

子育てサークルリーダー交流会開催

6月16日(月)に子育てサークルリーダー交流会が行われました。ラフルに登録しているサークルのうち9サークルが参加し、情報交換を行いました。「みかん狩りはどこに行く?」「流しそうめんはどうやりますか?」などの活動内容についてや、運営に関すること、サークルをやっている良かったことなどいろいろな話題で話が弾みました。



★子育てサークルとは★ 主にご近所に住む未就園児を持つ親子が定期的に集まり、自治会館、ケアプラザ、公園等で、自主的に企画・運営して活動し、時には季節を感じるイベントなども取り入れ、子育て中の親子が楽しく過ごしているグループを、「子育てサークル」と呼んでいます。ラフルへ登録しているサークルは現在14サークルです。

ラフルは子育てサークルの紹介やサークルづくりの応援をしています

近所にお母さん自身の友達が欲しい、子どもの友達を探している、ずっと家に子どもといるのは煮詰まる、子どもが楽しめる場が欲しいなどなど、動機は様々だと思いますが、ラフルが仲介をします。近くの子育てサークルをのぞいてみてはいかがでしょうか。また、同様に子育てサークルを作りたいと思っている方、気軽にスタッフに声をかけてください。サークル立ち上げに向けてのご相談に乗ります。

◆◇地域のみなさま、お出かけください◆◇

青葉区地域子育て支援拠点 ラフル

Open Day

4/19(土) 5/17(土) 6/21(土) 7/19(土)

8/23(土) 9/20(土) 10/18(土) 11/15(土)

12/20(土) 1/17(土) 2/21(土) 3/28(土)

午前9時30分~10時30分

ラフル利用対象者(妊婦さんとその家族、0歳から未就学児とその家族、子育てを支援している方)以外の地域の方にもラフルを知って頂くために、見学の時間を設けています。(広場は平常通りの時間帯10時~16時で開催します)

青葉消防署青葉台出張所複合施設 6階ラフルに直接お越しください。

2014年7月

広場カレンダー

ラフルでは、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



双子を持つ先輩ママもいる日



障がい児を持つ先輩ママもいる日



センター保育士さんもいる日

火	水	木	金	土
1 ●子育て講座 「夏の子育て ~夏を元気に過 ごすために~」 11:00~ 30分程度	2 ●みんなで話そう! 「夏のお出かけ情報」 (要予約) 11:00~ 30分程度 14:00~ 15:45	3 ●みんなで話そう! 「離乳食レ・シ・ビ」 (要予約) 11:00~ 30分程度	4 10:00~ 13:30	5
8 「パン工房くるみ」 のパン販売 (お昼前30分程) 10:30~ 12:30 助産師・保健師	9 10:30~ 12:30 臨床心理士	10 11:00~ 14:00 保育士 13:00~ 16:00	11	12 ●妊婦さんと その家族集まれ! 11:00~ 1時間程度 13:00~ 16:00
15	16	17	18 地域の方へ	19 ●OPEN DAY 9:30~10:30 ●ふたご・みつこ あつまれ~! 11:00~ 1時間程度
22 テラスで プール遊び 開始 (8/30まで)	23	24 「パン工房くるみ」 のパン販売 (お昼前30分程) 13:30~ 15:30 助産師	25	26 13:30~ 15:30 発達相談員
29	30	31 ●ちょこっと 見学 DAY 10:00~12:00		

7月22日(火)~8月30日(土)はプール遊びが出来ます。ただし、8月2日(土)8月23日(土)は中止。(天候等で中止になる場合があります)

~ラフルへのアクセス~

〒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

7月号

2014年 vol.36

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



暑くても元気に遊ぼう

- ◆簡単おやつをつくろう♪
- ◆ラママの子育て何でもトーク



ラフルは
5つの♥を行っています!

