



◀ サークルリーダー交流会 ▶ ~表紙からの続き~

交流会の中では、テーマに沿った意見が次々と飛び交い、他のサークルの情報を取り入れ、より良い活動をしていると感ずく気持ちが感じられました。また、自分達サークルの持っている情報を教え合う姿は、サークルを運営している仲間どうし支え合う姿に感じられました。

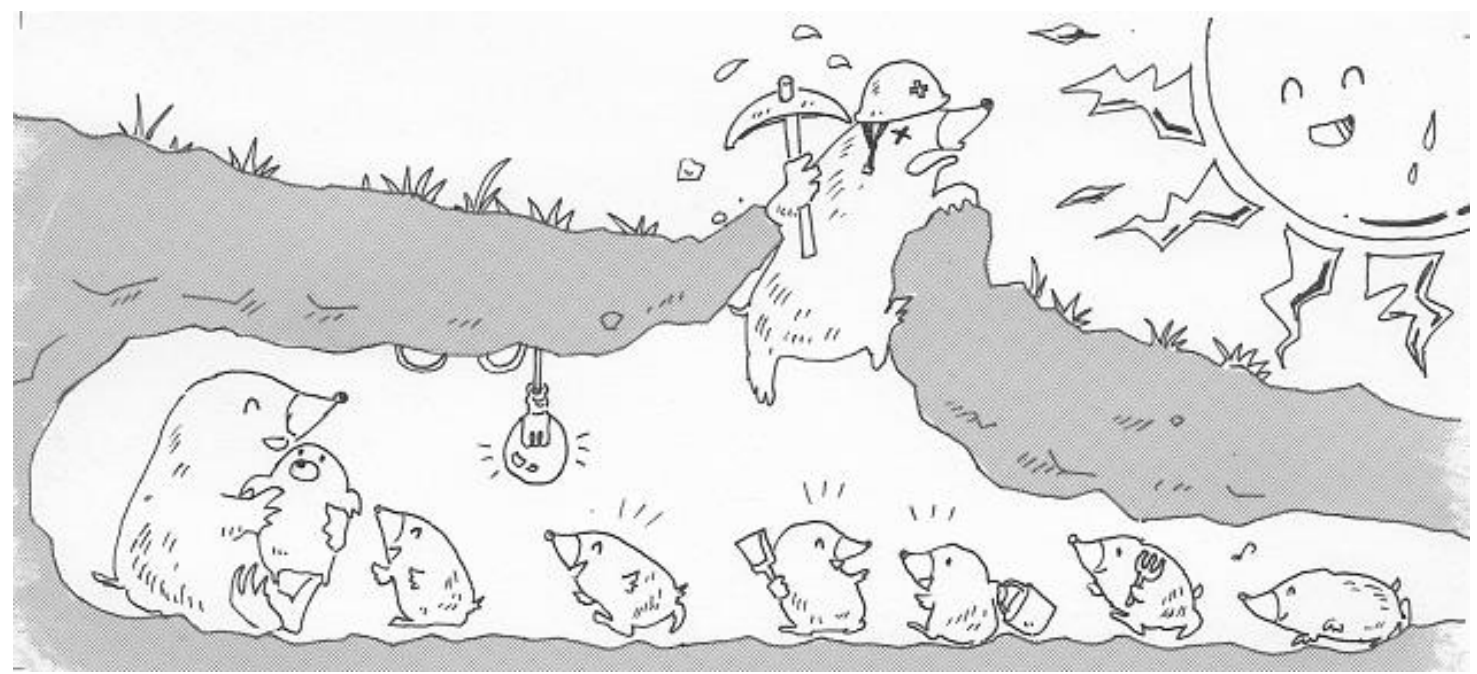
- 交流会に参加された皆さんにインタビューしてみました。
- サークル活動をして良かったなと思うことはありますか？
 - ・毎週決まった曜日に予定が入るので、規則正しく過ごせるようになった。
 - ・お兄ちゃん お姉ちゃん達のママに、子育ての話や体験談を聞くことができる。
 - ・近所に知り合いができ、散歩したり買い物したりしている出先で会えるのが嬉しい。
 - ・サークルを卒業した後でも遊んだり会ったりするので、長いお付き合いが出来る。
 - ・ひろばでは「自分から声を掛けること」や「友達作り」が苦手な方も、まずはサークルメンバーになることで自然に声をかけてもらったり、話しかけるきっかけができたりにしていいかもしれない。
 - ・地域の情報をタイムリーに聞くことができる。
 - ・年齢の近い先輩ママから情報を得られる。
 - 子育てサークルを知らないママ達にメッセージを…
 - ・保育園や幼稚園にまだ入っていない親子にとって、地域に仲間入りする第一歩になります。ご近所に知り合いができ、顔見知りが増え、自分達親子にとって近い存在の人を知る機会になります。お引越してきた親子や地域に知り合いがない方、子育て仲間が欲しい方にとっては良い機会になると思います。
 - ・一人目の子の時は、母親学級からの知り合いがいたり、地域育児教室で同年代の親子に出会ったりする機会もあったのですが、二人目ともなると機会も減り、上の子を通したお付き合いだけで満足しがちでした。下の子の友達も増やしてあげたくてサークルに入りましたが、子どもだけでなく私も、上の子・下の子両方の知り合いが出来て、我が子や子育てに関して幅広く客観視できるようになった気がします。
 - ・自主運営という「係が回ってくる」とか「代表になるかもしれない」と、サークルに入ることを迷う人もいるかもしれませんが、思っているよりも負担は少ないと思います。担当といっても結局はみんなで考え準備することも多いので、子どもとの時間を大切に考えている方にとっては自然にできる範囲の事だと思います。まずは、気軽に見学に来てください。

