

ラフルール

ニュース

9月号

2016年 vol. 62

☆ラフルールを支える縁の下の力持ち・・・ボランティア、サポーターさんにインタビューしました！

ラフルールには、たくさんのボランティアさんやサポーターさんが登録していて、ラフルールやスタッフをサポートしてくれています。一部の方にインタビューしました。

(インタビュー内容・・・①始めるきっかけ②活動内容③活動頻度④やっているとどう思うこと)

サポーターAさん

- ①自分は大変な思いをして子育てしてきた。近所に子育て世代の知り合いがないので、ラフルールに関わることで、子育て世代を応援したいと思ったから。
- ②スタッフの手伝い、スタッフと一緒に掃除やおもちゃ消毒、お洗濯 ③週1回位
- ④スタッフさんと話ができて、家でじっとしているよりずっといい。元気な笑顔に会えるので楽しい。



サポーターBさん

- ①少しでもお手伝いできることはないかいろいろ探した。 ②スタッフの手伝い、スタッフと一緒に掃除やおもちゃの消毒、絵本やおもちゃの修理、お洗濯など ③月5～6回 ④少しでもお役にたっていることが嬉しい。

ボランティアCさん

- ①知り合いに紹介されて ②閉館後のおもちゃ消毒 ③月3回程度 ④親子が安心して集まることができる場所があることを、ボランティアをして初めて知った。地域にとって貴重な場所、大切な場所、いい場所だなと思う。

ボランティアDさん

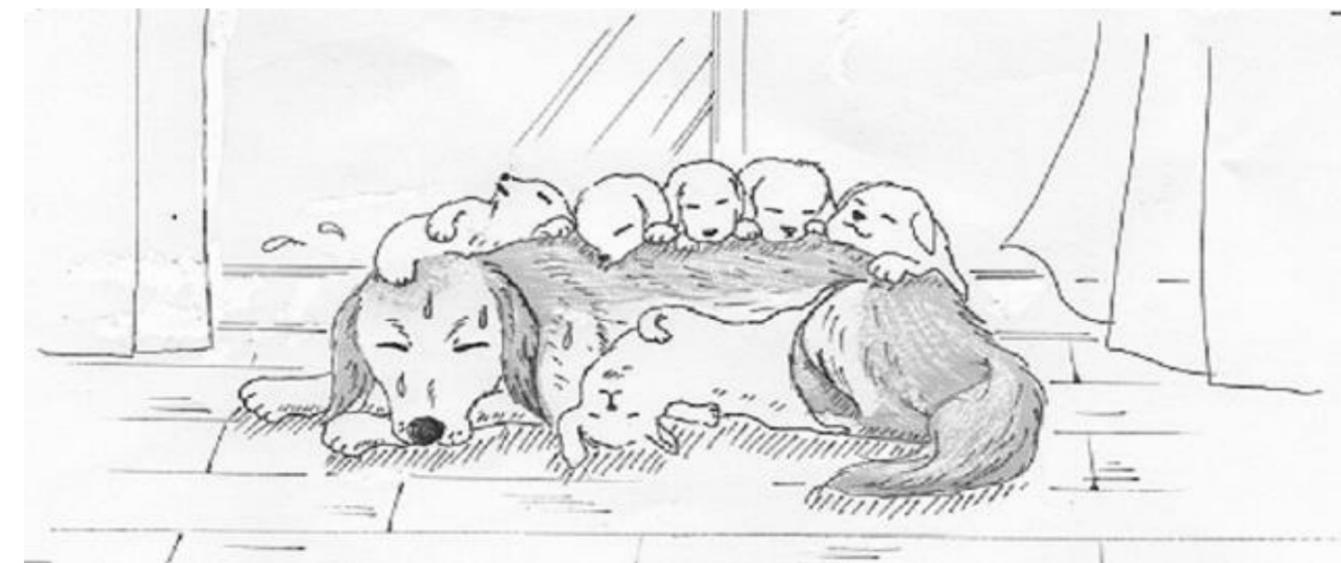
- ①老人ホームでボランティアしていた時、出張ラフルールをお手伝いし、そのご縁で始めることにした。
- ②スタッフと一緒に朝の掃除 ③月に2回 朝の15分程度 ④朝から一緒に掃除して、毎回清々しい気持ちです。

