

第2回 子育てサークルリーダー交流会

12月8日(月)第2回子育てサークルリーダー交流会が行われました。7つの子育てサークルのリーダーさんが参加し、前半は活動紹介、グループに分かれて情報交換をしました。来年度に向けての話もあり、メンバー募集のやり方などアイデアを出し合いました。後半はラフルールにある、子育てサークル情報のコーナーに掲示する紹介コメントをみんなで作成しました。「楽しいことを知ってもらおう」「具体的な内容がわかるといいね」などサークルの枠を超えて盛りあがったひと時となりました。今回作ったコメントはラフルール入口の情報コーナーに掲示したので是非ご覧ください。



★ラフルールは子育てサークルの活動やサークルづくりを応援しています★

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など、動機は様々だと思いますが、ラフルールが仲介をしますので、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。また、同様に子育てサークルを作りたいと思っている方、気軽にスタッフに声をかけてください。サークル立ち上げに向けてのご相談に乗ります。

★子育てサークルとは★

主にご近所に住む未就園児を持つ親子が定期的に集まり、自治会館、ケアプラザ、公園等で、自主的に企画・運営して活動し、時には季節を感じるイベントなども取り入れ、子育て中の親子が楽しく過ごしているグループを、「子育てサークル」と呼んでいます。ラフルールへ登録しているサークルは現在 14 サークルです。

祖父母世代向け講座 2014

孫育て講座『今の子育てと祖父母の役割』

ラフルールでは4年前から、初めてお孫さんを迎えた祖父母の皆さんに向けて「孫まご講座」と称して「最近の子育てや子育て当事者の置かれている現状を知る講座」を開催してきました。そんな中から生まれてきたニーズが「**実際にお孫さんと関わる上での悩みや迷いの解消**」です。そこで今回は、NPO 法人孫育て・ニッポン理事長：棒田さんを講師にお招きし、

- ① 孫との関わり方（叱り方、伝え方、可愛がり方）
- ② 子育ての中での祖父母の役割 祖父母として子育て世代との関わり
- ③ 子育て支援情報の収集方法、祖父母の孫育て相談

の内容で、孫育て講座を11月28日(金)に開催しました。

お孫さんを預かっている場面では

「泣かれてしまった時どうしてる？」

「孫は叱ってもいいのか」

「預かっていてヒヤリしたこと」

など、同じような悩みや苦労話に皆さん

共感されていました。

だからこそ「祖父母は最後の砦ではない」

「頑張り過ぎないで」「祖父母も誰かを頼

っていい」そんな講師の言葉に、ホッとされていました。

また「孫との遊び方のヒント」も伝授され、最後には「将来お孫さんと一緒にやってみたいこと」を語り合い、参加者の皆さん熱い思いを胸に終了しました。

今回の講座を終え、祖父母の皆さんの「話をする場・話を聞いてもらえる場」へのニーズの高さを改めて感じました。

そこでラフルールでは、1/23、2/27、3/27の11:00から30分程度「**祖父母の皆さん・あつまれ!**」を開催します。一緒におしゃべりしませんか。

(詳細は広場内チラシ参照)



2015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「ひろば」を開いています
いつでも相談ができるスタッフがいます

《ラフルール広場カレンダーアイコンの見方》



専門の相談員にも相談できる日



双子を持つ先輩ママもいる日



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

火	水	木	金	土
		1	2	3
		年末年始休業 1月5日までお休み		
6	7 ● 14:00～15:45 センター保育士	8 ● 13:00～16:00	9	10 ● 妊婦さんとその家族集まれ! 11:00～1時間程度
13 ● 10:30～12:30 子どもの発達に関する相談もできる日	14 ● 10:30～12:30 ママの気持ちの相談もできる日	15 ● 公園へGO! 13:30～1時間程度	16 ● 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	17 ● OPEN DAY 9:30～10:30 ● ふたご・みつごあつまれ～! 11:00～1時間程度 地域の方へ ● 13:30～15:30 子どもの発達に関する相談もできる日
20 「パン工房くるみ」のパン販売(お昼前30分程)	21	22 「パン工房くるみ」のパン販売(お昼前30分程) ● 13:30～15:30 ママの身体の相談もできる日	23 ● 祖父母のみなさんあつまれ～! 11:00～30分程度 ● 10:00～13:00	24 ● 小児救命救急講座 13:30～
27 ● ちょこっと見学 DAY 10:00～12:00	28	29	30	31



