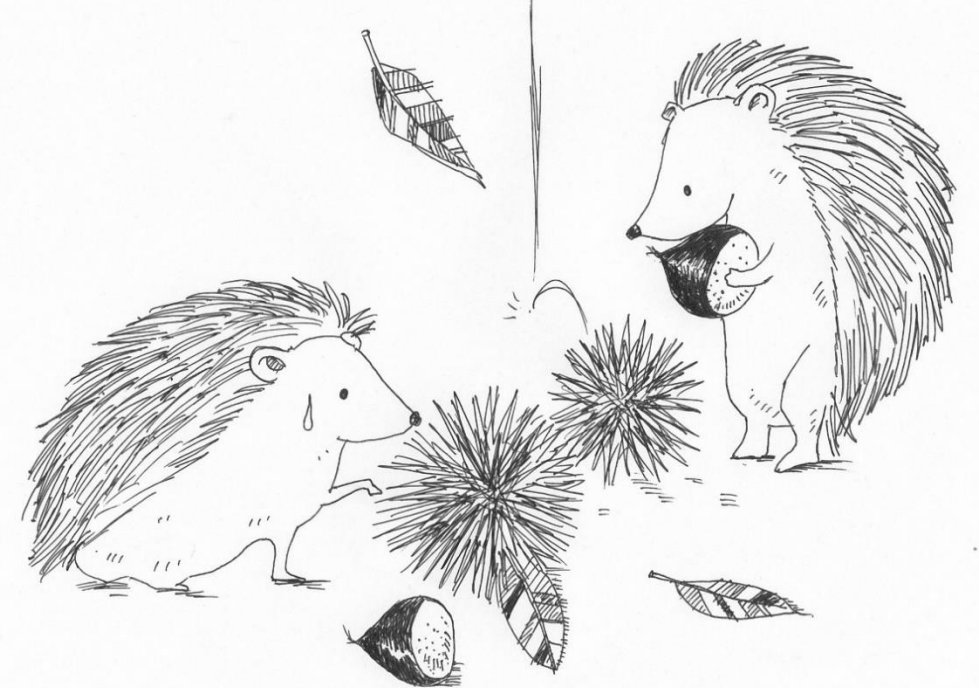


0歳から未就学児&妊婦さんとその家族/子育て支援に関わる方のための通信

ラフルール

ニュース

今の特集
『子どもを少しの時間預けたい』と思う時
「横浜子育てパートナーは、子育て家族の相談窓口です」
ラフママのほっとタイム
「家族で日々穏やかに過ごせる方法」



ラフルール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
- 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
- 子育て情報**
青葉区内の子育て情報を収集、提供します
- 横浜子育てパートナー**
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
- 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
- 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
- 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

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クーズ・コレクティブ パレットが区と協働で運営しています。



「子どもを少しの時間預けたい」と思う時

子どもと日々過ごす中で、「通院したい」「用事を済ませたい」「自分の時間がほしい」と思うこともありますね。子どもができるまでは容易にできたことも、子どものいる生活では難しい・・・ひろばで「頼れる人がいなくて…」という声を聞くことがあります。

青葉区には、お子さんを預けられるところがあります。預かる側も、養育者のお子さんへの思いを大切にしながら「預けてみて良かった」と感じてもらえるよう、お子さんを見守ります。自分の住んでいる地域にどんな預かりがあるか一度探してみませんか？ここでは、4つ紹介します。

横浜市乳幼児一時預かり事業

就労、リフレッシュ、緊急などの理由を問わず、困った時、必要な時に預かります。(事前に施設見学、登録が必要です。見学に行ったときお子さんたちが過ごしている様子が見られます。)

- 「パレット一時預かり保育室(なないろ) 青葉台駅 徒歩5分
- 「ピノキオ保育園 藤が丘駅 徒歩2分
- 「子どもミニデサービスまーぶる」 市が尾駅 徒歩5分
- 「一時預かりのおへやここ・はっぴい」 たまプラーザ駅・あざみ野駅 徒歩8分

