出張ラフール @ 地域ケアプラザ

平成24年度、青葉区内10ヶ所の各ケアプラザで年2回地域の子育てニーズに沿った「出張ラフール」を開催します。ケアプラザによって、また開催日によってその内容は異なります。詳しい内容や持ち物などは、ケアプラザから発行されますチラシや広報紙にて確認してください。
みなさんの身近なケアプラザに、ぜひお立ち寄りください。

出張ラフール

- ◆0歳児～未就学児とその家族、妊婦さんとその家族が対象です。
- ◆広場内でスタッフに子育ての相談ができます。
- ◆地域の子育て情報が入手できます。
- ◆予約不要、時間内は出入り自由です。

★荏田地域ケアプラザ
911－8001
9月26日(水)10:00～12:00
●ミニ運動会
2月 1日(金)10:00～12:00
●段ボール遊び と 豆まき

★奈良地域ケアプラザ
962－8821
9月21日(金)10:00～12:00
●ミニ運動会
11月2日(金)10:00～12:00
●工作 と リズム遊び

★美しが丘地域ケアプラザ
901－6665
10月12日(金)10:00～12:00
●ミニ運動会 と シャボン玉
2月19日(火)10:00～12:00
●ひな祭り と 手遊び

★鴨志田地域ケアプラザ
961－6911
10月30日(火)10:00～12:00
●公園でミニ運動会
3月 9日(土)13:30～15:30
●パパと一緒に基地づくり！

★青葉台地域ケアプラザ
988－0222
9月11日(火)10:00～12:00
●子どもと一緒に身体を動かそう
12月18日(火)10:00～12:00
●お楽しみ会

★恩田地域ケアプラザ
988－2010
7月24日(火)10:00～12:00
●水遊び
11月22日(木)10:00～12:00
●ふれあい遊び と 子育ての話

★もえぎ野地域ケアプラザ
974－5402
8月29日(水)10:00～12:00
●水遊び と 子育ての話
12月15日(土)10:30～13:00
●大広間 de こんにちは！2012(共催)

★さつきが丘地域ケアプラザ
972－4769
8月30日(木)10:00～12:00
●水遊び
11月29日(木)10:00～12:00
●おもちゃ作り と 子育ての話

★大場地域ケアプラザ
975－0200
7月25日(水)11:30～13:30
●納涼祭(共催)
10月10日(水)10:00～12:00
●公園 と 工作 ～2歳もおいで～

★ビオラ市ヶ尾地域ケアプラザ
308－7081
9月18日(火)10:00～12:00
※ボランティア講座
10月2日(火)10:00～12:00
●シャボン玉 と 工作

2012年7月 広場カレンダー

ラフールでは、**火～土(10時～16時)**の毎日「みんなの広場」を開いています

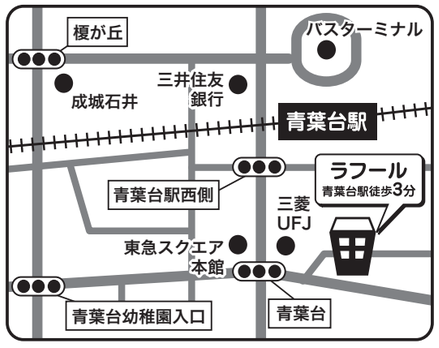
《ラフール広場カレンダー アイコンの見方》
専門の相談員に相談できる日 / 国際ひろば / 障がい児を持つ先輩ママもいる日 / パパママひろば / 双子を持つ先輩ママもいる日