● ピオラ市ヶ尾地域ケアプラザ 1月27日(火) 10時～12時

「パパにバレンタインカードを贈りませんか」



● 鴨志田地域ケアプラザ

1月29日(木) 10時～12時

「おしえてもらおう! 簡単おやつ」

● 美しが丘地域ケアプラザ

1月30日(金) 10時～12時

「かんたんおもちゃを作ってみよう～豆まきもあるよ～」



● 横浜子育てサポートシステム出張入会説明会 要予約 TEL: 482-5518

大場地域ケアプラザ 1月8日(木) 10:30～11:30

● 横浜子育てサポートシステム提供会員両方会員向け企画

「ラフルールでお待ちしています」 1月9日(金) 10:30～12:00 ラフルール研修室

～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

横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用

TEL/FAX: 045-482-5518 火曜日～土曜日 9時～17時

● 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

2015年 vol.42

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

2015年ママがやってみたいこと

◆ちょっと知っておきたいこんなこと ～お正月～

◆いっしょにつくろう



ラフルールは

6つの♡を行っています!

♡「ひろば」を開催

♡ 広場などでの子育ての相談

♡ 子育ての情報の発信と収集

♡ 子育て支援に関する

講座や研修の開催や

♡ 子育て支援のネットワークづくり

子育てサークルの活動の支援

♡ 横浜子育てサポートシステム青葉区支部

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カーズ・コレクティブ パレットが区と協働で運営しています。

発行日: 2015年1月1日 発行元: 青葉区地域子育て支援拠点ラフルール 施設長 山田範子

2015 年 ママがやってみたいこと

新年の抱負考えましたか？11月に行ったアンケートをまとめました。
ご協力いただいた皆様ありがとうございました。
皆さまにとって良い一年になりますように。

好きなアーティストのライブにいきたい
英語ボランティアに参加したい
料理教室に通いたい
英会話教室に通いたい
美容院に行きたい
ゴスペルに参加したい
仕事をしたい
運動を始めたい ヨガやエアロビなど



お魚が好きな息子を水族館に連れていってみたい
子どもと2人でプチおでかけ
夫婦2人きりでのんびり温泉旅行
ぶらり一人海外旅行
遊園地に行く！
セールの日に思う存分自分の買い物をしたい
映画鑑賞
子どもと一緒に海外旅行

友達とご飯食へに行く（心配する事なく）
お酒♥ カラオケ 居酒屋
生クリーム、カレーなど食べるのを控えていたものをたらふく食べたい！
夜景のキレイなおしゃれなレストランでおいしいディナー
料理・お菓子のレパートリーをふやす



歯医者に行きたい
マイホームをもちたい

丸一日ベッドの中でウダウダ
してみたいです！
マッサージ エステ ネイル
ぐっすり寝たい
家事をしない日がほしい

Relax

♥ ラフルニュース編集メンバーから ♥



わたしも子どもたちが
小さかった時、あー早く
自分の時間が欲しい
なと思ってました
が・・・いざ、子ども
たちが幼稚園や学校に
行きたすと、家でボー
っとしていました



子どもが生まれると、今まで出来ていた
ことが出来なくなりますよね～やりた
いことって実は特別なことじゃなくて
普通のこと。お母さんの大変さが伝わっ
てきます。

一時預かり保育を利用して子
どもを預けた時、念願の1人
の時間！と嬉しい反面、心は
常に子どものことを気にして
います。自由な時間が嬉しい
のは、子どもが居るからこそ、
なんですよ。



毎日真剣に子どもと向き合っているママたち。ママ
にもものんびりご褒美な時間、欲しいですよ。共感
です。たまには一人でゆっくりお買い物したい！と
思っていたけど、今はついてきて！って言うても来
てくれません。（笑）



ラフル「みんなで話そう！」企画

この企画は、テーマに関心のある親子が広場の中や研修室に集まり、スタッフの進行
で日頃思っていることや気持ちを互いに話し、聞き合う親同士の交流の場です。
お互いの思いを知る事で自分だけが悩んでいるのではないと感じたり、親同士の支え
合いが生まれたら・・・と願っています。
『子育てと仕事・・・ゆれる私の気持ち＊女性のワークライフバランス＊』というテー
マで話しました。