【ラフルール登録している子育てサークルとは】

- * 主に居住地近くで未就園児の親子が定期的に集まり、自主的に企画・運営・活動しているグループで、見学及び入会希望者へのオープンな対応が可能
- * 親向けの内容ではなく、親子遊びや子育ての情報交換を通して、互いに支え合う活動であること（ひとつの内容に特化せず、決まった講師や指導者はいない）
- * 特定の宗教や政治・営利団体に属していないグループ



ラフルールのひろばから 『夏にテラスでプール遊びをしませんか』
ラフママのほっとタイム ラフママトーク「我が家の睡眠事情・・・」



子サポから

横浜子育てサポートシステムってなあに？

地域の中でお子さんを有償で預けたり、預かったりする仕組みです。預けたい方（利用会員）と預かる方（提供会員）の出会いをコーディネートします。会員になるには入会説明会に参加してからの登録になります。ラフルールでの入会説明会以外でも、3人集まったら説明会を開催します。ご相談ください。

日頃の活動とは別に、子育てサポートシステムでは年に数回会員交流会を行っています。5月19日は、『脳活性ヨガ講座』を開催して1時間たっぷり体を動かしました。利用会員・提供会員・両方会員合わせて14名が参加。講座の間、お母さんは子どもを預けてリフレッシュ。お子さんはラフルールでお母さん代わりに提供会員と1対1で過ごしました。お母さん、お子さんにとっての「はじめての子サポ」は無事終了。2部は、お子さんを預かった提供会員、お子さんも交えて交流会を行いました。参加者からは、「ヨガでリフレッシュできました。」「預けたのが初めてだったので良い経験になりました。」「世代を越えて楽しく過ごせました。」「提供会員さんやコーディネーターと交流ができてよかった。」などの声が聞かれました。秋ごろには『多肉植物を使ったテラリウムづくり講座』と交流会を計画中。子サポの会員になって是非いらして下さい。

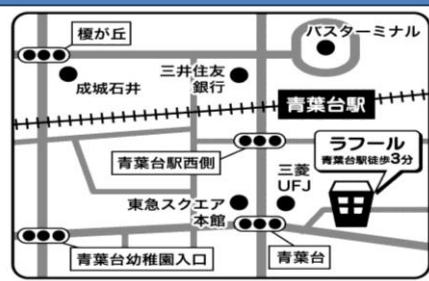
< 入会説明会の予約、子育てサポートシステムに関する質問は専用電話 482-5518 まで >

~ラフルールへのアクセス~

〒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

利用者支援専用 TEL : 045-479-5810 火~土曜日 10~16時
横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用 TEL : 045-482-5518 火~土曜日 9~17時

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

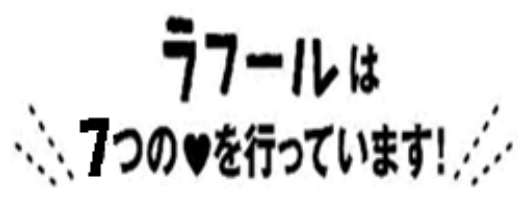


◀ サークルリーダー交流会 ▶

今年度 第1回目のサークルリーダー交流会を開催しました。7サークル 11人の代表者が集まり、「メンバー募集の仕方」「地域とのつながり」「備品の保管方法」「夏の水遊びについて」などについて意見交換しました。

