

# 子育てサークルを応援します!

## 子育てサークルをご存知ですか?

主に近所に住む未就学児を持つ親子が定期的集まり、自治会館、ケアプラザ、公園等で活動しています。みんなで子どもを遊ばせながらのんびりおしゃべりしたり、時には季節を感じるイベントなども取り入れ、無理なく楽しく、子育て中の親子ならどなたでも参加できるというのがコンセプトです。

2月にはラフルにて「子育てグループリーダー交流会」を開催しました。子育てサークルのリーダーが集まって活動紹介、サークルの課題への意見交換など、有意義な機会となりました。サークル同士のつながりもできたようです。

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、動機は様々だと思えますが、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?そこらちょっとずつ世界が広がっていくかもしれません。

ラフルでは既存の子育てサークルの情報を得ることができます。また、子育てサークルを作りたいと思っている方を応援しますので、スタッフに声をかけてください。



グループの活動を紹介します



テーブル毎に意見交換・情報交換



ラフルの広場で活動を紹介



大場地域ケアプラザでの「出張みんなの広場」で、サークルの活動を紹介します



サークルのママたちお手製の素敵なバラバルーンで楽しみました!

2012年5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
 国際ひろば
 障がい児を持つ先輩ママもいる日
 パバママひろば
 双子を持つ先輩ママもいる日

火	水	木	金	土
1 みんなの広場	2 みんなの広場 10:30~12:30 発達相談員	3 ラフルお休み 憲法記念日	4 ラフルお休み みどりの日	5 ラフルお休み こどもの日
8 みんなの広場 ●「パン工居るみ」から、 ハンドメイドの焼き立て パンが届きます! 11:50~30分位 詳細は中面を ご覧下さい	9 みんなの広場 10:30~12:30 臨床心理士	10 みんなの広場 ●ツインクルリトル スターズ(多胎児 サークル)定例会 10:30~12:00	11 みんなの広場 10:00~13:30	12 パバママひろば
15 みんなの広場 14:00~15:45 公立保育園の保育士 による育児相談や 親子遊び	16 みんなの広場 10:00~13:00	17 みんなの広場 10:30~12:30 助産師・保健師	18 みんなの広場 13:00~16:00	19 パバママひろば
22 みんなの広場 意見交換会 お昼前のひととき フルートの生演奏	23 みんなの広場 意見交換会 ●0歳児のママ・ パパ集まれ! 11:00~ ●小児救命救急 講座※ 13:30~15:30	24 みんなの広場 ●「パン工居るみ」から、 ハンドメイドの焼き立て パンが届きます! 11:50~30分位 詳細は中面を ご覧下さい 13:30~15:30 助産師	25 みんなの広場	26 パバママひろば 意見交換会 ●働くママ集まれ! 11:00~
29 みんなの広場 意見交換会 ●イヤイヤっ子の ママ・パパ集まれ! 11:00~	30 みんなの広場	31 みんなの広場 11:00~14:00 保育士		

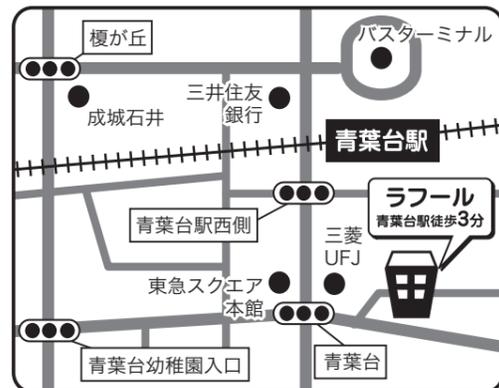
### 意見交換会の参加方法

会 場：ラフル研修室  
申込受付：ラフル受付  
定 員：10名程

### ※小児救命救急講座

ダミーを使った実習を希望の方は、当日の13:15~  
ラフル受付にて申し込みをして下さい。  
定 員：20名程

## 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は、青葉区の委託を受けて特定非営利活動法人ワークーズ・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

5月号  
2012 Vol.10

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



子どもと一緒に出かけよう!

◆ 青葉区のオススメスポット Vol.2

◆ 悩めるママの子育て相談



ラフルは  
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

ちょっと足をのびして

# 子どもと一緒に お出かけしよう♪

お出かけしたいシーズン到来！  
今月は家族で遊びに行ける  
お出かけスポットの特集です♪



## こどもの杜

動物と触れあったり、お庭で三輪車に乗ったり、階段を上った中腹には飛行機の遊具などもあり、盛り沢山。男の子でも女の子でも一日たっぷり遊べます。室内にはフワフワブロックがあり、小さな子でも楽しく遊べます。モルモット、うさぎ、ポニーとふれあえます。他にもヤギやセキセイインコなどの動物がいますよ♪

