

ひとりひとりを大切に… 地域のみんなで子育てを

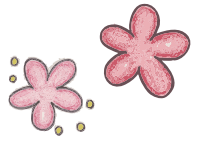
あいの風

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ると嬉しいです。

ほっとる一む新松戸つうしん

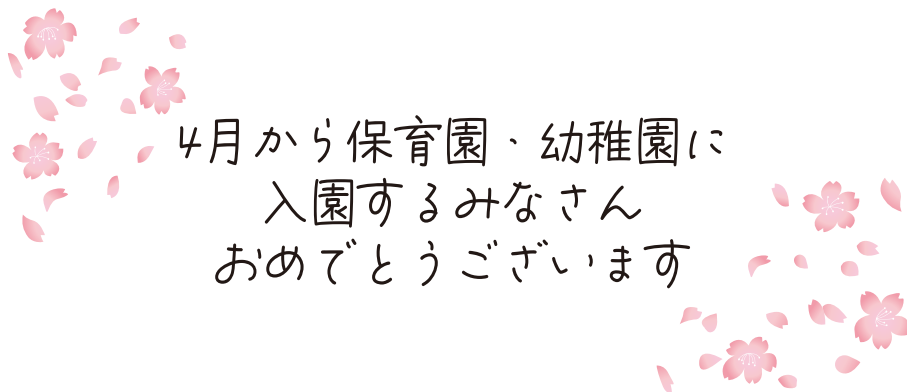
NO.187

2025年4月号



今月の特集は

「出張専門の助産師さんを
囲んだおしゃべり会」



4月から保育園・幼稚園に
入園するみなさん
おめでとうございます



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います。



▲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



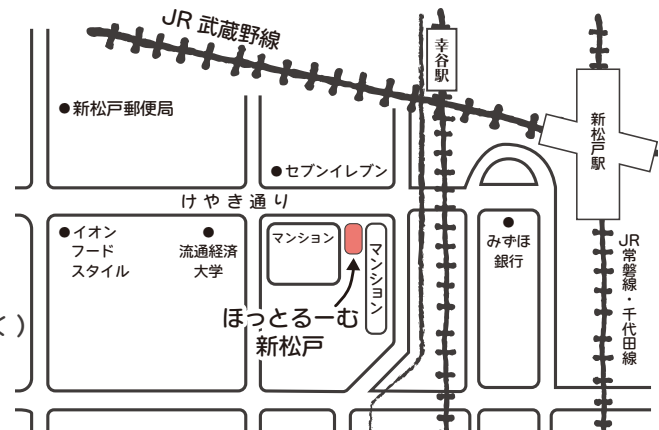
▲Instagram

〔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）

「出張専門の助産師さんを囲んでおしゃべり会」を開催しました！



日頃子育て中のご家庭に出張に行っている助産師の西尾さん。

今回は、ほっとる一むに出張して、子育てがんばっているママたちの相談に対応してくれました。

おしゃべり会の中では、夜間育児やに悩むママも多く、寝かさなくては！泣かせないように！という思いに対して、気持ちに寄り添いながらわかりやすくアドバイス！

また、母乳のこと、離乳食のことなど、リラックスした雰囲気の中、話は尽きず、参加者の間で絆が深まったようでした。

同じ悩みを持ったママたちのおしゃべり会、今後も開催する予定です。テーマも募集中！



参加者のコメント

- ・ 今日、話がきけて良かったです。これから夜間授乳へらしていこうと思います。(男の子 1歳1か月)
- ・ ミルクのことで心配がありましたが、お話してスッキリしました。ありがとうございました。(女の子 6か月)
- ・ 日頃の育児の悩みがスッキリ解消した気がします！！夜泣きをしなくてもあまりかかえこまずやっています(女の子 7か月)
- ・ お話しやすいふんいきで楽しみながら相談できました。ありがとうございました。(男の子 7か月)
- ・ お話を聞いて参考になりましたし、自分の悩みをはき出せてスッキリもしました。
- ・ ミルクの相談ができて良かったです。フォローアップミルクためしてみたいと思います。
- ・ ずっと気になっていたことが、聞けて良かったです。自分では出てこない答えが聞けたので、試してみようと思いました(女の子 7か月)

助産師 西尾仁子さんからのメッセージ

当日は、お子さんの夜泣きや夜間授乳のこと、離乳食のことなどいろいろなご質問があり、みなさんとワイワイお話させていただきました。私もみなさんのお話、とても勉強になりました。

小さいお子さんがいると、育児のことだけでなく仕事との両立、家事や家族との人間関係など悩みは尽きないですね。そのような中で、気分転換はとても大事なことだと感じています。日々感じているイライラモヤモヤ……。誰かと話す気分じゃないなと思ったら、美味しいものを食べたり、好きなテレビを見たり。相談してみようかなと思ったら、話しやすい方に相談してストレス発散。ほっとる一むのスタッフも力になってくれますよ。