今は 子どもと居たい

直ぐに 働きたい
ブランクは辛い

今は
仕事をセーブ

両立できるか不安

私の気持ち

子育ても仕事も
諦めたくない

ず～っと子どもと居たい

将来を担う子どもを育む大切な営みに、日々悩みながら前向きに向き合うママ達。
「今の時間は子育てに専念する」、「暮らしを支えるために仕事をする」、「子育ても
仕事もやりたい」、「子育てしながらスキルアップの勉強をしたい」等、子育て中の女
性にもいろいろな選択肢があります。
「専業主婦として自分を育てた母が、50歳で仕事に復帰し現在もフルタイムで働いて
いる。今願いが叶わなくても、人生の中で時は与えられるのではないか・・・お手本が身
近にある。少し長いスパンで子育てと仕事のバランスを考えたい」と話されたことが印
象に残っています。
『子育てしながら、私らしく生きる』・・・そんな多様な生き方をラフルは応援したい
と思っています。

いっしょにつくろう

親子で楽しもう！節分

材料

空き箱（何でもOK）
牛乳パック
折り紙（赤、白、黒、金色）
新聞、紙、ハサミ、のり

作り方

- ①洗った牛乳パックを乾かして、切って
開きます。
- ②折り紙で鬼の顔のパーツを切って作
ります。
- ③②のパーツを牛乳パックに貼り、余分
な部分を切り落とします。
- ④写真のように、箱の端に立てるように
貼ります。
- ⑤小さく丸めた新聞紙を何個も作りま
す。



2歳の息子は「当たっ
た！」と楽しんで投げて遊
んでいます♪



ちょっと知っておきたいこんなこと ～お正月～

お正月には「七草がゆ」「どんど焼き」など新年の初めならではの行事やしきた
りがあります。その中のいくつかを紹介します。

七草がゆ

現在は1月7日の朝に食べられています。七草がゆを食べると「その年の万病をさけて元気に過
ごせる」という意味があるそうです。平安時代中期に中国から伝わり、当時はとろみのある汁物
だったようです。七草にはそれぞれ意味があるそうです。

芹（セリ）＝競り勝つ
薺（ナズナ）＝汚れを取り除く
御形（ゴギョウ）＝仏体
繁縷（ハコベラ）＝繁栄する
仏の座（ホトケノザ）＝仏の安座
松（スズナ）＝神をよぶ鈴
蘿蔔（スズシロ）＝汚れがなく潔白



お正月にご馳走を食
べて疲れた胃を休ませる
ような目的もあったよ
うです。

どんど焼き

小正月（1月15日）の行事でお正月に飾った門松やしめ縄、書初めを持ち寄り、一か所に集
めて燃やすという全国に伝わる火祭りです。地域によって行われる日は異なります。
どんど焼きの火にあたり、焼いたお餅や団子を食べると、一年健康でいられるという無病
息災、五穀豊穡を祈る意味があります。
また、書初めの紙を燃やして、高く舞い上がると字が上手になるとも言われています。

祝い箸

お正月など、ハレの日には両端が細くなっている白木の箸を使います。これには一方を自分が使
い、もう一方に神様が宿るという意味が込められています。箸袋に名前を書くのは、神様に守っ
ていただけるようお願いを込めたものです。

鏡開き

お正月に飾った鏡餅を下げ、雑煮や汁粉、揚げ餅などにして食べる行事です。
「割る」や「砕く」とはいわず、「開く」という縁起のよい表現を使います。
また、刃物で切らず、金槌などでたたいて割ります。



お雑煮

もともとは大晦日に神様にお供えたものを、元旦に「神様と一緒にいただく」というもの。
お供え物は各地域の産物であったので、お雑煮の具は地方によりさまざまです。

えほん
の
じかん

もっともっとおおきなおなべ / フレーベル館

作：齋美千子 絵：どいかや

ねずみくんがシチューを作ったけど、味を調節しているうちに鍋から溢れそうに増え
てしまいました。そこで、大きなお鍋を借りに行くたび、シチューにはもっと具材が
増えていってしまいます。具材が増えるとまたお鍋は溢れそうになり、「もっとおお
きなおなべ」を……。その追いかけっこがとっても楽しく、軽快に読み進めること
ができますよ。

編集後記

「1歳になった娘。このところ、ものを箱に入れるのが好きなようです。携帯やテレビの
リモコンもいつの間にか仕舞われてしまい、お出かけのときなどは「携帯がない！」と、
朝のバタバタに拍車をかけられます。」(yomogi)

「新しい一年はじまりましたね。・・・今年こそは、写真の整理をしたい。言い続けてかれこ
れ・・・5年が経ってしまいました。でも、今年こそは！」(poco)