ラフルールには、現在13の子育てサークルの登録があります。サークル一覧表の作成や情報掲示を通して親子に「子育て期にサークル活動を」とご紹介しています。

~裏面記事につづく~



- ひろば
- 子育て相談
- 情報の収集と提供
- ネットワーク
- 人材の育成
- 横浜子育てサポートシステム
- 利用者支援

2017年7月 ひろばカレンダー

ひろば内の予定は、随時変わります。室内ポスターやHPのブログでチェックしてね♡

ラフルでは、カレンダーの予定に関係なく
火曜日～土曜日の10時～16時 毎日「ひろば」を開いています
「ひろば」は、子育て家族が過ごすことのできる場所です
いつでも相談できるスタッフがいます 子育て情報があります
支援の利用につながるまでサポートする「横浜子育てパートナー」がいます

《カレンダーアイコンの見方》



専門の相談員にも相談できる日



センター保育士さんもおられる日

火	水	木	金	土
				1 ●パパの子育て教室 9:40～11:30 (対象:青葉区在住のはじめて パパ・ママになる方) 抽選
4 子どもの発育に関する相談もできる日 保健師・助産師 10:30～12:30	5 ママの気持ちの相談もできる日 臨床心理士 10:30～12:30 センター保育士さん もいる日 14:00～15:45	6 ●おしゃべり会 『うちの子、オモチャを取っちゃうんです』 14:00～20分程度 要予約 先着7名	7 ●子育てサポート システム入会説明会 10:30～11:30 研修室にて 要予約 TEL:482-551	8
	12 地域活動ホーム すてっぷのパン販売 (お昼頃 20分程)	13	14 ●ひろば内子育て講座 『小児救命救急講座』 ①講師の話のみ 予約不要 13:30～20分程度 ②個人体験 要予約 13:50～一人5分程度 *個人体験の申し込みは当日12:30より、ラフル窓口のみにて受け付けます【先着20名】	15 ●ふたご・みつこ あつまれ～ 要予約 11:00～30分程度
18 ●テラスで プール遊び スタート (右記参照) ～8/19まで	19 ●多文化サロン 要予約 13:30～14:00	20	21	22 ●地域の方へOPEN DAY ～子育て支援拠点って どんなトコ?～ 9:30～10:30 ●子育てサポート システム入会説明会 10:30～11:30 研修室にて 要予約 TEL:482-5518
25	26	27 ママの身体の 相談もできる日 助産師 13:30～15:30 ●ちょこっと 見学 DAY 10:00～12:00	28	29 子どもの発達に関する 相談もできる日 臨床心理士 13:30～15:30

7月のひろばピックアップ

◆ひろば内子育て講座◆

子育てで気になることを取り上げ、講師にお話しいただく子育て講座。ラフルでは、誰でも話を聞くことができる様に、ひろばの中で開催しています。予約不要ひろばを利用していただく方も、どなたでもご参加いただけます。今回のテーマは『小児救命救急講座』です。ご興味のある方は、お気軽にどうぞ♡(詳細は右記参照)



◆おしゃべり会◆ <要予約>

同じように奮闘している方・同じような悩みを持っている方として、思いっきりおしゃべりする企画です。講座ではありません。今月のテーマは『うちの子、オモチャを取っちゃうんです』。先着7名なので、予約はお早めです。

◆ふたご・みつこあつまれ～◆<要予約>

毎月第3土曜日、多胎児育児の当事者どうしの交流と情報交換の場です。登録やひろばの受付を済ませてからの参加です。時間に間に合うようにお越しください。

◆多文化サロン◆ <要予約>

毎月第3水曜日、外国出身の0歳～未就学児の子育て家族を対象に当事者どうしの交流と情報交換の場を提供しています。

◆ラフル OPEN DAY ～子育て支援拠点ってどんなトコ?◆

毎月第4土曜日 9:30～10:30
地域の方や支援者の皆さんに向けた施設見学日です。直接6階までどうぞ♡予約不要です。

◆ちょこっと 見学 DAY◆

ラフル初めての妊婦さんや未就学児の親子向け見学日です。登録の有無に関係なく、ちょこっとだけ見学できます。その場で登録もできます。



『夏にテラスでプール遊びをしませんか?』



ラフルでは、夏を親子で楽しめるようテラスにプールが登場します。ビニールプールやたらいに水を入れ、その中に入ってみたい、おもちゃを使って遊んだり…。

初めて水遊びをするお子さんも多いのではないのでしょうか。初めてのプールは、お子さんにとって水に入るだけでも特別です。びっくりして泣いてしまうお子さんもいることでしょうね。