火	水	木	金	土
3 みんなの広場 お昼前のひとときフルートの生演奏	4 みんなの広場 10:00～13:30	5 みんなの広場 10:30～12:30 助産師・保健師 ●ツインクルリトルスターズ定例会 10:30～12:00 センター保育園の保育士さん 14:00～15:45	6 みんなの広場 10:00～13:30 ●第2回子育て講座《歯みがき》 10:30～11:30	7 パパママひろば ●ボランティア入門講座 10:00～12:00
10 みんなの広場 ●「パン工房くるみ」のパン販売(お昼前30分程) ●ボランティア説明会 11:00～1時間位	11 みんなの広場 10:00～13:30 ●第3回子育て講座《離乳食》 10:30～11:30 ●ボランティア説明会 15:00～1時間位	12 みんなの広場	13 みんなの広場 10:00～13:30	14 パパママひろば お昼前のひとときパパも一緒に1,2,3
17 みんなの広場	18 みんなの広場 10:30～12:30 臨床心理士	19 みんなの広場 11:00～14:00 保育士 13:30～15:30 発達相談員	20 みんなの広場	21 パパママひろば 意見交換会 ●多胎児家族集まれ！ 11:00～1時間位
24 みんなの広場 意見交換会 ●0歳児のママ・パパ集まれ！ 11:00～1時間位 公立保育園の保育士さん 14:00～15:45	25 みんなの広場	26 みんなの広場 13:30～15:30 助産師 ●「パン工房くるみ」のパン販売(お昼前30分程) テラスで水遊び	27 みんなの広場 テラスで水遊びスタート！！ 7月26日(木)から、1日4回水遊びを行います ※時間や持ち物など詳細は中面を見てね♪ テラスで水遊び	28 パパママひろば
31 みんなの広場 テラスで水遊び				

出張ラフール @地域ケアプラザ
- 恩田地域ケアプラザ 7月24日(火)「水遊び」 10:00～12:00
- 大場地域ケアプラザ 7月25日(水)「納涼祭」 11:30～13:30

意見交換会の参加方法
会 場: ラフール研修室
申込受付:ラフール受付
定 員: 10名程

ラフールへのアクセス



〒227-0062
青葉区青葉台1-4 6階
(東急田園都市線「青葉台駅」徒歩3分)

TEL:045-981-3306
FAX:045-981-3307

●ホームページ
http://lafull.net
●駐車場はありません
●休日／日曜、月曜・祝日・年末年始

青葉区地域子育て支援拠点 ラフールは、青葉区の委託を受けて特定非営利活動法人ワーカーズ・コレクティブ パレットが区との協働で運営しています。

青葉区地域子育て支援拠点
7月号
2012 Vol.12

0歳から未就学児＆妊婦さんとその家族/子育て支援に関わる方のための通信

ラフール ニュース

教えて!!トイレトレーニング

◆ 家族と夏祭りに出かけよう!
◆ いっしょにつくろう

ラフールは 5つの♥を行っています!

- ♥みんなの広場を開催
- ♥広場での子育ての相談
- ♥子育ての情報を発信
- ♥子育て支援に関する講座や研修の開催や子育てグループの活動の支援
- ♥子育て支援のネットワークづくり

発行日:2012年7月1日 発行元:青葉区地域子育て支援拠点 ラフール 施設長 山田範子

教えて!! トイレトレーニング

2～3 歳児の最大の難関?ともいえるトイレトレーニング…!
方法も様々だし、期間も数日でオムツがとれた！という人から何ヶ月もかかったという人まで。
今月はお子さんのオムツ外しを終えたママのトレーニング体験談を紹介します。この夏にトレーニングを始めようと思っているパパ･ママは必見ですよ！

体験談①

息子が２歳の夏、下の子を出産して帰省していたので、実家でトレーニングを開始!昼間はオムツをやめて、2～３時間おきにトイレに誘ってみる…という感じで毎日過ごしました。
両親の助けもあり最初は順調でしたが、実家から自宅へ戻った後はイヤイヤ期＋赤ちゃん返りで、トイレを嫌がり失敗が増えました。私は新生児のお世話もありイライラ…。何度かトレーニングを中断したので、完全にオムツが外れるまで半年近くかかりました。
今年の夏は下の子のトレーニングを開始予定!どうなることやら…。

体験談②

上の子はちょうど夏だった１才９ヶ月のときにスタート。結局２ヶ月くらいかかり 11 月ごろ完璧にトイレでできるようになりました。幼稚園のプレにも行っていたので、先生に助けてもらい…なんとか。
下の子は２歳半の夏に取れました。２歳くらいからトイレに大好きなアンパンマンのおまるを置いていたのですが、最初は遊んでばかりでした。
トレーニングして思ったことは、こどもがやる気を起こしたときじゃないといくら親が頑張っても無理だなーと。意外と外だと緊張するのか、トイレで出来ていましたよ。