認可保育所の一時保育

一時的に家庭での保育が困難となる場合や保護者の育児不安の解消、負担軽減のために子どもを預かる制度です。直接園に申し込みます。「一時保育実施施設一覧」がラフルール、ラフルールサテライトの情報コーナーにもあります。

親と子のつどいの広場での預かり

広場を利用している会員を対象に、慣れた場所です。いつものスタッフがお子さんを預かります。

- 「ビッピおやこの広場はっぴい」 たまプラーザ・あざみ野駅 徒歩8分
- 「WITH」 あざみ野駅からバス 下車徒歩2分

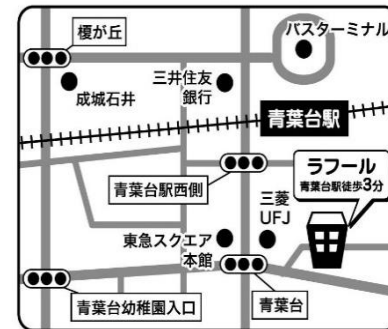
横浜子育てサポートシステム

「子どもを預かってほしい人」「子どもを預かる人」がともに会員登録し、地域で子どもを預け預かる仕組みです。どこで預かってもらうかは相談できます。幼稚園、保育園などの送迎も頼めます。地域で頼れる人、お子さんを見守る目が増えます。ラフルール(青葉台)に青葉区支部があり、入会説明会、コーディネートをしています。

それぞれの情報、その他の預かりの情報があります。スタッフに声を掛けてください。詳しく知りたい場合は、横浜子育てパートナーまでどうぞ。

～ラフルールへのアクセス～

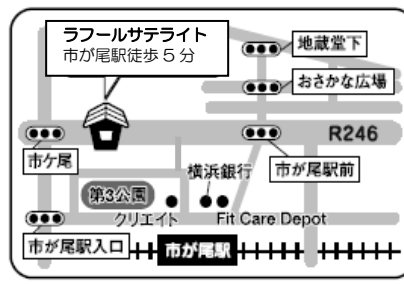
〒227-0062 青葉区青葉台 1-4 6階
(東急田園都市線「青葉台駅」徒歩3分)
TEL: 045-981-3306 FAX: 045-981-3307
子育てパートナー専用 TEL: 045-479-5810
火～土曜日 10～16時
横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用
TEL: 045-482-5518
火～土曜日 9～17時



～ラフルールサテライトへのアクセス～

〒225-0024 青葉区市ケ尾町 1152-25 1階
(東急田園都市線「市が尾駅」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



横浜子育てパートナーは、子育て家族の相談窓口です

青葉台に2016年1月から、市ケ尾には2019年3月から相談専任スタッフが配置されています。



どんなことを相談できるのかな…?

昨年度、子育てパートナーへの相談内容は、気持ちや疲労感、体調、子育ての辛さなど『親自身の相談』が一番多く、続いて『子どもの生活』『発達や育児』『制度・サービス』の順でした。

1歳児の養育者からの相談が最も多くありました。1歳代は、発達面で個人差が大きい時期でもあり、「歩かない」「話さない」などの状況から焦る気持ち、心配や不安な思いも重なります。

毎日の子育ての中で「もう疲れちゃいました」「子どもから離れたい…」「体調が悪い…」という切羽詰まった話を聴くこともあります。

情報の提供もしてくれるの?



子育てパートナーが情報提供・紹介が一番多く行っているのが『一時保育・一時預かり』です。利用することで、子どもと離れる時間を作りリフレッシュする。「一人で病院にやっと行きました」という声も聞きます。時には子どもを預けることが、親自身の精神的なバランスや休養して体力を保つことにもつながると私達は思っています。



「子どもを預けたくて電話をかけたが、空いていないと断られた…」

そんな時にも子育てパートナーを思い出してください。

どこかに預かってくれる園がないかを一緒に探すことや、他に何か方法がないかを一緒に考えます。

大変な状況の中で何度も断られるのは心が折れるくらいキツイことです。当事者であれば尚更です。子育てパートナーはそんな時にお手伝いできます。子育てパートナーは、みなさんの身近にいる相談相手です。