- ♥ みんなの広場を開催
- ♥ 子育ての情報の発信と収集
- ♥ 子育て支援に関する講座や研修の開催や子育てサークルの活動の支援
- ♥ 子育て支援のネットワークづくり

青葉区地域子育て支援拠点 ラフルは、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 パレットが区と協働で運営しています。

発行日: 2014年7月1日 発行元: 青葉区地域子育て支援拠点ラフル 施設長 山田範子

暑くても元気に遊ぼう

シャボン玉

夏のテラス遊びで子ども達が大好きな物のひとつ、シャボン玉。ストロータイプは大きい子ども達を楽しめます。小さい子ども達には手で持ってパタパタふるタイプで。市販のものもありますが、家庭にある身近な物を利用してできます。



ラフルでは古いうちわの紙をはがしたものや、針金ハンガーに毛糸を巻いたものも使っています。ママ達がとばすしゃぼん玉が遠くに飛んでいくのを眺めたり、追いかけたり、手でタッチして割ってみたり。キラキラしたしゃぼん玉を見ていると少し暑さもやわらぐかも。

★安全に楽しく遊ぶために★

- ・水遊びは絶対に目を離さないようにしましょう。たとえ水深が浅くても、おぼれる危険性があります。
- ・水遊びはふだんより疲れます。時間は短めにしましょう。
- ・屋外で遊ぶ時は、日差しに注意しましょう。日焼け防止対策を！
- ・水分補給も忘れずに。熱中症に注意しましょう。

簡単おやつをつくらう♪

ひんやり ぷるるん デザート



- 材料
- 調整豆乳 400cc
 - 水 100cc
 - 粉かんてん 4g
 - 砂糖 大さじ1~2
 - お好みのジャム

●作り方

- ① 水とかんてんを鍋に入れて沸騰させ1分半~2分かき混ぜながら煮る。お好みの量の砂糖を入れて溶かす。(入れる時は大1~2程度)
- ② 人肌程度に温めた豆乳を①に合わせる
- ③ 型に入れて冷やしかためる。
- ④ お好みのジャムをのせる。

冷す型を変えれば形も楽しめます。ジャムだけでなくフルーツのトッピングをお子さまと楽しんでのせてもいいですね！大人の方のおもてなしにはミントの葉を添えてみて。

夏ならではの遊びいろいろ。
子どもと一緒に楽しんでみませんか。

こんな水遊びもあるよ

プリン・ゼリーカップ

プラスチックのスプーン、プリンやゼリーの空き容器をとっておくと水遊びの時に使えます。スプーンで水をすくって容器に入れたり！



発砲スチロール製の容器のトレイ、牛乳パック

キレイに洗って、丸や三角、星形など色々な形に切り抜きます。それを水に浮かべ、同じ形を集めたり、はめたりして遊びましょう。油性ペンでお魚やヒトデ、海の生き物をデザインしたら海水浴気分でお魚釣りもできるよ。

水まき

ベランダ、お庭など水をただ撒くだけでも、気分転換になって子どもは楽しいし、打ち水効果で涼しくなります。お花の水やりは朝夕の涼しい時間がいいですね。



スーパーボールすくい

お風呂やビニールプールにボールを入れて遊びます。大人も子どもも結構真剣に楽しんでしまいますよ。子どもはお玉、大人はスプーンですくってもいいですね。10秒間でどのくらいとれるかな？ゲーム。ビニールの指人形などでもいいですね。※スーパーボールは小さいので誤飲に注意しましょう。

ペットボトル、マヨネーズなどの容器

底に穴をあけてシャワー。穴の大きさを色々変えたものを用意すると、飽きずに長いこと遊べそう！※中身はよく洗って使用しましょう



水風船

ただ風船に水を入れて、プールの中に入れておく。触ってプニプニしても、いろいろな色の風船、キレイですよ。

ラフママの 子育て何でもトーク

夏のおでかけのひと知恵教えて・・・



夏のお出かけでは、子どもの汗、気にならない？気が付いたら汗をかいて、室内が涼しいと風邪が心配。背中にガーゼのハンカチを入れていました。首のところが少しだけ襟から出しておき、外側に折っておいて汗をかいたらすぐに抜いて外すようにしていました。Tシャツなどはすぐに着替えさせづらいですが、これなら汗をかいたら交換するだけ。

