

ぴちゃん♪ぴちゃん♪
ながぐつだいすき
みずたまりも
だーいすき…

松戸市地域子育て支援事業
2016年6月3日：発行

E-こどもの森

ほっとるーむ東松戸だよ!

■0～3歳の乳幼児と保護者がいつでも気軽に立ち寄りくつろげる場所です■

パパとあそぼう!ふれあい体操

「遊び方がわからない」「日頃なかなか
子どもとふれあう時間がない」という
パパ! お子さんと一緒に体を動かして、
楽しい時間を過ごしませんか?



- ◆6月12日(日)13:30～14:10(受付13:15～)
- ◆講師:佐野裕子先生(聖徳大学児童学部准教授)と学生
- ◆対象:概ね1才6ヶ月～3才のお子さんとパパ
- ◆定員:12組(要予約)
- ◆お問い合わせ・申し込み
受付またはお電話で
047-701-5508



↑ 昨年ようす

子育て★ミニ講座 ～排泄機能の発達と

◆報告◆5月19日(木)

おむつはずし～

「トイレトレーニング」というとオムツを「訓練」して取るイメージですが、実は脳や腎臓、膀胱などの機能、ホルモンや神経系による調節など様々な発達を待ってはじめてできること。頃合いを見てトイレに誘う働きかけの前に、発達に沿ってしておくこととよいことが沢山ありますし、誘った時にうまく排泄できなくても心配ご無用。子どもが逆らっているのでも、親が下手なだけでなく、「その子にとって、まだその時が来ていない」だけです。発達がわかれば不安やイライラから解放されて余裕ができると思います。
(永瀬春美 子育てアドバイザー)



「からだやすくみや発達のお話は、なるほどそういうことかとうなづくことがたくさんあり、ためになりました。あせらなくていいんだととても気が楽になりました。」(Tさん)

ママの
リフレッシュ

リズムストレッチ ◆報告◆ 5月26日(木)

久しぶりのリズムストレッチ。参加者の感想は「伸ばしのストレッチからリズムにあわせたエクササイズもあって、自分の身体の状況を知りながら楽しめたのがよかったです。産後の骨盤にはどう動くのがいいかのアドバイスもあり、ためになりました。家でも身体を動かしたら楽しめるかも!とストレス解消のヒントにもなりました。」(Hさん)



参加された皆さんの生き生きとした動きと楽しそうな笑顔、終わった後のスッキリした表情が印象的でした。リズムストレッチは、不定期ですが年に3～4回開催する予定です。今回参加できなかった方、次回をお楽しみに!

父の日企画

★手形カードプレゼント★

◆6月19日(日) 10:00～18:00(ランチ時はお休み)

パパ大好き!パパと一緒に手形をとろう!

成長の記録や思い出の品としてどうぞ…
ぜひ、いらしてください。(予約不要)



夏のパパ企画

流しそうめんをたのしもう!

◆7月18日(月・祝) 10:00～ 向新橋青年館

暑い夏を涼しくすごそう!楽しい思い出作りにぜひどうぞ…。詳細は決まり次第お知らせします。お楽しみに!



春のパパ企画

ダンボールオーブンでpizza作りに挑戦! ◆5月28日(日)報告◆



ダンボールでオーブンを作り、手作りのピザを焼いて楽しむパパ企画!

パパサークル「Papa LABO」のメンバーが試作を重ね、初参加のパパ達にレクチャーしました。

まずは、粉をこねて生地づくり。料理は初めてというパパ、おそろおそろ混ぜ始めましたが、まとまってくるとカモ入りいい感じに。発酵させている間に、パパ同士ペアになってダンボールでオーブンを作り、思い思いのトッピングは、ママとお子さんと一緒にこだわって作りました。こんがりいい色に焼き上がり「わーっ!!」と歓声が!みんなおなかもいっぱい大満足でした!ご家族でまた楽しんでください。



※ほのほの赤ちゃん
コーナー(番外編)

●こねてのばして生地づくり ●ここが大事!真剣です ●ペアになってオーブン作り ●やった!上手く焼けたね!



