

来てよし、帰ってよし、まご孫講座



孫のいる方、いない方、 みんなで子育てを応援しよう

クリスマス、大掃除、お正月、鏡開きとこの時期はさまざまな行事が続きます。それに加えて、お孫さんと一緒に過ごされた方は、まさに「来てよし、帰ってよし…」を実感ですね。

お孫さんがいらっしゃる方、預かることがある方、孫はいないが「子育てを応援したいけれど、なにを…、どう…？」と思っていられる祖父母世代の方々、この機会に「地域子育て支援拠点 ラフルール」にお出かけください。

日時：

第1回 2012年1月24日（火） 13:30～15:00

第2回 2012年1月27日（金） 10:30～12:00

～2回とも同じ内容です～

会場：青葉区地域子育て支援拠点ラフルール 研修室

定員：10名程度

参加費：無料

内容：■子育て支援の現場からみえる「今の子育ての現状・母親たちの気持ち」を、データや育児グッズから探る
■「今の子育て 昔の子育て」をテーマに座談会
■ラフルールを見学

申込方法：青葉区地域子育て支援拠点ラフルールに、電話・FAXもしくは直接受付にてお申し込み下さい

TEL：045-981-3306 FAX：045-981-3307

火～土曜日 9:00～17:00

住所：横浜市青葉区青葉台1-4 6F

インフルエンザ

かからない!、うつさない!、こじらせない!

インフルエンザの流行に備えて、
一人ひとりができることを実行しましょう。

○外出したあとは、こまめに、ていねいに手を洗いましょう。

・石鹸やハンドソープを使って、手のひらから手の甲、指の間や爪の間、手首までしっかりと洗いましょう。洗った後は、きれいなタオルなどで十分に拭き取ります。

○咳、くしゃみなどの症状があるときは、マスクをしましょう。周りの人にうつさないよう、せきエチケットを守りましょう。

・咳は人に向かってせず、とっさに出そうな時は、顔をそらして、ティッシュなどで口と鼻をおおいます。

乳幼児がいるご家庭では、外から大人がウィルスを持ち込まないように、十分に配慮をしましょう。



2012年1月

広場カレンダー

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

《ラフル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

双子を持つ
先輩ママもいる日

パパママひろば

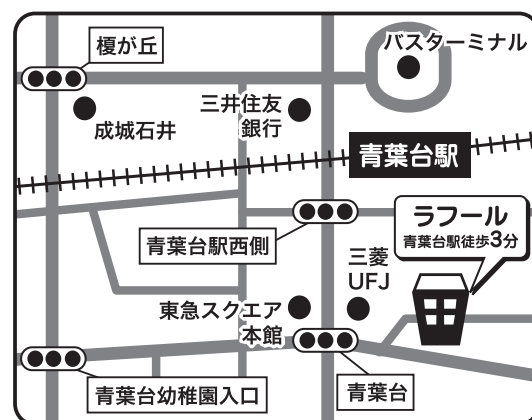
火	水	木	金	土
3 お休み	4 みんなの広場	5 みんなの広場 10:00～12:00 助産師・保健師	6 みんなの広場 10:00～13:30	7 パパママひろば
10 みんなの広場 ●ツインクル・リトル スターズの定例会 10:30～12:00	11 みんなの広場	12 みんなの広場 10:00～13:30	13 みんなの広場 10:00～13:30	14 パパママひろば
17 みんなの広場	18 みんなの広場 10:00～13:30	19 みんなの広場 11:00～14:00 保育士	20 みんなの広場 意見交換会 いやいやっ子の ママ、集まれ! 10:30～11:30	21 パパママひろば ●子育てサークル紹介 「すくすくクラブ」 11:30～
24 みんなの広場 来てよし、帰ってよし まご孫講座 13:30～15:00	25 みんなの広場 10:00～13:30 ●子育て支援者さん 紹介 11:30～	26 みんなの広場 13:30～15:30 「バースあおば」の 助産師	27 みんなの広場 来てよし、帰ってよし まご孫講座 10:30～12:00	28 パパママひろば 13:30～15:30 発達相談員
31 みんなの広場 ●子育てサークル紹介 「ぐりとぐら」 11:30～				

出張！みんなの広場 @ケアプラザ 子育て中のお母さん達が少しでもホッとできたり、他の子育て親子と交流できたりする場が住んでいる身近な場所にあつたらいいなあと、ケアプラザと協力しあつて年に数回、青葉区地域子育て支援拠点ラフルールから「みんなの広場」が地域ケアプラザに向きます。

■ピオラ市ケ尾地域ケアプラザ
1月17日(火) 13:00～15:00
「ダンボールで遊ぼう」

■鴨志田地域ケアプラザ
1月26日(木) 10:00～12:00
「広場の中でリフレッシュ」

ラフルールへのアクセス



青葉区地域子育て支援拠点は、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。

〒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

1月号
2012 Vol.6

0歳児から未就学児とその家族/子育てを支援している人たちのための通信

ラフルール

ニュース

◆ 教えて!みんなのお雑煮&おせち料理

◆ うちのお正月おもしろエピソード



ラフルールは
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1月1日 発行元：青葉区地域子育て支援拠点 施設長 山田範子

教えて!

