

みんなの広場のご紹介

♡広場を構成している人たち

○**スタッフ**… 毎日の広場に常時3～4名入っていて、利用する方々を見守っています。また、広場内では利用者の皆さんからの相談も受けており、その内容も「子育て」に限っていません。

ゆったりとした雰囲気づくり、居心地良い広場づくりを心掛けています。

○**サポーター**… 多胎児先輩ママパパ、障がい児先輩ママパパ、外国人先輩ママパパ、シニアサポーター、男性サポーター、土曜サポーターなど、子育てでちょっと先輩の方が広場に入ることがあり、スタッフをサポートします。

○**相談員**… 助産師さんや保育士さんなどが相談員となり、専門分野での相談にのります。相談員がいる日は決まっていますので、カレンダーで確認して下さい。

○**ボランティア**… 育児の先輩、地域の先輩として、ご自身の都合の良い時間帯に入り、利用者の方と交流を図ります。

♡広場カレンダー

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。双子のお子さんが小学生～高校生になった方もサポーターの登録をしていますので、幅広いアドバイスができると思います。

外国人先輩ママもいる日

外国籍の方で日本での子育てに不安を感じている方に向けて、日本の生活に慣れていて、少しサポートができる外国人サポーターが広場にいる日です。現在は中国の方がサポーター登録をしています。

センター保育士さんもいる日

月1回、センター園から保育士が来てくれて、子どもとの関わり方へのアドバイスや遊び方の紹介などをしてくれます。

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日です。それぞれの専門分野での相談ができます。

♡広場でご紹介

みんなの広場の中で、地域で子育てを応援（支援）している方々をご紹介します時があります。民生委員児童委員、主任児童委員、子育て支援者、社会福祉協議会、民間の子育て支援グループ、子育てサークルなどなど。子育て中の人の回りにはたくさんの人たちが見守ってくれています。

2013年4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



外国人先輩ママもいる日



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

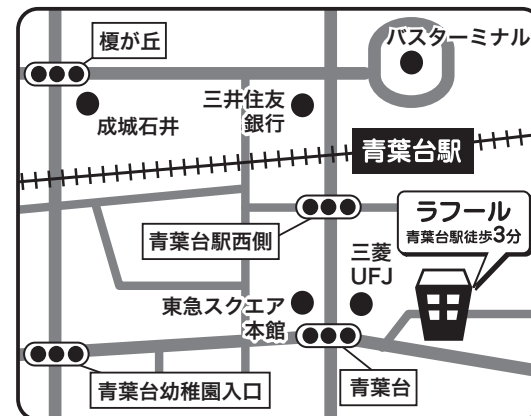
●意見交換会の参加方法…約10名で交流会を行います。受付が電話で申し込みをしてください。

火	水	木	金	土
2 10:30～12:30 助産師・保健師 13:00～16:00 センター保育士	3 14:00～15:45 センター保育士	4	5	6 ●プレパパ・プレママ子育て講座 9:30～11:30 研修室にて 要予約
9 10:00～13:30 ●「パン工房くるみ」のパン販売 (お昼前30分程)	10	11 10:00～16:00 11:00～14:00 保育士	12	13
16 10:00～13:30	17 10:30～12:30 臨床心理士 13:00～16:00	18	19	20
23 10:00～13:30 13:00～15:00 臨床心理士 13:30～16:00	24	25 ●「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	26 10:00～13:30 13:30～16:00	27
30 13:30～16:00				

4月6日 プレパパ・プレママ子育て講座

お子さんの誕生や成長を見守る喜びを子育て教室でチョッと先取り。また、子育て先輩パパ・ママとの交流もあります。

ラフルへのアクセス



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

4月号
2013 Vol.21

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

ニュース

ラフルってこんなところ

- ◆悩めるママの子育て相談
- ◆簡単お料理レシピ



ラフルは
5つの♡を行っています!

- ♡みんなの広場を開催
- ♡子育ての情報を発信
- ♡子育て支援のネットワークづくり
- ♡広場での子育ての相談
- ♡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

発行日: 2013年4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

ラフルってこんなところ

Part 1

遊びの樹

大きな鏡が埋め込まれている、かわいい樹のオブジェです。
●小さいお子さん
鏡に張り付いて自分の姿をじーっと見つめたり、ぺたぺた樹を触りながら周りをつたい歩きたり…。
●ママ
ベンチになっているので、ちょっとひと休みしながらおもちゃで遊ぶお子さんたちを見守る場として利用して下さいね。

探検の樹

ひろばに入ると最初に目につくミニ・アスレチック遊具。お子さんが昇り降りする時は近くで見守り、安全確保。登った時は「ヤッター！」っと達成感が味わえます♪
●大きめのお子さん
ネットを登ってアスレチック体験をしてみましょう。ときどき渋滞になることもありますが、順番ね！樹の上は一周できるようになっているので、みんなぐるぐる回っています♪
●小さいお子さん
木の下の特ネルをくぐったり、ママとかくれんぼも♡