【開館時間】屋外 9:00-17:00、プール(おむつとれていなくても可)、館内・プールは日により要確認、不定期に休館日有  
【動物ふれあい時間】9:30-11:30、13:30-15:45  
※人参キャベツ持って行くとあげられます。  
※ポニーは土・日・祝日のみ。  
※金魚釣り 5月下旬から6月まで予定しています。  
【利用料】大人 52 円、2 才未満無料、2 才から 31 円  
【アクセス】青葉台駅、藤が丘駅より、東急バスにて「祥泉院前」下車徒歩 7 分、市が尾駅より東急、小田急バスにて「中里学園入口前」下車徒歩 10 分  
【住所】横浜市青葉区みたけ台 26-17 tel045-971-7700



## こどもの城

赤ちゃんから大きな子まで遊べる大型児童館。大型の室内遊具のある「わくわくランド」、おままごとをしたり赤ちゃんがごろごろしたりできる「幼児コーナー」、工作ができる「造形コーナー」、楽器にふれあえる「音楽スタジオ」…。と様々な遊びや体験ができます。少し大きいお子さんは二人乗りなどの変わった三輪車などにも乗れる「屋上遊園」(夏休みはプールになります)もおすすめ。当日申し込めるイベントも開催されているので、最初にイベントの時間をチェックして、遊ぶスケジュール(順番)を決めるといいのかも。お弁当を食べる場所もありますよ。

【開館時間】平日 12:30-17:30、土・日・祝日・学校の春夏冬休み 10:00-17:30、月曜休館(月曜が祝日の場合翌平日)  
【利用料】大人 500 円、子ども(3 歳~)400 円  
入館料のほかに、一部料金の必要となる遊び場があります。  
【アクセス】渋谷駅から徒歩 10 分(東口/宮益坂側)  
表参道駅 B2 出口から徒歩 8 分/B3 出口から徒歩 9 分  
※B3 出口を利用になると改札階から地上までエスカレーターとエレベーター有、駐車場あり(有料)  
【住所】東京都渋谷区神宮前 5-53-1 tel03-3797-5666(代)

## フィールドアスレチック 横浜つくし野コース

豊かな自然環境で、起伏に富む地形や池を活かしたフィールドアスレチックです。予約制のバーベキュー場も有り。

【営業時間】9:00-17:00  
【入園料】大人 800 円、中学生・高校生 700 円、3 才以上の幼児・小学生 500 円、3 才未満無料  
【アクセス】すずかけ台駅より約 1.2km、つくし野駅より約 1.2km、長津田駅より約 1.5km  
《車の場合》東名高速道路横浜町田インターチェンジより車で約 5 分。駐車台数:250 台、休日・祝日は、駐車場が混雑します。  
【住所】横浜市緑区長津田町 4191 tel045-983-9254  
【ホームページ】http://www.tsukushino.co.jp/

## 「こどもの国」の竹迷路

青葉区民ならご存じ「こどもの国」。園内のふれあい動物園(有料)を背にして、小高い丘の上にある竹林こそが知る人ぞ知る…竹迷路の場所。入口も出口もいろんなところがあるので、こんなところに出たーと子どもたちは大興奮間違いなし!ただ、小さな子は大人と一緒に行ってくださいね道が悪い場所もありますので…

【開園時間】9:30-16:30(7,8 月は 17:00 まで開園)、最終入園時間 15:30(7,8 月は 16:00 まで)  
毎週水曜日(水曜が祝日の場合開園)、12 月 31 日、1 月 1 日は休園  
【入園料】大人 600 円、小学生 200 円、幼児(3 歳~)100 円  
【アクセス】こどもの国駅から徒歩 2 分、駐車場あり(有料)  
【住所】横浜市青葉区奈良町 700 tel045-961-2111

## その他 ラーフル利用者からの おすすめお出かけスポット

美しが丘公園、新石川公園(長い滑り台がある)、菅生緑地、こども自然公園、寺家町、砧公園、多摩川、相模原浅溝公園(馬・ポニーに乗れる、動物に触れ合える、アスレチック・遊具もある)、ズーラシア、多摩動物公園、金時山、江ノ島、葉山、伊豆高原

## みんなの広場から…

### 子連れボランティアチーム活動開始!

#### ◆◆◆ 「いないいないばあチーム」を紹介 ◆◆◆

“いないいないばあ”と顔を出すと、赤ちゃんは不安げな顔から安堵の笑みを満面に浮かべます。その瞬間はお母さんも赤ちゃんも嬉しいひととき。そんな時間を大切にしたいとの思いで、チームにこの名前をつけました。

広場のランチタイム前の少しの時間を使って、「手遊び」や「読み聞かせ」をしています。あまり窮屈なルールを決めず、たまたまメンバーが広場に遊びに来た時に、自分の子に絵本を読むように、広場にいる皆さんに向けて絵本を読んだりしています。

メンバーは固定されていません。興味があるお母さんたち(お父さんも)、いつからでも参加できますので、受付に声をかけてください♪♪

パンの販売が始まります!