ラフルールニュース/ラフママ担当サポーターの皆さんにも、活動の感想を聞いてみました

- ・産後は子育てと家事だけの毎日。ニュース編集に参加させて頂き、子育て経験も生かして、やりがいを感じています！
- ・私自身子育て中なので、メンバーの方々との関わりが勉強にもリフレッシュにもなり楽しく参加させていただいています。
- ・子育て中はなんとなく孤独を感じていました。ボランティアを通して多くの方と出会い、社会とのつながり、人とのつながりを感じ充実しています。

☆ラフルールでは、通年 ボランティア・サポーターを募集しています。ご興味のある方はHPをご覧ください。

ラフルールのひろばから 『土曜日のひろば』 ラフママのほっとタイム 『いろいろお風呂レビュー』 ～あかちゃん初めてののお風呂・きょうだい児一緒のお風呂～



《 ラフルールを支えるボランティア・サポーター 》

ラフルールには、たくさんのボランティア・サポーターが登録しています。皆さん、青葉区に住む地域の方で、様々な形でラフルールを支え応援してくださっています。

ボランティア…学生ボランティア、シニアボランティア、演奏ボランティア、お掃除ボランティア など
サポーター…(障がい児)先輩ママサポーター、ラフママ担当サポーター、情報コーナーサポーター など
〈続きは裏面で〉

ラフルールは
7の♡を行っています!

ひろば

子育て相談

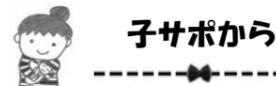
情報の収集と提供

ネットワーク

人材の育成

横浜子育てサポートシステム

利用者支援



子サポから

横浜子育てサポートシステムとは

地域の中でお子さんを有償で預けたり、預かったりするのための仕組みです。預けたい方(利用会員)と預かる方(提供会員)の出会いをコーディネートします。原則として、提供会員が利用会員の自宅でお子さんを預かります。会員になるには入会説明会に参加してか

深まるおつきあい

- ★提供会員に利用会員のお子さんから運動会の招待状が届くことができました。提供会員は、自分のお孫さんと同じ学校に通っている利用会員のお子さんも孫同様に応援します。
- ★サポートが終了した後でも、街なかでばったり会うと「まあ、大きくなったわねえ、元気にしている?」と、提供会員はお子さんに声を掛け、成長をよろこんでいます。

子育てサポートシステムでの出会いは、地域でお子さんを知っている大人が増える、地域でお子さんを見守る目が増える、ということです。子育てサポートシステム、利用してみませんか?

9月10日(土) 13:00~16:00

青葉台消防出張所複合施設で

「青葉台消防フェア2016」を開催します。

<内容>

- 消防 救助訓練展示、消防車両展示
子どもレンジャー体験
子ども救助服・子ども防火衣装着体験
消火器体験、煙体験ハウス
司令課員による119番教室
- 5F 毛布運搬タイムアタック
来場者用授乳室・乳幼児WC
- 6F 小児救命救急教室

*6F ラフルールのひろばは、通常開催しています。いつも通り受付をしてご利用下さい。
(ひろば対象:妊婦さんと0歳~未就学児と家族)

～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

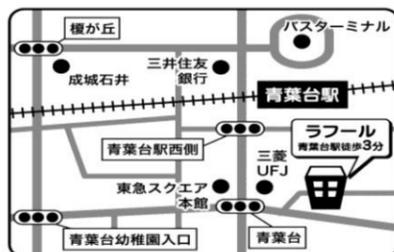
利用者支援専用 TEL: 045-479-5810 火~土曜日 10~16時

横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用 TEL: 045-482-5518 火~土曜日 9~17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



2016年9月 広場カレンダー

ラフルでは、火～土の10時～16時 毎日「ひろば」を開いています
 「ひろば」は、子育て家族が過ごすことのできる場所です
 いつでも相談できるスタッフがいます 子育て情報があります
 子育て支援の利用につながるまでサポートする「横浜子育てパートナー」がいます