トレーニングのやり方は？

「**パンツ**にする！(家ではほぼ裸のことも…)」
「**濡れた感覚が分かるオムツ**や**布パンツにつけるパット**などを利用」

「最初は**おまる**や**お風呂**など、トイレ以外でスタート」
「トイレに**おもちゃ**などを持ち込む」
「トイレの壁に紙を貼り、成功したら**シール**をペッタン!」

トレーニングを始めた時期は？

★親が時期を決めて
「とりあえず、2 歳の夏だから!」
「幼稚園の入園に間に合うように慌ててスタートしました。」

★子どもと相談して
「『3 歳になったら外そうね!』と話しておいて、3 歳の誕生日からスタート。」

★子どもの様子を見て
「子どもがトイレに行きたがるようになったので。」
「夜、オムツにおしっこをしなくなったので、夜からオムツ外しを始めました。」

体験談③

娘は２歳の夏にトレーニングを始めましたが、完全に取れたのは３歳になり幼稚園生活を始めてから。
トレーニング中はお漏らしもたくさんして、きつく叱ってしまう事もありました。また、トイレに慣れるまで(大)ができなくて、苦戦しました。
歩き始めも遅く運動機能の発達が遅めだったので、膀胱の発達も遅かったのかもしれません。その子のペースに合わせて声かけを続ければ自然と取れると思います。周りの子と比べて焦らなくて大丈夫！

体験談④

息子は２歳の秋、偶然、トレーニングなしでとれました。
きっかけは、お出かけにオムツを持ってくるのを忘れたことでした。ヒヤヒヤしながらトイレに連れて行き、いきなり成功。そして卒業。うんちはオムツをつけたまましていましたが、ある日「でない！」と大騒ぎ。オムツをはずして便器にのせたら、あっさり終了。邪魔になったんだね、と親子共に気づきました。
体の変調に敏感で、何かと主張するタイプの子なので、性格に助けられたのかなと思っています。

家族と夏祭りに出かけよう！

青葉区の夏祭りを紹介します！
他にも色々あるので、回覧板などで近所のお祭りを要チェック★

●桜台夏まつり
青葉台小学校グラウンドにて盆踊りや模擬店など。毎年７月最終土日に開催。

●五自治会夏祭り
鴨志田緑小学校で行う鴨志田地区の自治会によるお祭り。盆踊りなど。
今年は７月 22 日(日)に開催

●大場地域ケアプラザ納涼祭
流しそうめんを中心に、乳幼児の広場や赤ちゃん抱っこ・妊婦さん体験コーナーあり。７月 25 日(水)に開催。

●たまプラーザ夏祭り
商店街や美しが丘公園で模擬店や盆踊りが行われる。毎年７月下旬に開催。

●あざみ野祭り
商店街やグラウンドで模擬店や音楽イベント、盆踊りなど様々な催しがある。お祭りの最後には花火大会が行われる。毎年８月下旬に開催

●奈良山公園納涼大会
模擬店、盆踊り。毎年８月下旬に開催。

●つつじヶ丘自治会夏祭り
つつじが丘第１公園にて模擬店、盆踊りなどがある。毎年８月下旬開催。

●あかね台夏祭り
熊の谷公園にて模擬店、盆踊り、ゲームなどの催しがある。毎年８月上旬開催。

※詳細は HP や各お祭りを開催する自治会などにお問い合わせ下さい

お祭りに行くときは、**虫除けグッズ、レジャーシート、水筒、保冷グッズ、レジ袋、ウエットティッシュ、ハンドタオル、うちわ、着替え(汗をかいたり汚した場合に備えて)、子供用のスプーンやフォーク(出店で何か買う場合)**などを持っていくといいですよ！

みんなの広場から…

ラフールで水遊びを楽しもう!!

