

## 「さまざまな子育て家族の拠り所」

＜表紙からのつづき＞

ラフルにはママだけでなく、パパや祖父母の利用も増えていて『パパ講座』『孫まご講座』も企画しています。そこでは、「日頃、聞きたいと思っても直接聞けない話を、同じ立場の方から聞くことができ、とても参考になった」という感想があります。

また、文化の違う国の子育て、双子の子育てなど、さまざまな立場の子育てを間近に見ることのできる場でもあり、いろいろな考え方や感じ方があることを知り、世界が広がり「肩の力が抜けて楽になった」という話も聞きます。

第一子出産前の家族に向けての『プレパパプレママ見学説明会』『パパの子育て教室』も行っています。お子さんが生まれる前にラフルを見ていただき、産後すぐには出かけられなくても「電話で聞いてみよう」「情報をもらおう」と思っていたら幸いです。

\*子育ての方法も考え方もさまざま、ラフルはそれぞれの子育てを認め合い助け合える場でありたいと思います。ご自分の子育て・お子さんそれぞれの育ちを、一緒に探していきましょう。



孫まご講座



パパ講座



## 子サポから

横浜子育てサポートシステムって なに？

地域の中でお子さんを有償で預けたり、預かったりする仕組みです。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。会員には入会説明会に参加してからの登録になります。

10月号の区報、子サポの紹介記事ご覧になりましたか。広場では、こんなポスターを掲示しています。「そうそう」と思ったら、次は入会説明会のご予約を。



横浜子育てサポートシステムについて詳しくはスタッフまたは045-482-5518

- 10月の説明会日程…開催時間は全て10:30~11:30
- ①10/11(火) ラフル研修室
  - ②10/14(金) 恩田地域ケアプラザ
  - ③10/20(金) 青葉区福祉保健活動拠点「ふれあい青葉」
  - ④10/22(土) ラフル研修室
  - ⑤10/27(木) たまプラザ地域ケアプラザ

## ～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

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

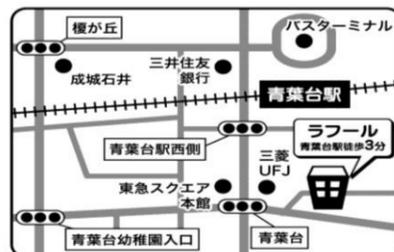
横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用 TEL : 045-482-5518

火～土曜日 9～17時

●ホームページ <http://lafull.net>

●休日/日曜・月曜・祝日・年末年始

●駐車場はありません



## 区民向け 子育て支援講演会 2016

### 「絵本の魅力・絵本の力 ～青葉区みんなで子育て～」

平成28年10月31日(月)

時間：10:15～12:00(10時より受付開始)

会場：青葉区地域子育て支援拠点ラフル 研修室

読み聞かせてくれる大人がいて、子ども自身の「見たい」気持ちを尊重してくれる環境さえあれば、子ども達はいつの時代でも絵本や物語が大好きだと齋藤氏は言います。「今の子どもを取り囲む大人達に何ができるのか」その手立ての一つとして、絵本を通して考えてみませんか。

講師：齋藤惇夫氏

1940年新潟県新潟市生まれ。福音館書店編集部に勤務、のち同社編集部編集長を務め、長年にわたり児童書籍の編集に携わる。一方で、自身も児童文学作家として活躍。代表作：『冒険者たち ガンバ15ひきの仲間』『哲夫の春』

