

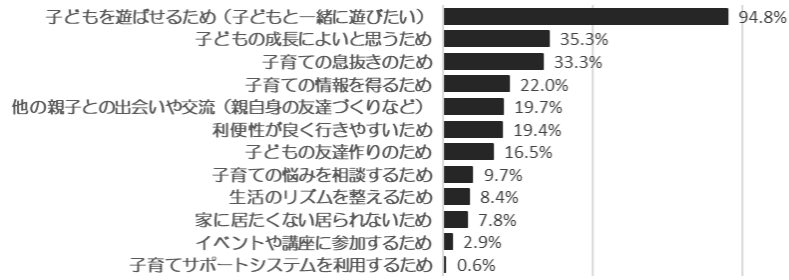
利用者アンケートにご協力ありがとうございます 2018.12 実施 回答数 309

皆さんにとって「ラフルってこんなところ」

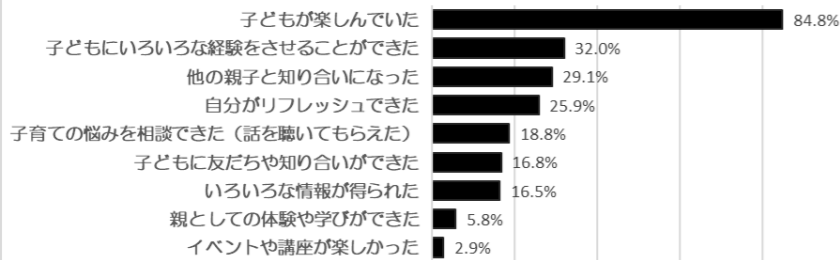
★ラフルのひろばを利用し始めたのはいつ頃からですか？

①0～5か月, 38.5%	②6～11か月, 39.5%	③1歳, 13.6%	④2歳, 4.9%	⑤4歳以上, 1.0%	無回答, 2.6%
------------------	-------------------	---------------	-----------	-------------	-----------

★広場を利用する理由は何ですか（3つまで）（複数回答）



★ラフルを利用してよかったことは何ですか？（複数回答）



★ラフルを利用して、子育てやあなた自身に変化はありましたか

異年齢の子どもの様子を見たり交流することで、自分の子どもの成長の見直しを持てるようになった	そう思う, 55.3%	ややそう思う, 36.2%	そうは思わない, 2.6%	無回答, 5.8%
ひろばスタッフや出会った保護者との交流を通して、子育ての悩みや孤立感が減った	そう思う, 43.0%	ややそう思う, 43.7%	5.8%	6.8%
住んでいる地域を以前より身近に感じたり、地域の人と知り合える機会が増えた	そう思う, 46.6%	ややそう思う, 36.2%	12.0%	5.2%
他の親子が困っている時に手伝ったり声をかけたり、自分が困った時に周りの人に手を貸してほしいと言えるようになった	そう思う, 35.0%	ややそう思う, 47.2%	11.7%	6.1%

最初が肝心！
「スマホのあるいまどきの子育て」～スマホを悪者にしない～

3月4日(月) 支援者向け研修会「スマホのあるいまどきの子育て」を開催しました。講師は相模女子大学の七海 陽先生。

親がこれだけ利用しているのですから、子どももスマホに興味を持つのは当たり前。子どもたちは大きくなったらどんどん情報通信機器を活用していきます。だからこそ、最初が肝心！「皆さんに伝えなければ」という思いを強くしました。研修の中で紹介された内閣府作成のリーフレット「スマホ時代の子育て」
https://www8.cao.go.jp/youth/kankyuu/internet_use/h30/leaf/pdf/leaf-print.pdf

には、保護者が何に気をつければよいのかをはじめ、スマホの安全設定について、家庭でのルール作りのヒント、困った時の相談窓口などが載っています。

また、WEBでみることもできる「乳幼児とスマホ保護者のためのセルフチェック」も有効です。

未就学児の情報機器利用
保護者向けセルフチェックリスト
(3歳から6歳)

制作:子どもたちのインターネット
利用について考える研究会
<https://www.child-safenet.jp/selfcheck/>

これらを活用して各家庭のルール作りからはじめてほしいとお話がありました。



スマホ利用を抑制することに留意する一方、子どもと一緒にメディアを楽しむことを通して、理解と活用する力をはぐくむことも必要とされます。未来を生きる子どもたちのために、個々の親子・家庭に合ったメディア習慣づくりができるといいですね。