今年の夏でラフルも3年目。
広場には新しいおもちゃなども加わりました。
そこで、今月号から3か月にわたり、ラフルの紹介をしたいと思います。お楽しみに♪

赤ちゃんコーナー

ねんね・ハイハイ期の赤ちゃん
とママの為のコーナー。
畳が敷いてあり、窓からの日差しが暖かく、冬場は床暖房も入ります。年上のお子さんとは別のコーナーなので、小さな赤ちゃんも安心して過ごせます。

●ねんねの赤ちゃん
布団、プレイマット、モビール等があり、落ち着いた環境でゆっくり眠る事ができます。
●ハイハイの赤ちゃん
木や布のおもちゃ、音が鳴るおもちゃ、ボール等があり、清潔な畳はハイハイしても安心です。



いもむしトンネル

カラフルで明るいから、トンネルだけど恐くない。ドキドキ冒険心をくすぐります。
向こうにいるママと「ばあっ！」はじめて会う子も「こんにちわ。」



大きなブロック

自由な発想で、幅広い遊びができそう。
こんな遊び方できるよ
ブロックの車
丈夫なので、乗って遊ぶことができます。
お好みでブロックを載せ、汽車にもバスにも変身できるかも。
めいろやおうち遊び
道を作って、おととつと…と渡ったり、囲んで塀をつくってお家ごっこも。おふろやトイレもあったりして…



えほんの
じかん

はなをくんくん / 福音館書店

作：ルース・クラウス、絵：マーク・シーモント、訳：木島 始

冬眠から目を覚ますどうぶつたちが、つぎつぎにはなをくんくんさせて、にのいのする方へかけてく…かけてく…。
そしてたどり着いた先にあったのは…？
春がやってくるこの時期にぴったりの絵本です。読み終わった後、外に出てお子さんと春を探しに行きたくなるはずですよ。2歳くらいからオススメです。

悩めるママの 子育て相談

今月は
お友達編



Q. おもちゃの取り合い。どうぞ、かして、が出来ません。どうすればお友達とおもちゃなどの貸し借りができるようになるでしょうか？(1歳)

おもちゃの貸し借りは幼稚園の年中位から分るようになると思います。息子や娘を覗いててもその位の時期からスムーズにできていたようです。
0～3歳位はまだ貸し借りの意味も…？ 親が入って一緒に「貸して」や「どうぞ」をしてみると良いのでは。気長に見守って…♡



娘はおもちゃを「取っちゃう側」だったので、お友達と遊ぶ時はとても気をもみました。注意しても分からない年齢で、娘がおもちゃを奪い取った後は、母親の私が「かしてー」「いいよー」などと声を出し、相手の保護者の気分を損ねないように気を使ったりして、なんだか疲れちゃう…。なんて日々もありました。ただ、取っちゃう側ではありましたが、「お互いさま」と言ってくれるママ達もいっぱいいたので、救われました。
相手のママ・パパの目は気になりますが、取り合ってあたりまえ、貸し借りは関わりの第一歩と考えて、お互いさまをモットーに頑張りましょ。

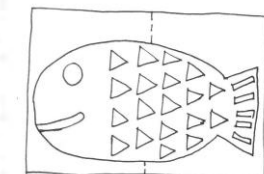


簡単お料理 レシピ

おさかなパイ

材料

パイシート4枚
しゃけ2切れ
玉ねぎ 小さめ 1/2
ブロッコリー 1/4 株
塩・コショウ 適量
たまご 少々
油 適量



作り方

- ① しゃけは半分に切る、玉ねぎはうすくスライス、ブロッコリーは子株にして固めにゆでしておく。パイシートは冷凍庫から出しておく
- ② フライパンに油をひいて、①を炒める。火が通ったら、塩・コショウで味を調える。お皿に入れて冷ます。しゃけの骨を取る
- ③ パイシートを2枚をくっつける。お魚の形にキッチンばさみまたはナイフで切る。もう一組も同じようにする。同じものが2つできます
- ④ ③の一枚の上に②をのせて、もう一枚のパイシートを上にかぶせる。ふちに溶き卵をぬり、フォークで軽く押さえる
- ⑤ 魚の上にも溶き卵をぬり、残ったパイシートで目玉や鱗にみたてて、のせる。キッチンばさみで切ると簡単。のせたら、上からまた溶き卵をぬる
- ⑥ 予熱しておいたオーブンで200℃で10分、温度を下げて180℃で20分。きつね色に焼けたら完成！

編集後記

「春といえば桜。今年はお弁当ではなくお団子を作ってお花見に行く」と張り切っている息子。でも…花粉症つらい季節到来。どうも家族全員花粉症です。ティッシュの消費が半端ないです。早く花粉の季節終わらないかな…」(poco)

「娘が5歳になりました。赤ちゃんの頃ハイハイもあまりせず、歩き始めは1歳8ヶ月のスロースターターさんでしたが、今では運動大好きなヤンチャ娘です。子どもの成長過程はホントに十人十色、それぞれ違っていいんですよね。」(tomo)