対象定員：青葉区内で子育て支援の活動に関わる方  
妊婦さん及び子育て家族の方など  
区民の方ならどなたでも 先着50名程度

参加費：無料

保育：1歳以上未就学児先着5名 保育料500円  
10/18×切

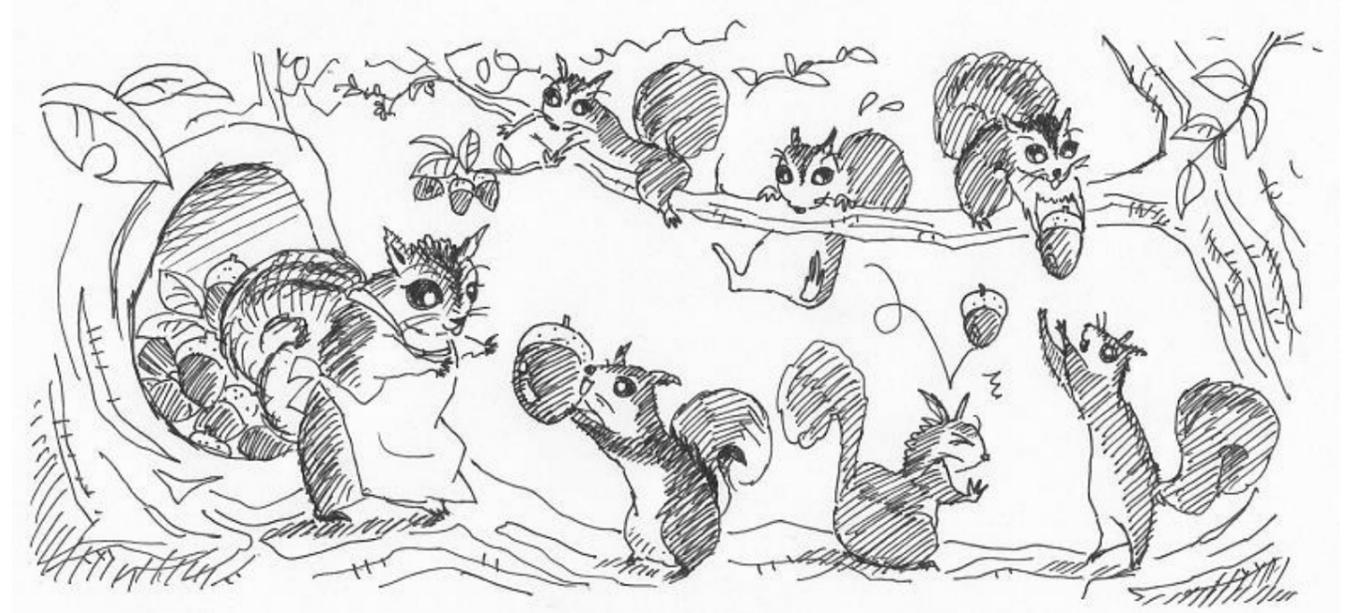
申込方法：ラフルに直接申し込み 10/25×切



10月号

2016年 vol.63

ラフルのひろばから 「季節を感じるひろば」  
ラママのほっとタイム  
「先輩ママ達のクスッと笑える離乳食エピソード」



## ＜ さまざまな子育て家族の拠り所 ＞

ラフルは、国籍や障がい、世代、性別を超えて様々な方が訪れやすい場となるように努めています。そして、それぞれの子どもたちの育ちやさまざまな子育てを大切にしている所です。

＜ 裏面へつづく ＞

ラフルは  
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

# 2016年10月 ひろばカレンダー

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
		<div style="border: 1px dashed blue; padding: 5px; text-align: center;">           10月のひろばは「スポーツの秋」特集         </div>		
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; text-align: center;">             ♥「スポーツの秋」特集① ママのストレッチ 9/27(火)～10/1(土) 10:30から10分程度           </div>				
4  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	5 ●公園へGO! 10:30～1時間程度  14:00～15:45 地域活動ホームすてっぷのパン販売(お昼頃20分程度)	6 ●おしゃべり会 『離乳食、始めてみたけれど…?!』 要予約 14:00～20分程度	7 	8 15 ●ふたご・みつこ あつまれ～ 11:00～30分程度 要予約
11 ●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	12 ママの気持ちの相談もできる日  臨床心理士 10:30～12:30	13 	14 ●おしゃべり会 『離乳食、あれこれ困っている』要予約 14:00～20分程度	●プレパパプレママ見学会 13:00～14:00 ●公園へGO! 10:30～1時間程度
18 	19  地域活動ホームすてっぷのパン販売(お昼頃20分程度)	20 	21 ●おしゃべり会 『離乳食、そろそろ3回に!!』要予約 14:00～20分程度	22 ●OPEN DAY 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
<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; text-align: center;">             ♥「スポーツの秋」特集② テラスでラジオ体操 10/18(火)～10/22(土) 10:30から5分程度           </div>				
25 ●公園へGO! 10:30～1時間程度	26  ママの身体の相談もできる日 助産師 13:30～15:30	27 ●ちよこっと見学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	28  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	29 11:00～11:30 ♥「スポーツの秋」特集③ ラフルンピック2016秋

## 10月のひろば ピックアップ

10月のひろばは「スポーツの秋」特集♥  
親子で身体を思いきり動かして過ごしましょう!

◆ラフルンピック2016秋◆  
10月29日(土) 11:00～11:30  
親子で運動会ごっこしませんか。青空の下 お子さんと一緒に身体を動かしません。参加はラフルの受付を済ませた後に。予約は不要。

◆5のつく日は 公園へGO!◆  
ラフルから近くの公園まで、一緒にお散歩しませんか。ベビーカーでもOKです。公園で思いっきり遊んでも、親子でのんびり過ごしてもいいですね。今月は10月5日(水)、15日(土)、25日(火) いずれも10:30より1時間程度

◆ちよこっと見学DAY◆  
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の無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、ちよ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 OPEN DAY  
～子育て支援拠点ってどんなところ?～  
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とうして、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。今月のテーマは次の通り。全て先着7名・要予約  
①『離乳食、始めてみたけれど…?!』  
10/6(木) 14:00～20分程度  
②『離乳食、あれこれ困っている』  
10/14(金) 14:00～20分程度  
③『離乳食、そろそろ3回に!!』  
10/21(金) 14:00～20分程度