【ラフル広場カレンダーアイコンの見方】



専門の相談員にも相談できる日



センター保育士さんもいる日



障がい児を持つ先輩ママもいる日

火	水	木	金	土
		1	2	3 ●パパの子育て教室 9:40～11:30 対象:青葉区在住のはじめて パパ・ママになる方 抽選
6 ●子どもの発育に関する相談もできる日 保健師・助産師 10:30～12:30	7 ●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	8	9 ●おしゃべり会 「子どもを預けることへの心配・ためらい・ママの気持ち」 11:00～20分程度 要予約	10
	地域活動ホーム すてっぷのパン販売 (お昼頃 20分程)			17 ●ふたご・みつこあつまれ～ 11:00～30分程度 要予約
13 	14 ママの気持ちの相談もできる日 臨床心理士 10:30～12:30	15 (中秋の名月)	16	子どもの発達に関する相談もできる日 臨床心理士 13:30～15:30
20 ●おしゃべり会 「おもちゃをとる・とられる」 14:00～20分程度 要予約	21 地域活動ホーム すてっぷのパン販売 (お昼頃 20分程)	22	23	24 ●地域の方へ OPEN DAY ～子育て拠点ってどんなトコ?～ 9:30～10:30
				●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
9/27(火)～10/1(土) 10:30から10分位 <予約不要>ママの簡単ストレッチ ひろばはいつも通り開催中				
	●ちょこっと 見学 DAY 10:00～12:00	ママの身体の 相談もできる日 助産師 13:30～15:30		

9月の広場 ピックアップ

◆ちょこっと見学ディ◆

対象者: 妊婦さん及び0歳児～未就学児とその家族
 時間: 10:00～12:00
 ラフルにいらしたことがない妊婦さんや親子向けの見学日です。登録の有無に関係なく、ちょこっとだけ見学できます。その場で登録もできます。地域の方や支援者の皆さんは、毎月最終土曜日に開催している OPEN DAY の方に、ご参加ください。

◆ラフル OpenDay～子育て支援拠点ってどんなトコ?◆

対象者以外の、地域の方や支援者の皆さんに向けた施設見学日。毎月最終土曜日 9:30～10:30 施設をご覧になれます。

◆おしゃべり会◆

同じように奮闘している方・同じような悩みを持っている方どうして、思いっきりおしゃべりする企画です。講座ではありません。今月のテーマは2つ。
 ①『子どもを預けることへの心配・ためらい・ママの気持ち』9/9(金) 11:00～20分程度<先着7名・予約制>自分の都合で預けることにためらいがあって…そんなお母さんの声から企画しました。
 ②『おもちゃをとる・とられる』9/20(火) 14:00～20分程度<先着7名・予約制>他の子の遊んでいるおもちゃをとってしまう、貸さない、とられてばかり…モヤモヤする気持ち、話しませんか。

◆ふたご・みつこ あつまれ◆

多胎児育児の子育て当事者どうしの交流や情報交換の場として、毎月第3土曜日『ふたご・みつこ あつまれ』を開催しています。30分程度ですが、同じ立場の方どうして、おしゃべりがはずみます。今月は、9/17(土) 11:00～11:30。<要予約>ひろばの受付を済ませてからご参加ください。1:30終了予定ですので、時間に間に合うようにお越しください。

◆地域活動ホームすてっぷのパン販売◆

障がいをもった方々の作業所『あおば地域活動ホームすてっぷ』が、毎月ラフルのひろばでパンを販売しています。パンを作り消費者に販売する一連の行程を、地域活動ホームのスタッフに援助されながら丁寧に行っています。ラフルでは、子育てをしている皆さんに、地域の活動や障がいへの理解を深めていただく機会として、パンの販売の他に障がい児者の保護者や地域の方によるグループ『ジョブコーチプラス 1』に定期清掃も依頼しています。

「土曜日のひろば」

ラフルは、土曜日もひろばを開催しています。

平日と比べると、お父さんや少し大きいお子さんの姿もあり、ダイナミックな遊びを披露してくれます。ちょっと難しい工作に取り組んだり、よその小さいお子さんに優しく相手してくれたり、土曜日のひろば作りにひと役買ってくれています。そんなお兄ちゃんお姉ちゃんの姿を興味津々の眼差しで見つめる小さいお子さんがいます。「うちの子も大きくなったら出来るようになるのかしら」と近い将来に想像を膨らませている親御さんの姿もみられます。お父さんがお子さんを連れて利用される場合もあれば、平日同様お子さんとお母さんで利用される方もいます。普段はお仕事をされているご両親に連れられて、ご家族で利用する姿もみられます。