お子さんの入園・入学、仕事復帰される方々ともお話ができました。忙しい中でつついお子さんのことばかりを優先してしまいがちですが、ぜひご自身の休息も大事にしましょうとお伝えさせていただきました。睡眠をとることはとても大切ですし、手作り離乳食頑張っているけれど大変だったら市販のものを使っても大丈夫！頑張りすぎずゆるゆる〜っと楽しむといいですね。

日頃から大切なお子さんのために頑張っているみなさん、応援しています！！

プロフィール

助産師 西尾仁子

助産師免許取得後は、病院や産婦人科クリニックにて経験を重ねて、2024年4月に助産院を開業しました。松戸市を中心に活動しています。自身も育児の真ただ中！男の子2児の母です。



《4月の主なプログラム》

おとうさんひろば ～子育てとお金の話～ フラッとパパサークル紹介

日時 4月20日(日) 11:00～12:00
ゲスト フラッとパパメンバー
瀧本さん、笹川さん。
対象 パパとお子さん、ご家族。

昨年のおとうさんひろばで好評だった子育てとお金の話。「考えないと」と思っているけど避けがちな話題ではないでしょうか。おとうさん同士でざっくばらんに話してみませんか。巷で話題の新NISAや保険など簡単にお伝えします。

※資格等は一切なく経験にもとづくお話です。
もちろん勧誘などありません(笑)

みんなでおさんぽ ～新坂川遊歩道～

青葉かおる新緑の季節です。
4月から初めておさんぽ参加の方も
みんなでわいわい楽しく
おさんぽしましょう！



日時 4月24日(木) 雨天中止
(当日Instagram、HPにてお知らせ)
集合 10:15 ほっとる一む新松戸 集合
10:30 ほっとる一む新松戸 出発
申込み なし
持ち物 飲み物、着替え、タオルなど。

とことこ@新松戸ひろば

日時 4月26日(土) 13:30～15:00
(★この時間帯は、ひろば閉館。)
対象 発達が気になる方、どなたでも。
定員 6組 (◆予約制)
申込み ほっとる一む新松戸または電話にて

今回は、たくみとこばんはうすさくら
(ともに児童発達支援所)の先生が来て
くださり、楽しく身体を動かそう！
をテーマに一緒に遊んでくれます！
その間ママパパたちは先輩ママを
交えてみんなで話しませんか？
たくさんの参加お待ちしております。

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！

初めての利用は電話でのHELPでした。その頃うちの子は1歳なりたてくらいでしたが、イヤイヤ期が始まった頃で、毎日家事と育児と仕事とで限界だったんです。電話に出てくれたコーディネーターさんが「すぐ来れますか？」と言ってくださり、向かうと優しく話を聞いて下さって、号泣してしまいました。



新井さん親子

あれから週4～週5で利用させていただいていますが、ママ友が増え、スタッフさんや他のママさんと、情報共有やいろんな話をすることができて、本当にありがたいです。ほっとる一む新松戸で「第2の家だと思ってくれていいよ」と言っていただいたのは、今でも心に残っていて困ったことがあればすぐに相談してしまっています(笑)
これからも楽しい時間をほっとる一む新松戸で増やしていきたいです。

初めてほっとる一む新松戸を利用したのが、長女が0歳の時、松戸に引越してきて間もない頃でした。土地勘もなく、子どもと一緒に出掛けられる場所も知らず、少し寂しく思っていた時に役所で教えてもらったのがほっとる一む新松戸の存在でした。スタッフの方々は皆優しく声をかけて下さり、子育ての悩みを相談できたり、私同様に我が子を可愛いがってくれる事に「安心できる場所を見つけた」と感じた時はとても嬉しかったです。

長女は今、3才になりましたが、今でもほっとる一む新松戸が大好きで「ほっとる一む行きたい!!」と毎日言っています。保育園帰りに「おかえりなさい」と迎え入れてくれ、その言葉にいつも心が温まります。



山口さん親子

今は1才の息子も一緒に行っていますが、子どもを通して知り合った保護者の方々とも交流でき、日々の育児の事を話せて私も楽しく思っています。子ども同士の関わりやスタッフの方、保護者の方との交流も我が子の成長に繋がっているなと実感しており、皆様に感謝の気持ちでいっぱい입니다。これからも家族皆「安心してくつろげる場所」として利用させて頂きたいと思います。本当にほんとうにいつもありがとうございます。

食事の相談員の大澤理奈さん(管理栄養士)をご紹介します



みなさんご自身のお食事は楽しめていますか？日々の子育て本当にお疲れ様です。私は管理栄養士の知識がありながらも離乳食はうまくいかないことだらけで毎日頭をかかえていました。