◆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です。30分程度ですが、同じ立場の方とうして、おしゃべりがはさみます。今月は、10/15(土) 11:00～11:30。<要予約>ひろばの受付を済ませたからご参加ください。11:30終了予定ですので、時間に間に合うようお越しください。

## 「季節を感じるひろば」



秋です! 秋といえば「食欲の秋」「芸術の秋」「行楽の秋」といろいろ思い浮かびますが、ラフル10月のひろばは「スポーツの秋」。スポーツをするにはいい季節、親子で体を動かしましょう。ママのストレッチやラジオ体操はほんの短い時間ですがリフレッシュできます。親子で楽しむ「ラフルンピック2016秋」はミニミニ運動会ごっこ。親子で運動会気分を味わいましょう。詳しい日時などはニュースのカレンダーや広場のポスターなどで確認して下さい。

他に、ひろばでは季節を感じられる企画や製作・壁面飾りをしています。お月見や豆まき、ひな祭り、端午の節句などの季節行事、夏はプール遊び、冬はお正月の雰囲気の中コマ回しや羽子板あそび。テラスでは春にアサガオの種をまき、プランターで季節ごとのお花も楽しめます。

子育て中で毎日がバタバタと過ぎていく方もラフルでちょっと季節を感じてみませんか。子どもと一緒に楽しみながら、ほっとするひと時になればと思います。

ちなみに「スポーツの秋」の次のテーマは「読書の秋」です。



## 広場ゲスト

地域には、ラフル以外にも沢山の子ども子育て支援会場があります。子育て支援に関わっている方も、横浜市の委託事業や地区ごとの主任児童委員さん、自主活動している団体やボランティアさんもいます。そこで、ラフルの広場では、子育て支援に携わる方々をお招きし、様々な子育て支援をご紹介します。10月は「子どもを預ける事業」「子育てサークル」の紹介です。



- 6日(木) 横浜子育てサポートシステム事業
- 13日(木) 横浜市乳幼児一時預かり事業  
子どもミニディサービスまーぶる
- 18日(火) 子育てサークル：ぐりとぐら
- 19日(水) 子育てサークル：たんぽぽクラブ
- 20日(木) 子育てサークル：ぴよぴよ倶楽部
- 21日(金) 子育てサークル：すくすくクラブ
- 28日(金) 子育てサークル：すいすいクラブ



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!



## ラママの 子育て何でもトーク

先輩ママたちの  
クソッと笑える  
離乳食

1歳になっても、なかなか野菜を食べてくれなかったため、何とか野菜を食べさせたくて幼児用おせんべいに野菜ペーストを塗ってあげていました。

離乳食もマンネリ化してきた1才頃、バリエーションを広げたくて、子どもが好きな市販品の離乳食の味をマネして作って見たこともありましたが!

離乳食レシピを見たり、ママ友にオススメ離乳食を聞いて試したりしたけど。あまりハードルを上げないことが一番。食べてくれたらラッキー♪くらいの軽い気持ちの方が、ママも気楽ですよ。

最初は頑張って作っていたけど、食べないしだんだんおざなりに…。二人目の今は手抜きする気満々です!

7か月からスタートの下の子は、白米を何粒かあげたら食べられたので、お粥なしでスタートしちゃいました。その前からも、薄めたお味噌汁はあげていましたよ。

10か月ごろ納豆、栄養あるしと思って食べさせたら、自分で食べたい! 時期で…。食後は泣きたかったです。

うちの次男は離乳食を作っても全く見向きもせず、おっぱい一筋でした。つつい長男の食べっぷりと比べてしまい、いつも心配になっていましたが、今はうちで一番食べてむしろぼっちゃん。(笑)

おっぱい大好きだった息子。離乳食よりおっぱい! 当時は食べてくれないことをホントーに悩みましたが、4歳の今ではご飯もおかわりするほどです!

8か月から始めた離乳食。お粥が嫌いだったようで離乳食が全然進まず一旦様子を見ることに。2か月後柔らかめのご飯から再開したら、うそのようにパクパクと…。無理強いせず、子どものペースの合わせてよかったです。

食べこぼしもストレスでした。新聞敷いたりエプロン買ったりしましたが、結局「しゃあないなー」に。今では汚れに鈍感になり、見かねた旦那が掃除機かけています。

私も読んでいました。懐かしい……。2歳娘に読むと、転びながらもお店に向かうみーちゃんが印象的なのが「スカートとれちゃったねー足と手ていたいねー」とちょっと心配そう。よくリクエストされる本です。



はじめてのおつかい  
—福音館書店—  
筒井頼子・作  
林明子・絵



私も読んでいました。懐かしい……。2歳娘に読むと、転びながらもお店に向かうみーちゃんが印象的なのが「スカートとれちゃったねー足と手ていたいねー」とちょっと心配そう。よくリクエストされる本です。