～ラフル新年度を迎えて～



ラフルは、0歳児から未就学児とその家族、妊婦さんとその家族、子育て支援に関わる方々のための施設です。今年開設9年目を迎えました。

ラフルのひろばでは、様々な年齢や国の子ども達とそのママ、パパ、祖父母の方々が、思い思いのスタイルで過ごしています。

初めての子育てに戸惑っている方、二人目、三人目の子育てに奮闘している方、育休中の方……。ラフルには様々な子育て状況の家族が訪れます。



【ラフル テラスから 借景】

また、これから出産を迎える妊婦さんも大歓迎です。プレママ、プレパパに向けたプログラムもあります。

ラフルで赤ちゃんとお過ごす親子の様子を見て、交流することで、赤ちゃんのいる暮らし、子どものいる暮らしを、よりイメージしてもらえそうです。

「子どもとどこへでかけよう…」 「誰かと話したい、相談したい、頼りたい…」 そんな時ラフルを思い出して下さい。

これからも、誰にとっても居心地の良いひろばでありたいと思います。ちょうど1年前、市ヶ尾にラフルサテライトがオープンし、より多くの方々に利用していただけるようになりました。

更に広くラフルを知っていただくために、今年も出向いていく「ラフルひろば mini」を開催します。そこで親子と地域の方たちと交流ができるきっかけとなれば、と考えています。

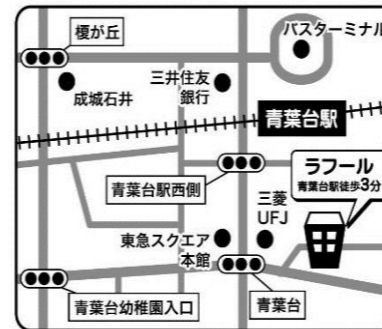
地域の子育てに関わる支援者の方達とさらに連携を深め「安心して子どもを産み育てることのできる青葉区」に向け取り組んでいきます。

「大変なこともあるけど、子育ては楽しい！」 そう感じてもらえるよう応援していきます。

～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
子育てパートナー専用 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

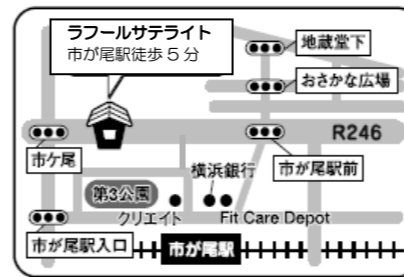
- ホームページ <http://lafull.net>
- 駐車場はありません
- 休日/日曜・月曜・祝日・年末年始



～ラフルサテライトへのアクセス～

〒225-0024 青葉区市ヶ尾町 1152-25 1階
(東急田園都市線「市ヶ尾駅」徒歩5分)
TEL: 045-979-1360 FAX: 045-979-1361
子育てパートナー専用
TEL: 045-507-5570

- ホームページ <http://lafull.net>
- 駐車場、駐輪場はありません
- 休日/日曜・月曜・祝日・年末年始



発行日: 2019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 島 美奈子

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々のための通信

ラフル ニュース

今月のメッセージ「ラフル新年度を迎えて」
皆さんにとって「ラフルってこんなところ」
ラフママのほっとタイム
「改元も間近！新たな気持ちで迎える4月♪」



ラフル7つの役割 こんなことをしています

- ひろば 0歳～未就学児・妊婦さんとその家族が過ごし、さまざまな人と交流できる場所です
 - ネットワークづくり 地域で子育てを支えあう人と人のつながりをつくります
 - 子育て相談 ひろばでスタッフや専門相談員と相談、また、電話や相談室でも話せます
 - 人材の育成 子育てに関わる研修会や講座の開催。子育てサークル活動の支援をします
 - 子育て情報 青葉区内の子育て情報を収集、提供します
 - 横浜子育てサポートシステム 地域での子どもの預かり合いをコーディネートします
 - ひろば ネットワークづくり
 - 子育て相談
 - 子育て情報
 - 横浜子育てサポートシステム
- 子育て期のなんでも相談窓口、必要な情報を提供して支援につながるまでサポートします

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クス・コレクティブ パレットが区と協働で運営しています。



このコーナーは、ラフルを利用している「ラフママ」編集メンバーが中心となってつくっています。現在、メンバーは6人。子連れでワイワイしながら、このコーナーをつくっています♡



