禍という言葉が遠い過去のものに感じるほど街が活気を取り戻す一方、国や人々の争いが目立つ年であったように感じます。戦火の中、涙を流す子どもたちの姿に胸を痛めずにおられません。新しい年こそ世界の子どもたちに笑顔広がる1年であることを祈ります。今年も子どもたちの笑顔が広がる「ほっとるーむ松戸」でお待ちしています。

伝承あそびのコーナー



**1月4日(木)~
14日(日)**

今年も上記期間、こまやかると、お手玉など、昔ながらのあそび伝承遊びコーナーを設けます。

ご希望の方には、手作りこまの作り方などもレクチャーいたします。こまをつまんで回す...という作業は、小さな子どもにとっては指先の訓練にもなりますので、ぜひ親子であそんでみてください。

相談の予定



子育て相談

1月 9日 (火) 10:00~12:00
1月 24日 (水) 10:00~12:00
2月 21日 (水) 10:00~12:00

ことばの相談 予約制：4組

2月 16日 (金) 10:00~12:00

※2週間前よりお電話か直接広場にて予約可能です

先輩ママ・パパ募集

2月24日(土)10:15~11:15

当ほっとるーむ松戸にて、新米ママ・パパ向けに「ママパパ学級」が開催されます。これからの出産・子育てにイメージが持てるよう皆さんの体験談を聞かせてください。

開催日の時点で6カ月ぐらいまでの赤ちゃんとママ・パパにお手伝い頂けたらと思います。

詳しくはスタッフまでお声がけください。

ご協力お願いいたします。

広場からのお知らせ

2月24日(土)はママパパ学級のため**11:30~広場開館**となります。



0歳児の集い 予約制

1月 23日 (火) 13:00~
2月 20日 (火) 13:00~



※2週間前よりお電話か直接広場にて予約可能です



おひなさま撮影パネル設置期間

2月21日(水)~3月3日

スタッフ手作りのおだいりさま、おひなさまパネルを用意しています。ひな人形に変身して、写真も撮れます。



1月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	年始休み					
7	8	9	10	11	12	13
	お休み	子育て相談 10:00~12:00				
14	15	16	17	18	19	20
	お休み		誕生会 11:00~			
21	22	23	24	25	26	27
	お休み	0歳児の集い 13:00~	子育て相談 10:00~12:00	おはなし会 11:00~		
28	29	30	31			
	お休み					

2月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
	お休み				おはなしもちや箱 11:00~	
11	12	13	14	15	16	17
	お休み				ことばの相談 10:00~12:00	
18	19	20	21	22	23	24
	お休み	0歳児の集い 13:00~	誕生会 11:00~ 子育て相談 10:00~12:00	おはなし会 11:00~		ママパパ学級 10:00~11:30 広場開館 11:30~
25	26	27	28	29		
	お休み					

身体を温めよう

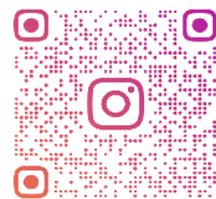
冬は寒くて動くのが億劫になってしまいがちですね。私は冷え性のため、靴下を穿いて寝ています。“冷えは万病のもと”と言われるように、身体に様々な影響を及ぼします。

冷え対策として、首・手首・足首の「3つの首」を温めると、太い動脈が皮膚に近いところにあるため、血行が良くなります。蒸しタオルを使って首を温めると、より効果が出やすいです。タオルを水に濡らし、きつく絞ったらビニール袋に入れ、電子レンジで30秒~1分ほど温めます。心地良い温度となったタオルを首の後ろに当てます。これを3~5回繰り返すと気持ち良く身体が温まります。

その他、腹巻をする、温かい物を食べる、湯舟に浸かる。(38~40℃程度 10~15分目安)ストレッチ、マッサージをすることなどもお勧めです。身体を温め健康に今年も頑張りたいと思います。今年も宜しくお願いします。



ほっとるーむ松戸のInstagramです。のんびり更新していきます。お知らせなどありましたら、こちらで更新させていただきます。



HR_MATUDO

●ほっとるーむ松戸●

主に0-3歳児とその保護者、妊婦さんがご利用いただける場所です。

<開館時間>毎週火~日曜日 10:00~18:00

<休館日>月曜日・年末年始

<TEL>047-393-8531

<場所>松戸市松戸 1307-1 松戸ビルディング4階



ほっとるーむ松戸は、松戸市から委託を受け

社会福祉法人ピスティスの会が運営しています。

※ピスティスとはギリシャ語で

真実を意味します。