他の親子と一緒にプール遊びは初めてという方もいらっしゃることでしょ。プールの準備や片づけを一緒にしながら、会話が弾むのではないのでしょうか。プール遊びのテラスは、様々な年齢の親子と出会える場所にもなります。お子さんの体調や気温にあわせて無理せずプールでの水遊びを楽しんでください。

期間: 7月18日(火)～8月19日(土)
時間: 10:30～12:00 13:00～15:00
(12:00～13:00は休憩)



<持ち物>

水遊び用オムツ(オムツが外れているおさんは、水着だけでもOK)
タオル、着替え(日差しが強いので、飲み物、帽子やTシャツなどがあると便利)

<お願い>

- ・たくさんのお子で利用するプールです。水の衛生管理にご協力ください。プールに入る前に「おしりふき」でおしりをきれいに拭き、水遊び用オムツに履き替えてください
- ・安全に遊ぶよう保護者の付き添いと見守りをお願いします。
- ・準備や片づけは皆で行いましょう

ひろば内子育て講座

ラフルひろばの中で開催しているひろば内子育て講座。今回のテーマは『小児救命救急講座』。ご家族に何か起きた時、自分ができる事はあるのでしょうか。親として、家族の安心安全を守るために何が出来るのでしょうか。改めて考えてみませんか。

日時: 7/14(金) 13:30から20分程度
場所: ラフルひろば内
対象: ラフル登録している「妊婦さんとその家族、0歳児～未就学児の家族」
*登録していない妊婦さんやおさんは、その場でラフル登録できます。
内容: ①講師の話、体外式除細動器を使ったデモンストレーション
②個別 AED 体験(一人5分程度)
①講師の話と消防隊員によるデモンストレーションは、誰でも見ることが出来ます<予約不要>
②個別 AED 体験の実習申し込みは、当日12:30からラフル窓口のみにて受付 先着20名<要予約>

ラママのほっとタイム

このコーナーはラフルを利用している「ラママ」編集メンバーが中心となってつくっています。今月は「ラママトーク」です!



ラママの 子育て何でもトーク

わが家の睡眠事情...

夜中、泣くたびに添い乳。これで本当に卒乳できるのかなあ(7ヶ月)

毎日朝まで寝たいなー!(3歳と1歳)

夜中の抱っこで寝かしつけは、体力勝負(7ヶ月)

寝る前の背中ポリポリで安心してよく眠れるようです(3歳)

新生児の頃は、寝てからは物音すら立てない生活。今は敢えて空気清浄機で雑音を立てるように。

川の字で家族3人で寝ると、潰さないように寝返りをあまりできず、パパは寝違えて整形外科で筋が切れているといわれました。笑(7ヶ月)

夜中の睡眠のリズムがバラバラで、泣くと添い乳で寝かしてしまう。このままで睡眠のリズムができてくるのだろうかと思ってしまう(7ヶ月)

下の子おっぱいあげながら上の子トントン。我ながら滑稽なスタイル。(3歳と1歳)

大泣きでもお歌を歌うと寝やすいようです。子守唄って本当にきくんですね!(7ヶ月)

旅行等お泊まりから帰ってきた日は興奮しているのか夜泣きすることがあります(2歳)

寝不足の中、潰すのが怖くて添い乳もできず。でもある時添い乳をすると安心してねんね!(7ヶ月)

授乳中にむせた瞬間、深い眠りに落ちたらしく手足ぶらっとさせて抱きかかえても起きず…。無呼吸?ねんね?かわからず大慌て(7ヶ月)

有難いことに夜から朝まで一回も起きない日も多いので助かっています(2歳)

1歳頃、夏は朝が早く5時頃目覚めてしまうことも。遮光カーテンにしたり寝る部屋を変えたり試行錯誤。

寝かしつけの途中でパパが帰ってくると起きてしまって夜遅くまで寝ないです(2歳)

1人目が新生児のとき、うまく寝かせられず、毎朝新聞配達音を聞いて、今日も寝られなかったとガックリしていました。

『がたごと がたごと』 —童心社— 内田麟太郎作

がたごとがたごと、れっしやにゆられ、のをこえ、やまこえ、ずんずんいくと…。乗り込んだ人達が色々な姿に変身していくお話です。2歳の息子は、妖怪のページがお気に入り。列車に乗る前の人と降りた後の姿を見比べるのも楽しいですよ。