2019年4月 カレンダー



カレンダーの予定に関係なく火曜日～土曜日の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 いつでも相談できます 子育て情報があります
支援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

☎️ 専門相談員もいる日 📍 プレママ・プレパパ向け企画

	ラフル (青葉台)	子育てサポートシステム	ラフルサテライト(市ケ尾)
1(月) 休館日			
2	火		
3	水		📍 プレママちょこっと見学デイ 11:30~13:00 出入り自由 予約不要
4	木		
5	金	公園へGO! 10:30~11:30 つつじが丘第2公園 おしゃべり会「保育園が始まった」要予約 11:30~	公園へGO! 10:30~11:30 市ケ尾第3公園
6	土	パパの子育て教室(抽選) 青葉区在住の初めてのパパママになる方	
7(日)・8(月) 休館日			
9	火		☎️ 発育の相談もできる日(保健師もいる日) 10:30~12:30 おしゃべり会「青葉区初心者マークの人あつまれ」11:00~ 要予約
10	水		
11	木	ラフっこタイム 要予約 11:00~12:30	
12	金		
13	土		サタデーサテライト「みんなで作ってあそぼう」13:30~14:30
14(日)・15(月) 休館日			
16	火	📍 おなかの赤ちゃんに絵本を 要予約 14:00~15:00	☎️ ママの気持ちも相談できる日(臨床心理士もいる日) 10:30~12:30
17	水		
18	木	多文化サロン 要予約 11:00~11:30	
19	金	おしゃべり会「青葉区初心者マークの人あつまれ」要予約 11:00~	おしゃべり会「0~6か月の赤ちゃんあつまれ」14:00~ 要予約
20	土		ふたご・みつごあつまれ 11:00~11:30 要予約
21(日)・22(月) 休館日			
23	火	おしゃべり会「幼稚園が始まった」要予約 11:00~	
24	水	ちょこっと見学デイ 10:00~12:00	
25	木	公園へGO! 10:30~11:30 つつじが丘第2公園 ☎️ ママの身体の相談もできる日(助産師もいる日) 13:30~15:30	公園へGO! 10:30~11:30 市ケ尾第3公園
26	金		
27	土	地域の方へのラフル見学デイ 10:00~12:00 予約不要 📍 プレパパ・プレママラフル見学説明会 要予約 14:00~15:00 ☎️ 発達相談もできる日(発達相談員もいる日) 13:30~15:30	☎️ 発達相談もできる日(発達相談員もいる日) 10:30~12:00
28(日)・29(月)・30(火) 国民の休日・5/1(水) 即位の日・2(木) 国民の休日・3(金) 憲法記念日・4(土) みどりの日・5(日)・6(月) 休館日 (長いお休みになります)			

このスケジュール以外でも3人集まれば入会説明会致します。出張もします。ご相談ください

改元も間近！新たな気持ちで迎える4月♪

4月は変化の季節。自分や家族のことを振り返って・・・どんな変化があったのか、これからやってみたいことなどを、ラフママに聞いてみました♪

- まだ0才児だった頃。新年度といっても、自分にはあまり関係ないなあ〜とニュースを見ながら思ったことも。でも去年はお腹にいた赤ちゃんと、一緒に桜を見ているだけで、自分にとってすごく大きな変化！
- 赤ちゃんの頃は人・場所見知り…2歳の今、人が大好きで母もびっくりするパワフルな女の子に！笑
- 息子が歩くようになったら、手を繋いでお弁当を片手に公園へ出かけたい♪休日はインドアなパパも連れ出す計画で☆

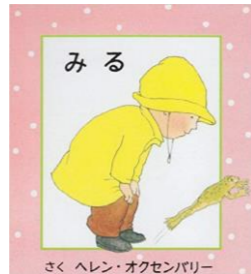


- 春から娘とプレ幼稚園へ通い始めます！楽しく通えるといいな♪
- 年中になるので、そろそろ習い事デビュー！母もダラダラと家事するばかりなので何か始めてみようかな。
- 幼稚園に入ってからはほとんど行かなくなった公園。自転車の練習がてら、また通いたいな。
- 4月から小学生！これからどんどんママから離れて成長していくのだろうな。自分の時間も出来るし、楽しみをたくさん見つけていきたいです。
- 3人目が生まれ楽しさが増えたのと同時に大変なことも。思い切って人に頼ってみる勇氣も必要だな〜！

