

名称が変わりました

ラフサポのほっとタイム

このコーナーは、ラフルールを利用している「ラフサポ」編集メンバーがつくっています。現在、メンバーは5人。子連れでワイワイしながらつくっています♡

おやつあげてる？何食べてる？

0才

干し芋、りんごなどヘルシーなもの。なるべく市販のお菓子をあげたくなくて、頑張って蒸しパンとか手作りおやつを作っていました。(0～1才頃)

3食の食事を多めに食べる方だったのでおやつ必要性を感じず、たまに欲しがる時のみ幼児用のおせんべいやボーロなどあげてました。(0～2才頃)

次男は外出時、間が持たない事が多いので小さくてたくさん入っているお菓子をゆっくりあげて間を持たせています。(1才半頃)

1才



手で持って食べたがるので、キュウリやリンゴ、バナナをあげています。絵本の「くだもの」が大好きで、バナナのページを見せながらバナナを剥いたり、リンゴのページを見せてからリンゴを目の前で切ると喜びます。(1才頃)

うちの子はバナナが大好きで、おやつに必ず食べます。そのせいか次男もバナナ好きになりました。(1才半)

うちの子はスルメが大好きです。静かにしなければいけない場面ではよくスルメに頼ります。(2才頃)

2才

1～2才頃は市販のお菓子など食べた後肌が荒れやすいように感じて、オートミールとバナナのクッキーを作りよく食べていました。3才を過ぎてからは肌も荒れにくくなってきたので、添加物など少なめのものも選びつつ、よくある子ども用のお菓子をあげる事も増えました。

市販のお菓子に出会ってしまう。準備が楽なので鉄分入りウエハースやカルシウム入りボーロなど少し自分を納得させられるおやつをあげる。どうしても外出するとお腹が空いてぐずるので、市販のお菓子+にんじんジュースをセットで準備。(2才頃)

3才

大人のおやつにも興味を持つ。チョコやグミ、あめは大きくなないと食べられないと説得中。ケーキやパンケーキなど量は少なめに一緒に食べるように。(3才頃)

2才半ごろからは子ども向けの4連で売っているスナック菓子やビスケットもよく食べます。飲み物は牛乳やお茶が中心でジュースはあまりあげてません。(3才半頃)

4才

スナック菓子やチョコレートも大好きなので大袋を買って少しずつあげています。(4才頃)

※食べられる形態や食材・量には個人差がありますので、特に初めてのものを食べる際には十分お気を付けください。

えほんのじかん

『チップとチョコのおつかい』

作／絵：どい かや
出版社：文溪堂

チップとチョコという、犬のきょうだいが、お母さんに頼まれ、おつかいに行くお話です。

なかなかスムーズにはいかないおつかいですが、失敗を責めることなく、優しく受け入れてくれるお母さんに感動。

イチゴジャムサンドとイチゴ入りパンプディングのつくりかたが付いていて、これを読んでから作るのが娘のお気に入りでした。



2023年 9 月

ひろば開館時間 10:00～16:00(火曜から土曜)
※状況により、入場制限を行うことがあります。

ラフルール(青葉台)ランチタイム再開のお知らせ
サテライトに加え、9/5(火)よりラフルール(青葉台)でもお昼を持参して食べることができるようになります。詳しくはHPをご覧ください。