「困った」「心配…どうしよう」「どこに相談したら良いかわからない」このような時に、青葉区のどこで子育てをしても、出産前からでも、電話で繋がれ、匿名での相談も受けています。私達がお住まいの近くの親子が集まる場所に行くこともできます。相談は無料。子育てパートナーには守秘義務があります。

心配事や不安な気持ちを、一人で抱えないで安心してご相談ください。

青葉区保健福祉センターからのお知らせ

Welcome あおば子育てツアー (予約制)



赤ちゃんと一緒に歩いて地域を楽しむ子育てツアーです。子連れにありがたい地域の人やお店、四季折々の自然を感じられる公園など巡りませんか。

参加費：1組 500円+ランチ代実費 定員：8組
対象：青葉区内で子育て中の新米&転入の親子(お子様の年齢が1歳6か月程度まで)
内容：自己紹介、ベビーカーが抱っこでお散歩、交流ランチ(雨天は室内プログラム)

10月29日(火) 10時～13時 市が尾駅エリア
10月31日(木) 10時～13時 寺家ふるさと村エリア
(新) 11月6日(水) 10時～13時 江田駅エリア
11月11日(月) 10時～13時 あざみ野駅エリア

申し込み方法: event@morinooto.jp まで (NPO法人森ノオト)

参加希望回、氏名、生年月日(親子共に)、住所、電話番号、Eメールアドレス、参加動機を記入のうえ、上記メールアドレスまでお申し込みください。

※この事業はNPO法人森ノオトに青葉区が委託し実施しています。

2019年9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



このコーナーは、ラフールを利用している「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♡



家族で日々穏やかに過ごせる方法

家族の平和は世界の平和！

ママの気持ち

伝え方が大事？！

- お願いしたいことがある時は、内容を具体的に伝えるようにしています。
- 不満がある時は直接言わず、耳に入るような感じでつぶやいています～。
- 男の人は「さしすせそ」で褒めるといいと聞いて、「パパさすが！」「すごいね！」と褒めまくってます。
- パパの両親とパパの前で「お休みの日はパパがよくお世話をしてくれるので助かっています」と伝えると、その日はパパがより自主的に育児に家事に参加してくれる気がします！
- 1歳の息子に向けて「〇〇するからね」「△△しようね」と声をかけていると、夫と一緒に動いてくれることがあります。「気がつく」ことが苦手なのか、やらなくていいと思っているのか…頼みごとをして協力してくれた時には「ありがとう」の一言は必要だよ、と自分に言い聞かせて伝えるようにしています！



感謝！感謝！「ありがとう」



- どうしてもイライラして自分だけがこんなにやっている！と偏った気持ちになりかけた時、相手が私以上にやってくれていることに注目して、クールダウンするようにしています。
- 平日ほぼワンオペでも、朝は夫が子どもを保育園に送ってくれることに感謝、感謝です。何か1つでも責任持ってやって貰えると感謝できるのだなとつくづく思います。
- 2人目出産を控えてパパに対してもイライラMAXで喧嘩ばかり…。健診で数日以内に産まれるかもと言われてからパパが急に優しくなり、私も徐々に穏やかな気持ちになれたため翌日メールにて感謝の言葉を♪直接言いにくくても言葉で伝えることの大切さや、夫婦の関係を改めて考え直すきっかけになったと思います！



- あまり思ったこと言わないかな～…
- ケンカや険悪な空気になる方が苦手かも。
- 皆一人で過ごす時間が必要なのも理解し、お休みのお出かけを笑顔で送り出すようにしています。
- 子どもが体調を崩すと夫と看病当番の作戦会議をします。共働きでお互い実家も遠く日々大変ですが、育休の頃よりも自分ばかりという感覚がなくなりました。

パパの気持ち

- 自分は外で仕事をして、自分だけが辛い思いをしているとは最近では考えないようにしている。平日は、家事と育児と時々仕事という負担を一人で背負わせているので、土日はせめて育児を手伝おうと（出来ているか否かは置いて）思っている。
- 家事も育児も大変なことだと思った。相手に敬意を払う、尊重しようと思っている。