ラフルでは、火～土曜日まで0歳(妊婦さんも)～未就学児とご家族の皆さんが過ごすことのできる場を提供しています。「ひろば」は、いろいろな年齢のお子さんやお母さん・お父さん・祖父母など子育て家族の皆さんと一緒に過ごすことのできる場所です。様々な人との出会いや関わり合いを通して、子育て時期を有意義に過ごしてほしいと思っています。土曜日のひろばにも、一度いらしてみませんか。



誰かに相談してみませんか?

気になることや迷うことがある時、皆さんは、どのような方法で解消したり解決したりしていますか? ネットで…という方もいらっしゃると思いますが、情報が有り過ぎてかえって不安になることも。「誰かと話す」「誰かに聞いてもらう」ことで気持ちが楽になり、自分で決断する後押しになったという経験はありませんか?

ラフルのひろばでは、スタッフに声をかけて子育ての気になること・聞きたいことをいつでも話せます。声をかけにくい時は、登録時にお渡ししている桜色の『ちょっと聞きたい話したいことがあります』用紙や洗面台に置かれている相談プレートをスタッフに渡してください。スタッフの方から声をおかけします。また、今年の1月から『横浜子育てパートナー』と呼ばれる利用者支援専任スタッフも配置され、電話相談や個別相談を受けています。家庭や介護、地域のこと、サービスや制度など、子育て中の皆さんの話をいつでも聞き一緒に考えていきたいと思っています。

*相談は、お子さんを遊ばせながらひろばで、他に相談室や電話での相談もできます。お子さんから離れて相談したいときはご希望に添えるようにします。
 *『専門の相談員に相談できる日』もあります。受付に声をかけてください。
 *他に「ひろばで出会ったママと話す」「おしゃべり会で同じ悩みを持ったママ達と話す」「お悩み解決ボードを利用する」など、ヒントを見つける機会が沢山あります。



このコーナーはラフルを利用している「ラママ」編集メンバーが中心となってつくっています。今月は「ラママトーク」です!



いろいろお風呂デビュー

初めて& きょうだい児

兄弟の年が近いので、上の子がお風呂に入っているタイミングで下の子をお風呂に入れていました。風間や夕方など時間はバラバラになりますが、一人ずつゆっくり入れてあげられました。

とにかく激しく動く子だったので、ある程度話が理解できるまで自分はゆっくり入った記憶がありません。(笑) お友達も、「焦ってどこを洗っているかわからないくらい。」と聞いてからはこんなものか・・・と聞いていました。

8月生まれだった息子は、10月の終わり頃までずっと沐浴。ラフルのスタッフの方から「寒くなる前にお風呂に慣らした方が、何かとラクよ」とのアドバイスで、一念発起して一緒にお風呂に。

赤ちゃんのお風呂専用のマット! 便利でした。そこに寝かせておいて、その間にマットで自分の体を洗ってました。

上の子、わたし、下の子の順でした。その間・・・下の子は脱衣場でバスタオルに包まれてました。静かな子だったので助かった!

上の子がまだ立てなかったとき、おっぱい吸わせながら自分の髪・体を洗っていました。滑稽だったと思うけど、そんなこと言ってもらえない～と感じてました。

1日のおわりの大イベントに感じます…。入る前に準備するけど先に上げた上の子がめっちゃめっちゃにした時は、首すわってない二人目を抱えて裸でオロオロします。

ママ用のバスローブ、重宝しますよ。あがったらサッと羽織って、赤ちゃんのお世話に集中できます。

まずはカーテン! そして、みんなで裸! 日々、お風呂は戦い!(笑)

えほんの
じかん

おこだでませんように
—小学館—

くすのき しげのり・作



いつも自分の思いとは裏腹に怒られてしまう、そんな子どもの気持ちがちょっと切ない、そして気持ちが温まる本です。この本を読むといつも泣いてきます。私も気づいたら怒ってばかりだった。と。忙しい中つい怒ってしまっ、寝顔を見るたび怒ってばかりでごめんねと反省する、そんなお母さんにおすすめの絵本です。ママも子どもたちもいつも笑顔でいられますように。