プレ プレパパ・プレママ向け企画

専門相談員もいる日

オンライン企画

【要予約】ひろば受付や電話で

【要予約】HPの申込フォームから

ラフルールHP

		ラフルール（青葉台）	ラフルールサテライト（市ケ尾）	オンライン・出張企画
1	金	臨床心理士がいる日 10:30～12:30		ラフルール12周年 ～感謝のきもち～ 絵本リサイクル 9月2日（土）（ひろば開催中随時） 場所：青葉台研修室 収集期間 7/22（土）～9/1（金） （収集は絵本のみ）
2	土	ラフルール12周年絵本リサイクル（開催中随時） ひろばde紹介「ラフルール7つの事業」11:30～11:40 発達相談員がいる日 14:00～16:00		
3（日）・4（月）休館日				
5	火	横浜子育てサポートシステム入会説明会10:00～11:00	助産師がいる日 14:00～15:30	
6	水		0～6か月の赤ちゃんパパママのおしゃべり会 11:00～ プレママちょこっと見学デイ 11:30～12:30	全国リレーおしゃべり会 地域の言葉で話しませんか？ 「全国リレーおしゃべり会」と題して、順番に各地方の言葉でおしゃべりをする企画を行います。 市ケ尾 中国・四国地方のパパ・ママ 9月15日（金） 14:00～ 20分程度 定員：4組 青葉台 東北地方のパパ・ママ 9月22日（火） 14:00～ 20分程度 定員：4組 予約：受付または電話
7	木		ひろばde紹介「ラフルールのひろば」11:30～11:40	
8	金	ひろばde紹介「ラフルールの相談・情報」11:30～11:40	臨床心理士がいる日 10:30～12:30 ひろば内子育て講座「離乳食のすすめ方」11:30～12:00	
9	土	プレパパプレママクラス 9:45～11:30（区に申込・抽選）	プレパパプレママの子育てプチ体験&パパ・プレパパ座談会 14:00～15:30	
10（日）・11（月）休館日				
12	火	あおば子育て応援団見学デイ（開催中随時） 多文化サロン「ことばあそび」14:00～14:30	あおば子育て応援団見学デイ（開催中随時） 発達相談員がいる日 14:00～16:00	ラフルールminiひろば@青葉台東急スクエアキッズスペース 11:00～12:30
13	水		妊娠期向け 赤ちゃんを迎える準備会 14:00～15:30	
14	木	ひろばde紹介「横浜子育てサポートシステム」11:30～11:40	子サポのコーディネーターがいる日 13:15～15:30 横浜子育てサポートシステム入会説明会 14:00～15:00 ひろばde紹介「横浜子育てサポートシステム」15:30～15:40	
15	金	横浜子育てサポートシステム入会説明会 10:00～11:00 歯科衛生士がいる日 10:30～12:00	全国リレーおしゃべり会 地域の言葉で話しませんか？ 「中国・四国地方」14:00～	
16	土	ちょこっと見学デイ 10:00～12:00 プレパパプレママの子育てプチ体験&パパ・プレパパ座談会 10:00～11:30 14:00～15:30 0～6か月の赤ちゃんパパママのおしゃべり会 14:30～	ひろばde紹介「ラフルールの相談・情報」11:30～11:40 ちょこっと見学デイ 13:30～15:30	
17（日）・18（月）敬老の日・19（火）休館日				
20	水	公園へGO！抱っこも、ベビーカーもOK 10:30～ ひろばde紹介「横浜子育てパートナー」11:30～11:40	公園へGO！抱っこも、ベビーカーもOK 10:30～	
21	木	横浜子育てサポートシステム入会説明会 10:00～11:00	歯科衛生士がいる日 10:30～12:00	
22	金	全国リレーおしゃべり会 地域の言葉で話しませんか？ 「東北地方」14:00～	消防署へGO！ 10:30～	
23（土）秋分の日・24（日）・25（月）休館日				
26	火	助産師がいる日 14:00～15:30	ひろばde紹介「横浜子育てパートナー」11:30～11:40	
27	水	妊娠期向け 赤ちゃんを迎える準備会 14:00～15:30		
28	木			
29	金		ひろば内子育て講座「ちょっとの工夫で ほめ上手、叱り上手！」11:00～11:30	
30	土	ふたごみつごタイム 10:30～11:30	やってみようdeラフルール「はっぴとたいこをつくろう」14:00～14:30	オンラインおしゃべり会 プレママプレパパ 10:30～

ひろば内子育て講座

離乳食のすすめ方

講師にセンター保育士を迎えます。いつ始めたらいいの？ どんな量？ どんな固さ？ どうやって離乳食をすすめていけば良いか、お話を聞いてみましょう。保育園で提供している離乳食サンプルも見られます。

市ケ尾

9月8日（金）
11:30～12:00

ちょっとの工夫でほめ上手、叱り上手！

青葉区福祉保健センターの心理相談員が子どものしつけについてお話しします。乳幼児期のこどもの成長、ほめ方、叱り方について一緒に考えてみましょう。

市ケ尾

9月29日（金）
11:00～11:30

ひろばであそばせながらお話を聞けます(予約不要)

歯科衛生士がいる日

まだ歯が生えていないお子さんの歯みがきの準備や歯が生えてきたばかりのお子さんの歯のケアについて歯科衛生士に個別で相談ができます。

持ち物：お子さんが使っている歯ブラシ

青葉台

9月15日（金）
10:30～12:00

市ケ尾

9月21日（木）
10:30～12:00

予約不要

やってみようdeラフルール

はっぴとたいこをつくろう

はっぴとたいこをみんなでつくろう♪作ったらみんなで演奏！どんな音になるかな？定員：4～6組程度対象：3～6才のみんな

市ケ尾

9月30日（土）
14:00～14:30



予約：受付または電話