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。

6月



月	火	水	木	金	土	日
30	31	1 子育て なんでも相談	2	3 えほんのじかん はははサロン	4	5
6 休館日	7 子育て相談	8 子育て なんでも相談	9 ことばの 発達相談	10	11 ママパパ 学級	12 パパと あそぼう!
13 休館日	14 子育て相談 松戸向陽高校 読み聞かせ	15	16 松戸向陽高校 読み聞かせ	17 子育て なんでも相談	18	19 父の日 企画
20 休館日	21 子育て相談 ママサロン	22 子育て なんでも相談	23	24	25	26
27 休館日	28 子育て相談	29	30	1	2	3

7月



月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	1 えほんのじかん 子育て なんでも相談	2	3
4 休館日	5 子育て相談	6 子育て なんでも相談	7	8	9	10
11 休館日	12 子育て相談	13	14 ことばの 発達相談	15	16	17
18 パパ 企画	19 子育て相談 ママサロン	20 子育て なんでも相談	21	22	23	24
25 休館日	26 子育て相談	27	28 ママの体の 痛み相談	29 子育て なんでも相談	30	31

ママの体の痛み相談 のおしらせ

毎日の子育てお疲れ様です。出産で体はボロボロなのに、授乳・抱っこ・お風呂・寝かしつけ…と本当に大変ですよね。体の痛みを我慢しながら過ごしている方も多いのではないのでしょうか？当日は参加されたママのお悩みにあわせて、体が楽になる方法や辛い症状の対処法をお伝えします。体が痛くない方もお気軽にご参加ください。

- ◆日時：7月28日(木)13:00~14:00
- ◆講師：塩野里美さん(理学療法士)
- ◆対象：0才のお子さんのママ
- ◆定員：12名(要予約) ※お子さん連れでの参加です
- ◆お申し込み：ほっとる一む東松戸受付またはお電話で
※7月5日(火)10:00より受付開始



永瀬春美先生の 子育てなんでも相談

子育てアドバイザーの永瀬先生が、お子さんの身体だけでなく心の発達やしつけ、ママ自身の不安や悩み、気になること等なんでも相談にのってくださいます。

- 6月 ■
1日(水)10:00~12:00
8日(水)14:00~16:00
17日(金)10:00~12:00
22日(水)14:00~16:00
- 7月 ■
1日(金)14:00~16:00
6日(水)10:00~12:00
20日(水)14:00~16:00
29日(金)10:00~12:00

子育て相談

毎週火曜日10:00~12:00
水色のエプロンをつけた助産師さんがひろばでお子さんのこと、ママのこと、気になること等相談にのってくださいます。



ことばの発達相談

毎月1回言語聴覚士の佐藤恵美子さんによる相談を行います。

- ◆ 6月 9日(木)10:00~12:00
 - ◆ 7月14日(木)10:00~12:00
- ※予約は要りません。気軽にご相談ください。

おしらせ 地元の県立松戸向陽高校絵本研究部の おねえさんが読み聞かせにきてくれます!

- ◆6月14日(火)・16日(木)14:00頃~
- 大型絵本や好きな絵本を選んで読んでもらえます。どうぞお楽しみに!

『絵本の会たんぽぽ』のみなさんによる えほんのじかん

- ◆毎月第1金曜日 11:00~11:20
- ◆内容：読み聞かせ・手遊び・紙芝居など…

まだ、うちの子はわからないから…というママ。まずは、ママが絵本を読んでもらう楽しさ、心地よさを味わってみませんか？



ママサロン 助産師の野邊ゆう子さんを囲んでのサロンです。

- ◆6月21日(火)13:00~14:00

*テーマ*夏の病気の対処法

- ◆7月19日(火)13:00~14:00

*テーマ*離乳食から幼児食へ

※予約は不要です。お子さんと一緒にご参加ください。



●E-こどもの森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> <http://e-hotroom.com>

<ブログ> <http://e-hotroom.com/event.html>

<E-mail> e-hotroom@za.wakwak.com

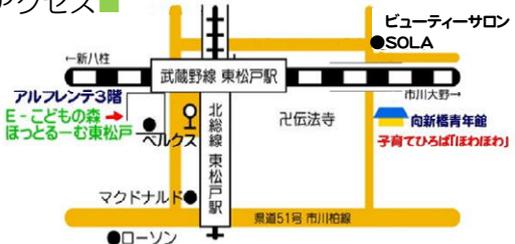


ほっとる一む東松戸情報



E-こどもの森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1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1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。