そんな離乳食を経験して大切だと気がついたことは、まずは自分が美味しく楽しく食事をする！それを子どもと共有する！ということです。

離乳食は分からないことだらけ、教科書通りいかないことだらけです。

ぜひ今悩んでいる小さな事でもお話しください。

食事が大変なものではなく、楽しいことになるようにお手伝いさせていただきます。



ひろばカレンダー 4月

月 火 水 木 金 土 日

【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。
女性のからだの悩みは都合によりしばらくお休みとなります。今月は、発達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。

※生活（保育士）

4/9(水)10:00～12:00

※食事（管理栄養士）

4/12(土)10:00～12:00

※妊婦・おっぱい相談・産後のからだなど（助産師）

4/12(土)13:30～15:30

4/15(火)10:00～12:00

※歯（歯科衛生士）

4/15(火)13:00～15:00

※◆発達相談

（発達・療育心理指導員）

4/18(金)13:00～15:00

	1	2	3	4	5	6
7 休	8	9 ふれあい遊び ※保育士相談日	10	11	12 ※食事の相談日 ※助産師相談日 プレママプレパパ &赤ちゃんひろば	13
14 休	15 ※助産師相談日 ※歯の相談日	16	17	18 ※◆ 発達相談日	19	20 おとうさんひろば
21 休	22	23 絵本の読み聞かせ 「はじめのいっぽ」	24 みんなでおさんぽ	25	26 ◆★ とことこ @新松戸ひろば	27 ◆ インターナショナル ママパパひろば みんぐる
28 休	29	30	※子育て相談日 ◆予約制 ★ひろば閉館での開催			

【予約制・ひろば閉館のお願い】

◆は予約制(お電話、またはひろば内で予約申込)
★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。)
それ以外の時間帯は予約不要で利用できます。

【ランチタイム】

11:30～13:00までお昼を食べることができる
スペースがあります。譲り合ってご利用ください。
準備、片づけ等ご協力をお願い致します。
それ以外の時間帯に食事はできません(飲み物は可)

ふれあい遊び

4/9(水) 10:30～(30分程度)

親子ふれあい遊びの保坂さんが来てくださいます。

プレママプレパパ&赤ちゃんひろば

4/12(土) 13:00～15:00

助産師さんに相談できます。



おとうさんひろば

4/20(日) 11:00～12:00

対象：パパとお子さん、ご家族。

ゲスト：フラっとパパメンバー 瀧本さん、笹川さん。

内容：子育てとお金の話 フラっとパパサークル紹介
昨年のおとうさんひろばで好評だった子育てとお金の話。
「考えないと」と思っているでも避けがちな話題ではない
でしょうか。おとうさん同士でざっくばらんに話して
みませんか。巷で話題の新NISAや保険など簡単にお伝え
します。※資格等は一切なく経験にもとづくお話です。
もちろん勧誘などありません（笑）

（詳細は中の紙面で）

絵本の読み聞かせ

4/23(水) 10:30～(30分程度)

はじめのいっぽさんが来てくださいます。



みんなでおさんぽ「新坂川遊歩道」

青葉かおる新緑の季節です。

（詳細は中の紙面で）

4月から初めておさんぽ参加の方も

みんなでわいわい楽しくおさんぽしましょう！

4/24(木) 10:15 ほっとるーむ新松戸 集合
10:30 ほっとるーむ新松戸 出発

雨天中止(Instagram、HPにてお知らせ)



とことこ@新松戸ひろば

（詳細は中の紙面で）

今回はたくもとこばんはうすさくら(ともに児童発達支援所)
の先生が来てくださり、楽しく身体を動かそう！をテーマに
一緒に遊んでくれます！

4/26(土) 13:30～15:00（★ひろば閉館での開催）

対象：お子さんの発達が気になる方、どなたでも。

定員：6組（◆予約制）

申込み：お電話またはひろばにて。



インターナショナルママパパひろば みんぐる

4/27(日) 13:00～14:00

対象：海外から来たママパパ、パートナーが海外の方など。

定員：なし（◆予約制）

申込み：お電話またはひろばにて。

ほっとるー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。

お子さんの「健康保険証」、「子ども医療費助成受給券」
「健康保険資格確認書」、「マイナンバーカード」の
いずれかを持参し、申請書と一緒に提出してください。

■対象：松戸市在住の生後6ヶ月～未就学児。

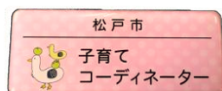
■利用料：1時間500円（最長4時間まで）

■予約：ご利用日の1か月～3日前の16時まで。

■詳細はお問い合わせください。047-375-8737

ほっとるー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。