ラフママとは・・・ラフルにきているママの略称です。

いつもタオル素材のハンカチに巻いた保冷剤を持っていましたよ。ベビーカーの赤ちゃんは地面に近い分だけ暑いと聞いたので、首の後ろにおいてあげると気持ちよさそうにしていました。



室内は冷房が効きすぎることもあるので、羽織れるものを一枚持って出かけるのも大事ですよ。



昨年、1才の息子連れて初めて夏祭りへ。甚平を着せて写真を撮ったりして、思い出に残りました！でも遅く行ったせいか、夜店は長蛇の列で結局、何も食べられないまま帰って来て残念。当日は早めに行くか、何か手軽に食べられるものを持参した方が良かったかも。食べるスペースも限られているので、レジャーシート持参かベビーカーで行くのをおススメしますよ～！

海に行くとき、空ペットボトルに水を入れて持っていくと帰りにベタベタした体を拭いて帰れるよ。海の家シャワーが混んでいるときは子どもだけサッと！子どもってベタベタは嫌がるんだよね。

虫よけも夏は必需品。でも市販の虫よけは「3歳未満のお子さまには使用しないでください」というものも。材料さえそろえば簡単に作れそう。気になったら作り方探してみようね！

みんなの広場から...

【 テラスで夏の遊びを楽しもう 】

7月・8月は水遊びのできるテラスをOPEN

7/1(火)~7/19(土)

プールはありませんが、テラスで水遊びができます
(水遊び用オムツ、着替え、タオルは各自準備)

7/22(火)~8/30(土)

テラスでプール遊びができます

(ただし8/2(土)と8/23(土)は中止)

各自準備...水遊び用オムツ、着替え、タオル

オムツの外れているお子さんは水着可

下着でのご利用不可

AMオープンタイム	プール休止	PMオープンタイム
10時(準備)~12時(片付け終了)	12時~13時	13時(準備)~15時(片付け終了)

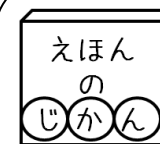
9月以降

テラスでのプール遊び・水遊びはありません

【 お願い 】

- ① 水の衛生管理にご協力下さい
 - ・プールに入る前に『お尻拭き』でお尻を拭いて清潔にします
 - ・プール遊びや水遊びの際、オムツの外れていないお子さんは、『水遊び用オムツ』にはき替えてください
- ② テラスは、保護者の方と一緒にご利用ください
- ③ プール遊びや水遊びの準備や片づけは、親子の皆さんで行いましょう

詳細は広場掲示の『プール遊びについて』をご覧くださいね！



ありがとうのえほん / 借成社

作：フランソワーズ 訳：なかがわちひろ

身近なものに「ありがとう」と感じる事が出来たらもっともっと幸せを実感できるだろうな・・・と思いました。そんな豊かな心を持って育てて欲しいと思う一冊です。

編集後記

「1才9ヶ月の息子、おっぱい大大大好きで、卒乳なんて夢のまた夢・・・と思っていましたが！5月の連休明けから飲む回数が減り、気づいたら今日は全然あげなかった！なんて日も。卒乳の日も近くて嬉しいけど、正直ママは少し寂しい！！」(green)

「幼稚園に通い始め、色々な事が一人で出来るようになりました。でもまだまだ甘えん坊で、寝る前には「ぎゅーして」と言ってきます。それを見ていたお兄ちゃん、お姉ちゃんも羨ましそう。それから毎日、寝る前には3人とも「ぎゅーっ」することが日課になっています。」(milk)