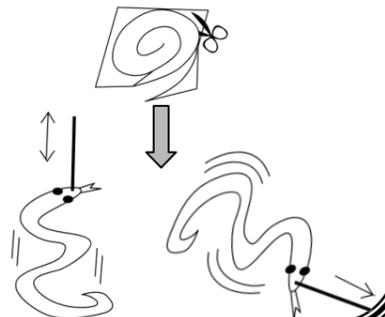
5 月から月 2 回(第 2 火曜・第 4 木曜)、ランチタイムの少し前からパンの販売をスタートします。パンは、青葉地域活動ホームすてっぴ「パン工房くるみ」から、ハンドメイドの焼き立てパンが届きます。お楽しみに!  
(販売時間: 11:50 から 30 分間位)

## いっしょにつくろう

### 「くるくるへびさん」

- ①20センチ四方の色紙に渦を描き、ハサミで切っていきます。
- ②ヒモを中心に通してできあがり!

目玉を描いたり、舌をつけても楽しいかも。上にひっぱり、びよびよん遊んでもよし、又は思いきり引っ張って走ると、くるくる回って風のようにも遊べます。



えほん  
の  
じかん

### アンジェリーナのはるまつり/講談社

著: キャサリン・ホラバード / 絵: ヘレン・クレイグ

ねずみの女の子、アンジェリーナの絵本シリーズ。ユーモア溢れる、細密で可愛いイラストが描かれていて、3歳位からのお子さんにおすすめ。日差しのかげやく春が訪れ、アンジェリーナは楽しみにしていた、はる祭りに出かけたのだけど…。小さないとこのヘンリーを連れて行かなくてはならなくて、ご機嫌ななめ。お友達と一緒に夢中で遊園地の乗り物に乗っていたら、ヘンリーが迷子になってしまって、さあ大変!

## 悩めるママの 子育て相談

今月は食べ物編



うちの子は良く食べてくれるのですが、欲しいだけあげても良いのでしょうか? いくらでも食べそうで…

「こどもに食べさせる」ことに集中して、食べ物を次々と口に入れていませんか? ママと一緒に食事を取って、お子さんに食べさせるペースをゆっくりにしては? 少し噛みごたえのある物をあげてみるのもおすすめです。



出産後に区役所でもらう「よこはま子育てガイドブックどれどれ」に子どもの食べる量の目安も掲載されています。

自分から食べようとしてくれないのですが、どうしたら食べてくれるようになりますか?!



間食をひかえ、1回の食事を少し減らしてみても『お腹が空いた-』と感じてもらえば、食欲がわくはず。最初のうちは、お子さんが好きなデザートを用意して、食後のお楽しみ♪という手も…。完食する達成感を味わって、少しずつ自分から食べようという意欲が出てくるかもしれませんね。

## ★ 青葉区のオススメスポット Vol.2

コミュニティ  
ハウス編

### コミュニティハウスとは…

地域の皆さんの身近な生涯学習や地域活動の場として利用できる小・中学校の施設を活用した施設です。グループ活動などに利用できる研修室や和室、市民図書室などがあります。幼児から高齢者までどなたでも無料で利用できます。校庭、体育館なども、学校教育に支障のない範囲で利用できます。

### ●青葉台コミュニティハウス「本の家」

うちの絵本もいいけど、新しい絵本に出会えるところ「本の家」をご紹介します。いろんな絵本で子どもの感性を伸ばすため…楽しませるため…公共の絵本、大事にしてみんなで使っただよいうことを教えるためにもいいと思います。貸し出しカードを作って、図書コーナーの本を借りることが出来ます。27000冊の蔵書が自慢です。住所を確認できるものがあれば、即日貸し出し可能ですよ。横浜市立図書館の図書取次サービスも行っています。

### ●すすき野コミュニティハウス

すすき野中学校内の施設で、様々な自主事業を開催しています。小さな子ども連れで参加できる、読み聞かせの講座や子育て広場も開催されていますよ。(時間などは問い合わせ下さい) また、個人で使える図書コーナーやサロンもあります。

青葉区には、他にも桂台コミュニティハウス、さつきが丘コミュニティハウス、鴨志田コミュニティハウス、山内コミュニティハウス、みたけ台コミュニティハウスがあります。利用日、利用時間、利用方法など詳しくは、各コミュニティハウスへお問合せ下さい。

## 編集後記

「幼稚園くらいの男の子は素直&ママ LOVE…。それを利用して『うちのママは 20 歳』(実際はアラ 40)、とか『ママ美人だね〜』などと…息子に言ってもらっている(言わせている?)ママが何人もちがママ会にて判明!(私も含め…)今のうちだけだとはわかっているけど、ほめられると嬉しいママ心です。」(mire)

「小学校が始まり、母も息子も 1 時間半、早起きになりました。絶対無理!と思っていたけど、案外起きられるように。それだけで、何となく前向きな自分になれたかも。」(Y)