６月号では近隣で水遊びができる場所が紹介されていましたが、いよいよラフールでも 「テラスで水遊び」がスタートします♪♪♪
下記のように実施する予定ですが、当日のお子さんの体調を十分確かめたうえで、ご参加ください。

☆水遊び実施期間
7 月 26 日(木)～8 月 8 日(水) 、8 月 28 日(火)～9 月 8 日(土)
※雨天、強風、気温が低い時は実施できない場合があります。

☆水遊びタイム （1 日 4 回）
１回目 10:30～10:50　２回目 11:00～11:20
３回目 13:30～13:50　４回目 14:00～14:20

☆原則、おとな一人にこども一人の参加ですが、兄弟児がいる場合はスタッフにご相談ください

☆水着を着るお子さんは水に入る前におしりふきでお尻を拭くか、シャワーですすいでから利用してください。 おむつのお子さんはおしりふきでお尻を拭き、水遊び用のおむつに替えてから利用してください。

☆持ち物
水着または水遊び用のおむつ、着替え、タオル、 帽子など、必要と思われるもの ※持ち物には記名をお願いします。
無理をせず、楽しい水遊びタイムにしましょう♪♪♪

えほんのじかん

ぞうのふうせんやさん
安西 水丸 / 教育画劇

その名のとおり、ぞうがいろいろな形のふうせんをつくります。
かえる・はりねずみ・・・などなど最後に、作った風船が全部出てきてこれは誰の風船だ？と娘と当てっこゲームしました。
１、２歳のお子さまが楽しめる絵本です。

悩めるママの子育て相談

今月は おふろ編

Q.夫の帰宅が遅いので、息子と 2 人で入浴していますが、効率のよい入浴方法が知りたいです。（1 才 2 ヶ月）

浴室へはお風呂から出た後の準備を完璧にスタンバイしておいてから行きましょう。あらかじめ脱衣場にバスタオル(バスローブなども便利です)をひいておき、お風呂から上がったら子どもの身体を拭いて湯冷めしない状態にしましょう。
子どもに飲ませる麦茶やお白湯を用意しておけば、少し自分が着替える時間稼ぎもできますよ。

Q.みなさんどうやって子どもと一緒に入浴をしているのか(いたのか)教えて下さい！(1 才 10 ヶ月)

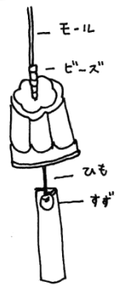
子どもを洗ったら、洗い場で少しの間おもちゃなどで遊ばせ、(おもちゃは必需品！)自分もさっと洗った後で二人で浴槽に入ります。子どもを湯船に一人で入れないように気をつけています。
赤ちゃんの時は、お風呂場の前に寝かせておき、自分が先に入ってから子どもを洗い、とりあえずバスタオルにくるみ、自分が着替えてからゆっくり服を着せてあげました。とにかく裸でうろうろしていました(笑)
お風呂椅子(ベルト付きなどの)もオススメ。自分を洗っている間、座らせておけます。
お風呂に入ってさっぱり!とはいかず、いつも汗だくでくたくたです…。

自分が髪を洗うのは寝かしつけた後でゆっくり、または朝に洗い、体は最低限さっと洗うようにして、自分が疲れを残さない時間帯に子どもと楽しく入っていました。楽しく会話をしていると、あっという間にお風呂から上がる時間。
なかなか自分がゆっくり洗ったり浸かったりは難しいですね。
のんびり風呂は、パパが入れてくれる日のお楽しみに…。

いっしょにつくろう

プリンカップで風鈴作り

【材料】
・プリンカップ　１つ
・モール　１本
・紐　１本(15cm くらい)
・画用紙またはおりがみ
（3×12cm 位）
・すず
・ビーズまたはアイロンビーズ
（なくても OK）
・水性または油性ペンやシール



【作り方】
①プリンカップと紙にシールやペンで絵を描く
②プリンカップの上のプッチンをとり、少し穴を大きくする
③モールをプリンカップに通す
④ビーズ（またはアイロンビーズ）がある場合、モールに通す
⑤モールと紐を結ぶ
⑥紐の下に紙(上の真ん中あたりに穴をあける)と一緒に鈴も通して、結ぶ

編集後記

「幼稚園の夏休みが近づくこの時期になると、夏休み中どうやって毎日息子(4 歳)と娘(1 歳)と過ごそう…と少し憂鬱に…いやいや楽しみに？!になります。ラフールに通い詰めちゃうかも～。(mire)

「何かと移動ばかり、母と遊ぶ時間の少なかった弟の一歳児くん。
兄の小学校入学で、日中を家で過ごせるように。
この月日を埋めるべく、母がベビー玩具を差し出すと…ポイッ。
棚から兄のヒーローベルトを引っぱり出し変身のポーズ「ぐおおー！！」（Y）」