みんなのお雑煮&おせち料理



新年、最初の特集は「お雑煮&おせち料理」！
ラフルールを利用しているママたち 30 人から聞いた、
ご実家で食べているお雑煮の中身やおせち料理を紹介します。
地域や家庭によって微妙に違って面白いですよ☆

お雑煮編

具材

上位 5 位ま
での具材は
ランキング
にしました

- 1 位:菜っ葉類
(ほうれん草、小松菜…)
- 2 位:鶏肉
- 3 位:人参
- 4 位:大根
- 5 位:三つ葉



6 位以下は、里芋、しいたけ、油揚げ、かまぼこ、なると、ごぼう、ねぎ…。えび、白身魚などの魚介や、高野豆腐、スルメ、という変わり種もありました。

さらに、かつおぶし、青のり、ゆずの皮、イクラ、などを“上からトッピング”する、大根や昆布をお餅の下に敷く、など入れ方も様々。

具だくさんのお雑煮に対して“ねぎ+おもちのみ”(石川県)、“お肉は入れない”(千葉県房総地方)というシンプルお雑煮もありました。

味

だしは、鶏がら、かつおが多く、他にはいりこ、合わせだし、白だし(山口)というのもありました。

味つけは、しょうゆ味が多かったですが、関西や四国ではみそ味(京都は白みそ)、九州ではしょうゆ少なめのおすまし系と、地方によって違いました。

その他には、お雑煮=おしろこ(島根)という人も! 1 日目はしょうゆ味、2 日目はおしろこ、という人もいました。

おもち

角餅を入れる人が多数でしたが、丸餅を入れる人(関西)や、なんとあんこ餅を入れる(四国)という人も! また、お餅を煮る派、焼いてから入れる派に別れました。

おせち料理編

全国的に共通していた定番おせちはこちら

煮しめ(里芋、鶏肉、れんこん、人参、絹さや、しいたけ、こんにゃく…)、田作り、きんぴら、昆布巻き、紅白かまぼこ、栗きんとん、伊達巻、煮豆(赤、白、黒)、紅白なます、数の子

全国各地の定番以外のちょっと変わったおせちをこちらに紹介します!



北海道のおせち

鮭の頭の軟骨を薄切りにして、甘酢を割り込んだ大根おろしとゆずであえ、はらこを加えた「氷頭なます」を毎年おせちに作っていました。松前漬も定番です。

千葉県(市川市)のおせち

黒豆と一緒に「ちよろぎ」という面白い形の根菜を、赤く染めた酢漬けが入っています。堅いカブのような食感で大好きですが、来客の度に出しては「これ何ですか?! 食べるもの?」と聞かれます。

神奈川のおせち

ぶりの照り焼き、羊羹もお重に入っています。お重とは別に、お刺身、ハム盛り合わせ、煮豚が出てきます。

大阪のおせち

エビの煮物、菊花かぶ、八幡巻き(ごぼうを牛肉で巻いたもの)などが入ります。

鹿児島(奄美大島)のおせち (おせちじゃありませんが…) 年越しに、骨付きの豚肉と大根を煮込んだ豚骨料理を食べます。

おせちの由来

お子さんにも
教えてあげよう!

煮しめ: 里芋→子いもがたくさんできるため、「子孫繁栄」を願う
れんこん→将来の見通しがよくなるように
人参→しっかり根をはるので、「家」の安泰を願う
絹さや・しいたけ・こんにゃく→野菜と一緒に煮ることから、
家族がなかよく暮らせるように

田作り: 「豊年・豊作」を願う

昆布巻き: こんぶは「よろこぶ」、まきは「結び」の意味

紅白かまぼこ: 赤は「魔よけ」、白は「洗浄」を表す

栗きんとん: 「金団」の字をあて、財宝を表す

伊達巻: 巻き物を表し、「学問・文化」の繁栄を願う

黒豆: まめまめしく働けるように

紅白なます: おめでたい「紅白」の水引きに見立てたもの

数の子: たくさんの卵があるので「子宝」にめぐまれるように



みんなの広場から…

「いやいやっ子のママ集まれ!」レポート

11/29(火) 10:30~11:30 ラフルールの研修室に 1~2 歳児のお子さんを持つママが 12 組大集合しました!

