

# 地域の身近な相談相手

## \*子育て支援者\*

◆青葉区内 15 か所に「子育て支援者の子育て相談会場」があります。子育てをしていて「ちょっと相談したいなあ」という時、相談会場では子どもを遊ばせながら子育て支援者に相談することができます。

◆子育て支援者は乳幼児のお子さんの子育てに関するいろいろな智恵袋を持った子育ての先輩ママで、子育てで不安に思っていること、悩んでいることを一緒になって考えてくれる人です。横浜市の委嘱、研修を受けていて、毎週1回地区センター、地域ケアプラザ等の身近な施設で、子育て相談を行っています。

◆利用は無料で予約も不要。相談が無くても遊び場所として利用することもできます。

詳しい会場や開催日時は下記のアドレスで確認してください。

<http://www.city.yokohama.lg.jp/kodomo/shien/kosodate/shiensya-kaijo/aoba.html>

## \*ラフルールでは...\*

○火曜～土曜日の10時～16時まで開催している広場の中で気軽にスタッフに声をかけて子育て相談をすることができます。また、個別で相談をしたい方には、相談室を利用して相談を受ける事ができます。

○毎月のカレンダーで、助産師・保健師・保育士・臨床心理士などが相談員として広場にいる日があるので、それぞれの専門分野での相談ができます。ラフルールニュースやHPを参考にして、日時を確認してください。

### \*なかなかラフルールまで出かけることが出来ない方へ\*

○火曜～土曜日の9時～17時まで、事務室で電話による相談もスタッフが受けることができ、ご本人の理解があれば、専門機関につなぐこともできます。

○メールによる相談も受けています。

アドレス: [soudan@lafull.net](mailto:soudan@lafull.net)

主にメールによる情報提供を行います。

青葉区は子育て世代の転入者が多い地域でもあります。子育てで困った時、実家が遠くて…、手助けも無い…、誰に相談したらいいのかしら…、そんな時は相談会場やラフルールを覗いてみてください！

子育て家族を応援している人たちが、迎えてくれます♥♥♥



2013年3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  
助産師・保健師・保育士などが相談員として広場に  
いるので、それぞれ専門分野での相談ができます。



障がい児を持つ先輩ママもいる日  
障がい児を持つお母さんが先輩ママとして  
サポーターで入っています。



双子を持つ先輩ママもいる日  
双子を持つお母さんが先輩ママとして  
サポーターで入っています。



保育園の保育士さんもいる日  
公立保育園の保育士さんも広場にいます。

●意見交換会の参加方法…約10名で交流会を行います。受付が電話で申し込みをしてください。

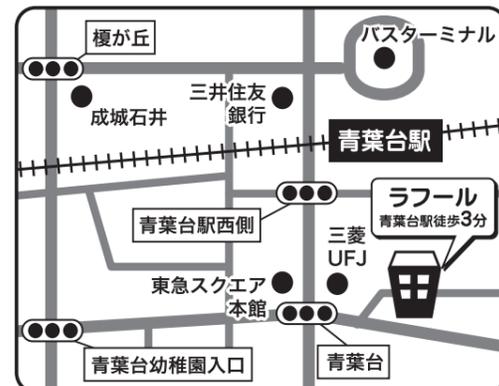
火	水	木	金	土
			1	2 ●小児救命 救急講座 13:30～15:30
5 ●助産師・保健師 10:30～12:30	6	7 ●ツインクルリトル スターズ定例会 10:30～12:00 研修室にて ●センター保育園の保育士 14:00～15:45	8	9 ●意見交換会 ●働くママ集まれ 11:00～40分程度 研修室にて要予約
12 ●「パン工房くるみ」の パン販売 (お昼前30分)	13 ●臨床心理士 10:30～12:30	14	15 ●発達相談員 10:00～13:30	16 ●意見交換会 ●妊婦さんとその 家族集まれ 11:00～1時間程度 研修室にて要予約
19	20 お休み (春分の日)	21 ●保育士 11:00～14:00	22	23 ●発達相談員 13:30～15:30
26	27	28 ●意見交換会 ●みんなで話そう! お昼寝 11:00～30分程度 研修室にて要予約 ●助産師 13:30～15:30	29	30

出張ラフルール  
@地域  
ケアプラザ

●鴨志田地域ケアプラザ  
「パパと一緒に基地づくり!」  
3月9日(土) 13:30～15:30



## 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

●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 ラフルールは、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

3月号  
2013 Vol.20

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

# ラフルール

ニュース

## 子どもとメディアのつきあい方

- ◆子どもと一緒にお花見に行こう♪
- ◆いっしょにつくろう



ラフルールは  
5つの♥を行っています!