このテーマについて、ひろばでパパに聞いてみました

- 早く帰ってきて妻の負担を減らす
- 休日は特に気を遣っています
- 感情的にならない 怒らない
- ママの時間を作る
- ママの機嫌が悪そう時は近づきません（笑）

えほん



『あなほるもの おっこちるとこ』
作：ルース・クラウス
絵：モーリス・センダック
出版社：岩波書店



「いぬはひとをなめるどうぶつ」。子どもが身のまわりのものをどうとらえているか、子ども目線の定義集の絵本です。子どもの感覚が瑞々しく、大人とのズレが楽しいです。挿絵もいいです。

9/27(金) 13:30～【青葉台】
消防署へGO！

ラフールと同じ建物内にある「青葉消防署 青葉台消防出張所」へ行きませんか？！所長の話と消防訓練の見学、消防服も着られるかも？！定員15組 要予約

9/30(月) 10:30～【青葉台】
ママ・パパの
歯っぴいうえる噛む教室

歯科医師の話(むし歯・歯周病予防ほか)、歯みがき実習、むし歯予測テスト、唾液の働きテスト、口腔内細菌の観察
子育て中の保護者30組 要予約

9/17(火) 14:30～16:00【市ケ尾】
9/24(火) 13:30～15:30【青葉台】
ガリバーマップでまちを知ろう

現在1歳未満の第一子の子育て中の方、妊娠期と現在のまちでの過ごし方について横浜市立大学の学生の調査にご協力をお願いします

9/14(土) 13:30～【市ケ尾】
サタデーサテライト
「おはなし会」

今月は「おはなしひなたポッコ」さんが登場します。みんなで聞きにきてください。

ラフール (青葉台)		子育てサポートシステム	ラフールサテライト (市ケ尾)	
1(日)・2(月) 休館日			1(日)・2(月) 休館日	
3	火		3	火
4	水		4	水
5	木	公園へGO! 10:30～ つつじヶ丘第2公園 ひろばゲスト「子育てサークル青空クラブ」11:45～ 地域活動ホーム「すてっぶ」によるパン販売 12:00～	5	木
6	金		6	金
7	土		7	土
8(日)・9(月) 休館日			8(日)・9(月) 休館日	
10	火	ひろばゲスト「子育てサークルぐりとぐら」11:45～	10	火
11	水	シングルトークのサロン 11:00～ 要予約	11	水
12	木	障がい児子育てサロン 11:00～12:00 要予約	12	木
13	金	多文化サロン 11:00～11:30 要予約	13	金
14	土		14	土
15(日)・16(月) 休館日			15(日)・16(月) 休館日	
17	火	おなかの赤ちゃんに絵本を 14:00～15:00 要予約 コラボ企画「ラフールのおもちゃを作ってみよう」14:00～	17	火
18	水	ひろばゲスト「子育てサークルたんぽぽクラブ」11:45～	18	水
19	木		19	木
20	金	子育て講座「保育園・幼稚園のことを知ろう」14:00～要予約	20	金
21	土		21	土
22(日)・23(月) 休館日			22(日)・23(月) 休館日	
24	火	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 ガリバーマップでまちを知ろう 13:30～15:30	24	火
25	水	公園へGO! 10:30～ つつじヶ丘第2公園	25	水
26	木	ちょこっと見学デイ 10:00～12:00 ママの身体の相談もできる日(助産師もいる日) 13:30～15:30	26	木
27	金	消防署へGO! 13:30～ 要予約	27	金
28	土	発達相談もできる日(発達相談員もいる日) 13:30～15:30 プレパパ・プレママへのラフール見学説明会 14:00 要予約	28	土
29(日)・30(月) 休館日			29(日)・30(月) 休館日	

今月のカレンダーから

ラフールひろば mini
恩田小学校
25(水)
10:00～12:00

3人集まったら
入会説明会(市ケ尾)
10:30～11:30
要問い合わせ