機嫌の良い時は、「ママ〜」「ありがとう」「おいしい」とかわいい言葉も増えてきて、お手伝いや、ママの涙をふいてくれたりするけれど、一度気に入らないことがあると怪獣に大変身して「いやいや」「だめだめ」とママを困らせる場面について、話し合いました。

- ①「はみがきを嫌がる」時は、ママと一緒にやって見せる、音楽に合わせてはみがきする
- ②「帰りたくない」時は、好きな物で誘う、少し早めに声をかけてあと 10 分遊ぼうね、と言うなど、アイデアがたくさん出ました。

反抗期という言葉もありますが、お子さんが成長した証拠。頼もしいですね。

これからもママと知恵比べして、どんどん大きくなってね。

★「ママ歯っぴいうえる噛む教室」開催のお知らせ★

- 日時: 2/2(木) 10:00~11:30 ●対象: 子育て中の保護者の方 先着 20 名様(保育有り)
- 内容: 歯科医師からバパやママの虫歯・歯周病予防について、お子様の虫歯予防についてなどのお話、虫歯予測テスト、歯肉の出血検査、ママとお子さんの歯磨き実習など…
- 申し込み方法: 1 月 17 日(火)より電話(981-3306)、FAX(981-3307)で、青葉区地域子育て支援拠点「ラフルール」まで

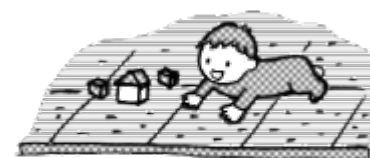
ラフルール「みんなの広場」紹介 その5

赤ちゃんコーナー

このコーナーは今回で最終回。
ラフルール「みんなの広場」を
これからもよろしくお願いします!



広々してて畳があり、ママも赤ちゃんもゆったりしている空間です。まだハイハイ出来ない寝たまの赤ちゃん、お座りできるようになった赤ちゃん、初めてママになったママ同士話して不安なことは、スタッフに質問も出来ます。おもちゃも赤ちゃんにやさしい布もの、音の出るものがありますよ。



研修室&相談室



研修室は、意見交換会やスタッフのミーティングで使われます。コピーもあり、編集メンバーも使っています。これからいろいろな意見交換会あると思いますので、参加してよりよいラフルールにしませんか?

相談室は、落ち着ける雰囲気のお部屋で、個人的な相談を受けたり、一休みが必要と思われた方への休憩室にも使われています。

うちのお正月おもしろエピソード

今月は人気コーナー「うちの子ったら…おもしろエピソード」の拡大版です!
ラフルールを利用しているママ達から聞いた、子どもと過ごしたお正月のエピソードをたくさん紹介します!



実家では、獅子がやってきて頭をパクッとしてもらうと賢い子になると言われているのですが、今 11 才になる兄は小学生になるまで号泣していました…。1 才の次男坊はどうなることやらです。

長男が 1 才のとき、実家のお正月の集まりで 食べるものがなくひたすら納豆(当時ははまっていた)を食べ続けていた。6 才になった今でも「今年は納豆食べないの?」と言われる…

ホームベーカリーのもちつき機能を使って、主人と子供がおもちを作り、もちとり粉だらけに…。少し固いおもちになりますが、鏡餅の形にして飾ったり、切り餅にするように型につめたり、とても楽しそうに作業しています。お餅もたくさん食べてくれますよ!

昨年度は生後 2 ヶ月の息子を連れて帰省しました。でも、私の祖父母が喜んで、お正月のおせちやら何やらを赤ちゃんの口に運ぼうとして、うれし困りました。



主人以外の男の人が苦手なので、私の兄はいつも遠くに座らなくてはなりません…

主人の実家が秋田で、毎年お正月は遊びに行きます。特に行事はありませんが、お餅を家の機械でついて、きりたんぼ鍋を食べます。

実家までの長い旅路で飽きてしまわないよう、新幹線から綺麗な富士山が見れるよ〜、楽しいよ〜と気分を盛り上げて出発すると、電車に乗って、山や雲を見る度に「あれが富士山! ? 大きいね〜!!」と大興奮。新幹線に乗り継ぎ、本物の富士山が見えた時には騒ぎ疲れて爆睡。今年はリアル富士山まで持つかない! ?



『みんなあかちゃんだった』
鈴木まもる さく / 小峰書店

必死で毎日つけていた子育て日記よりも、はるかにわかりやすく表現してくれている本。長男が読んで、次男のやることと同じ! と喜んでます。子育てにパンクしそうな時も、ふっと気が抜けるはず。

編集後記

今月号の「お雑煮&おせち特集」、「お正月エピソード」のアンケートにご協力頂いた方々、ありがとうございました! 掲載予定だった「ママ達の息抜き方法」は誌面のスペースの都合上、2 月号に掲載させて頂きます。今後も皆さんと一緒に誌面を作っていきたいと思っていますので、不定期に利用者の方にアンケートをお願いすることがあると思いますが、よろしくお願いします。2 月号のラフルールニュースもお楽しみに!



「次男が 1 才になってから、ゆっくり鏡も見れず、おしゃれなんて程遠い。ふと、掃除して出て来た 20 才の頃の写真。ダサーッ! イケてないのは時間のせいではないみたいです。」(Y)

「12 月号のラフルールニュースで年末の大掃除の特集をしたことだし、よしやるぞ! と最近、大掃除にとりかかり始めました。3 歳の息子と一緒に頑張るぞ〜。この 1 月号が完成して手に取られる頃には家はピカピカのはず! ?」(mire)