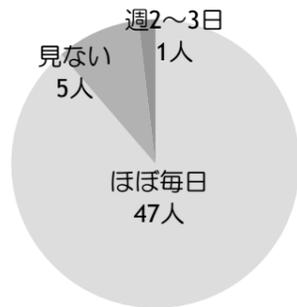
- ♥みんなの広場を開催
- ♥広場での子育ての相談
- ♥子育ての情報を発信
- ♥子育て支援に関する講座や研修の開催や子育てグループの活動の支援
- ♥子育て支援のネットワークづくり

# 子どもとメディアのつきあい方

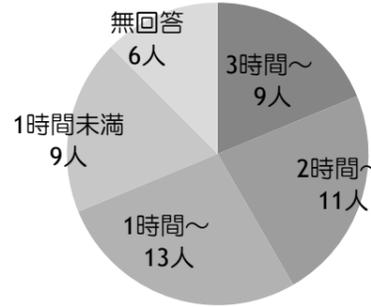
子どもを持つ親は気になる、テレビ、ゲーム、携帯電話、スマートフォンを含むメディアと子どものつきあい方。そこで1月に「みんなの広場」にて、「子どものメディアの関わり方」についてアンケートを実施し、53人の方に回答をいただきました。今月はその結果&回答を紹介します！ご協力いただいた方々、ありがとうございました。

※ご回答頂いた方のお子さんの年齢(全53人)  
0歳児:6人 1歳児:27人 2歳児:12人 3~4歳児:8人

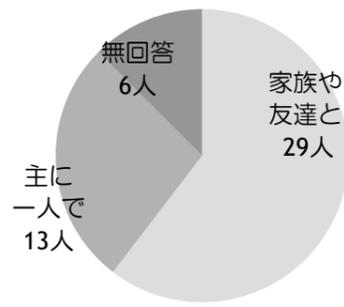
Q. テレビの使用頻度はどれくらいですか？(53人)



Q. テレビの1回の視聴時間はどれくらいですか？(テレビを見ると回答した48人)



Q. 主に誰と見えていますか？(テレビを見ると回答した48人)



Q. ゲーム・携帯電話・スマートフォンは？

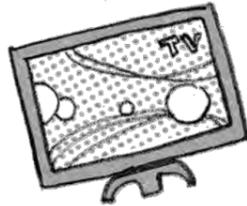
・使用しているお子さん…20人(0歳児:2人,1歳児:10人,2歳児:2人,3~4歳児:6人)  
使用していると回答した方のうち  
・ほぼ毎日使用するお子さん…7人(0歳児:1人,1歳児:6人,2歳児:0人,3~4歳児:0人)  
使用時間は  
・一回あたり1時間以内…20人(20人中全員)  
テレビに比べると、使用しているお子さんは少ないようです。

Q. お子さんがメディアを使用するにあたり、気になることや心配なことがあれば教えてください。(39人の回答、複数回答の方もいます)

- ・視力の低下 12人
- ・テレビに近づいて見る 8人
- ・長時間見過ぎる 5人
- ・テレビへの依存(異常に見たがったり、夢中になりすぎたり) 4人
- ・必要以上の情報が入ってくるのが心配(インターネットも含め) 4人
- ・言葉が遅れないか、成長に悪影響でないか不安 3人

### 【その他の意見】

- ・子どもをほったらかし状態にしていること
- ・一方通行のコミュニケーションになってしまっていること
- ・キャラクター物をほしがる
- ・PCの電磁波の影響
- ・外遊びが減っている気がする
- ・親が体調不良のときにテレビをずっと見せていたら表情がなくなったように感じました。今後、体調不良になったときに使用するか悩みます…。



### メディアを使用させていない方のご意見

- ・テレビをみないので子どもの発想力が豊かになった気がする
- ・絵本、おしゃべり、公園遊びが大好きなのでテレビを必要としない

Q. お子さんのメディア使用方法について気をつけていることはありますか？(42人の回答、複数回答の方もいます)

- ・出来るだけ消す(ごはん中などは消すなど) 23人
- ・〇時間以内、家事をするときだけ、など時間を決めている 12人
- ・テレビを見ているときなるべく話しかける 4人
- ・見る内容(番組)をきめている 2人
- ・親もなるべくテレビを見ないようにしている(録画してみる) 2人
- ・テレビの近くで見せない 2人