- 産後、離れてしまった新聞や読書。また少しずつ習慣付けしていけたらな〜。
- 時間があってもなくても、毎日三食作るのには自分には無理だと改めて知りました。夫のいる休日に作り置きハンズ。
- 鍛えていなくても、上腕二頭筋が産後一年で、だいぶ立派になりました。
- 育児教室で教わったのを機に始めたストレッチ。大して難しいことはなくてもカラダは心地いと感じます。ハイハイで部屋の中を探検する息子はそんな私の姿を見てニコニコ近づいてきます♡
- 家にどっと増えた子ども関連用品。理想の部屋作りに向けて、整理整頓と断捨離をしたい！



はじめてのえほんシリーズ
『みる』
ヘレン・オクセンバリー
出版社：童話館出版



1歳になった息子のお気に入りです。自分でも開いて指をさしたりして楽しんでいます。この本から、時々空を飛んでいる黒いものは飛行機だと学んだようです。大人の手のひらサイズの小さな本で、お出かけにもピッタリ。

青葉区福祉保健センターより お知らせ

ひとやすみ (予約制)

お子さんと離れて、子育てについて本音で話しませんか。ひとやすみでは、他の人(子育て中)の話の聞いたり、自分が感じたことを話したりします。話したくないときには他の人の話を聞くだけの参加でもかまいません。対象：青葉区内で子育て中の母親(お子さんの年齢が未就学まで)参加費：無料 お子さんは別室でお預かりしますので、事前にお申込みください。日時：4月9日(火) 10時~11時15分(保育受付9時45分)毎月1回、区役所で開催しています。問合せ：青葉区こども家庭支援課 TEL 978-2456 FAX 978-2422



今月のカレンダーから

ラフっこ ☺️ タイム (要予約)

4/11(木) 11:00~12:30
青葉台
(偶数月の第2木曜日に定期開催)

「かんしゃくを起こす」、「お友だちと上手く遊べない」「言葉がゆっくり」、「動くことが多く落ち着きがない」「切り替えが難しい」など、日々の子育ての中で心配や不安なこと、上手くいかないことを一人で悩まないで一緒に話してみませんか。
*1歳半以上のお子さんと保護者対象
*途中からの参加や入退室自由

おしゃべり会 (要予約)

いろいろなテーマで随時開催 (青葉台・市ケ尾)

子育て中は分からない事や困る事が次々あって悩みもつきることがありませんね。同じ悩みや気になることを感じている子育て中の方とおしゃべりしませんか。

4月は「保育園が始まった」・「幼稚園が始まった」
「青葉区初心者マークの人あつまれ」
「0~6か月の赤ちゃんあつまれ」を企画しました。

ふたご・みつごあつまれ (要予約)

4/20(土) 11:00~11:30 市ケ尾
(青葉台と交互に毎月開催)

0歳から未就学児までのふたご・みつごの子育て家族交流会。お子さんを交えて子育ての情報交換をしています。



多文化サロン (要予約)

4/18(木)
11:00~11:30
青葉台 (毎月開催)

- *いろいろな国(くに)の人(ひと)
- *海外(かいがい)で子育て(こそだて)経験(けいけん)のある人(ひと)
- *やさしい日本語(にほんご)で話(はな)します。
- *参加(さんか)は 無料(むりょう)です。
- *ラフル登録(とうろく)をしてください。

プレママ・プレパパ向け企画

プレママちょこっと見学デイ
4/3(水) 11:30~13:00 (予約不要)
市ケ尾 (毎月第1水曜日開催)

区役所からの帰りに寄ってみませんか？ラフルには、子育て真っ最中の親子がたくさん来ています。少し先の自身の姿を想像してください。

おなかの赤ちゃんに絵本を (要予約)
4/16(火) 14:00~15:00
青葉台 (毎月第3火曜日開催)

おなかの赤ちゃんに絵本を見ながら、仲間と一緒にリラックスしませんか。

プレパパ・プレママへのラフル見学説明会
4/27(土) 14:00~15:00 (要予約)
青葉台 (原則として「パパの子育て教室」のある月の第4土曜日開催)

ラフル開催の「パパの子育て教室」とほぼ同じ内容です。

毎月5のつく日は 公園へGO! 10時30分 出発 1時間程度

親子だけで行っても、誰もいなくてさみしい… まだ歩かないのに、公園で何をしたらいいのやら… そんな、お母さん方の声から生まれた企画です。
青葉台：つつじヶ丘第2公園 市ケ尾：市ケ尾第3公園 (現地からでも参加できます)