### 【その他の意見】

- ・家事をしているときのみ使用する
- ・ケータイでは遊ばせない
- ・スマホのアプリはそばにいて30分以内
- ・家事のとき大変助かるので、母にとっては必要



今年テレビ放送が始まって60周年を迎えた年。この間のメディア機器の開発・躍進は目ざましいものがあり、大人が使う物だとばかり思っていたが、どんどんと低年齢に合わせた仕様になり、子育て中の大人の心をクすぐる商品が溢れるようになりました。そんな社会環境の中、使用の善し悪し、ルール等を決めるのはそばにいる大人たちです。アンケートも参考にしながら、「メディアと我が家のお付き合い方法」を探してみてください。



## いっしょにつくろう

### 子どもと作る♪お花のこま

お花の絵がくるくる回って色が混ざって、きれいですよ！

- 1) 厚紙を正円に切って、中にお花の絵を描く(お子さんと一緒に描くと楽しいですよ)
- 2) 円の中心の上下に、ペットボトルのキャップをセロテープで貼付ける(写真参照)
- 3) お花の形に切っても回ります。色々なバリエーションを作ってね♪



あかちゃん社長がやってきた / 講談社  
作: マーラ・フレイジー

本屋で見つけて、これは子育て中のママにぴったり！と思いました。赤ちゃんは本当社長のようにいばり…いろいろな指示してきます。親は社員のようにはーひー言って昼夜構わず子育て。最後がわたしはとても気に入りました。出産したばかりのママ、そして少し大きくなったお子さまがいるママ、読んでみてね。

## 子どもと一緒に花見に行こう♪

「みんなの広場」にアンケートBOXを設置させていただき、お花見スポットの情報&お花見に持って行くものを教えて頂きました！小さいお子さんもお花見デビューしてはどうですか？

### おすすめお花見スポット ベスト5

- 1) あざみ野 桜通り(カリタス女子短期大学横~) Sさん他
- 2) こどもの国 ダブルRさん他
- 3) たまプラーザ(美しが丘公園&國學院大学横) えみたらうさん他
- 4) 青葉台(桜台公園~もえぎ野) ちいちゃんさん他
- 5) 恩田川の川沿い こうすけ母さん他



### お花見に持って行くもの ベスト5

- 1) 飲み物(お酒も含む) みーやんさん他
- 2) レジャーシート おはなさん他
- 3) お弁当、おにぎり ユッコさん他
- 4) お菓子 くにさん他
- 5) カメラ はるママさん他

その他、ビニール袋,,ボール,携帯カイロ,ブランケットなどのご意見もありました。変わったところでは、色鉛筆,画用紙,折りたたみ椅子なんていうのも！

## みんなの広場から…

\*〇〇\*〇〇\*〇〇 成長 〇〇\*〇〇\*〇〇\*

子どもは生まれてから1歳の誕生日を迎えるまでの1年間で、とてつもなく大きな成長を遂げていると、いつも感心して見えています。こうして眺めている間にも、細胞分裂しながら進化・成長しているのかと思うと、そのエネルギーが体中から溢れ出て来るようにも見え、まぶしく感じられます。まるでかぐや姫が竹の中から出てきたように…☆☆☆

同時にここで見える姿は、「親」となったお父さん、お母さんもお子さんと一緒に成長されている姿です。夜中に何度も起こされて子どもに付き合っていた日々。あちらこちら走り回っている後を追いかけていた時期。訳も分からず、意味も通じず、ひっくり返って癪癪を起して、何だかそんな姿を見ていて自分の子育てが間違っていたのかなあと悲しくなってしまう瞬間。いろいろありますね(ありましたね)…。でも、その一つひとつが見事に「親」にしてくれるプロセスだったと、見ていて感じます。子どもの一挙手一投足が「不安」だった頃から、上手に子どもと程よい距離をとって、自信を持って言葉をかけているお父さん、お母さんに変身しています。

「子どもに成長させてもらっています」と、受付でシミジミ話してくれたお母さん。その言葉一つが、さらに子どもを成長させ、いい塩梅の親子関係ができあがっていくのですね♡♡♡



### 編集後記

「2歳の息子、テレビを勝手につけてる！…と思ったら、ぐっすりお昼寝していました。これを何度か経験。私の技術では、昼の寝かし付け全敗なのに」(Y)  
「イヤイヤ期真っ盛りの2歳の娘。おへそを指さして『これなあに？』と聞いてきたので『おへそだよ』と答えたら、『ちがう!!』と反発…。聞かれたから答えたのになぜ？でも、へこたれずに『じゃあ何ていうの？』と私から逆質問したら『ぶっちゃん、っていう名前なの』と威張って答える娘。何だそりゃ…？イヤイヤもここまでくると怒る気もなくなってきます。今しか出来ない会話だと思って楽しむぞー!! (mire)