

# 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編集メンバー「ラフサポ」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♡

## 私たちにできる 環境に優しい取り組み

### この夏やってみたいこと 8月号で結果報告します

#### 青葉区の生産品を買う

無人販売所を見かけた際に、青葉区産の農産物に興味を持ちました。今まで意識したことはありませんでしたが、近所で作られるさまざまな農産物についてもっと知りたいと思いました。また、地元の農産物を消費することで、輸送による環境負荷の軽減や地元経済の活性化にも寄与することに魅力を感じています。積極的に青葉区産の農産物を選び、地産地消に貢献したいと思います。



#### 子どもとゴミ拾い

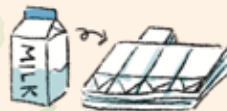
子どもが産まれてから公園を利用する機会が増えました。青葉区には自然豊かな公園がたくさんあって素敵なのですが、タバコの吸い殻やビニール袋のゴミが落ちていることも多く、子どもの目線で歩くととても目につきます。子どもは見つけると「ゴミ!」と教えてくれます。家では「食べこぼしやティッシュのゴミ



は拾ってゴミ箱にポイしてね」と教えていますが公園では「汚いから触っちゃだめだよ!」と放置してしまうことにモヤモヤしています。

#### 牛乳パックでハガキ作り

100均のフォトフレームと網戸を使って、子どもと一緒にハガキを作りたいと思います。



#### コーヒーの粉の再利用

捨てがちな抽出後のコーヒーの粉には毎日に役立つ利用法が沢山! 乾燥させて消臭剤や洗剤代わりに! 虫除け効果も! 実際にやってみて効果を検証します!



#### 洋服リメイク

サイズアウトした服で、可愛い柄のものや思い出のものを保存してます。最近は持ち運び用ポケットにリメイクしたり、ズボンの破れた膝部分に使うて、本人よりも母が嬉しくなりました。

#### 川や海に優しい洗剤を使ってみる

日々たくさん出している生活排水。汚れ落ちがいいからと手軽なものを使い続けていますが、今使っている洗剤は環境にとってはどうなのだろう。どんなものが環境にいいのだろう。自分なりに調べて、気になったものを実際に使ってみようと思います。洗剤を変えるだけなら私にもできるかも・・・?



## えほんの じかん

### 『みずとはなんじゃ?』

作 : かこ さとし  
絵 : 鈴木 まもる  
出版社: 小峰書店

かわいらしい絵とわかりやすい言葉で「みず」について知ることができます。姿を変えることのできる水、いきものの体の中にたくさんある水、地球を快適な温度に保っている水…。大人も子どもも水に対する見方が変わる、かこさとしさん最後の絵本です。



2024年 7 月

ひろば開館時間  
10:00~16:00 (火曜から土曜)

ランチタイム (12:00~13:00)  
両拠点ともにお昼を持参して食べられます。  
※上記以外の時間でも専用コーナーで飲食できます。  
(混雑時はゆずり合ってください)



ラフルールHP

プレ プレパパ・プレママ向け企画

専門相談員がいる日

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（青葉台）                                                                                                                                                                                                                   | ラフルールサテライト（市ヶ尾）                                                                                                                                                                                                                                                       | オンライン・出張企画                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1（月）休館日                 |   |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 2                       | 火 | 助産師がいる日 10:30～12:00 <br>ひろば内子育て講座「おむつはずれ」 14:00～                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                       | <div>産前産後の家族向け</div> <div>「オンライン産前産後の会」<br/>プレパパ・プレママ、0～6か月位の子を持つ皆さん、おしゃべりしませんか。<br/>外出しなくても参加できます。<br/><div>ZOOMを使います！</div></div> <div>7月27日(土) 10:30～<br/>問合わせ&amp;申込み<br/>HPの申込フォームまたは電話</div> <div>「0～6か月赤ちゃんの会」<br/>同じくらの月齢の子どもを持つパパママでおしゃべりしませんか？<br/>こんなときどうしてる？<br/>など色々お話ししましょう♪</div> <div>市ヶ尾 7月3日(水) 11:00～<br/>7月31日(水) 11:00～<br/>青葉台 7月18日(木) 11:00～<br/>予約は不要です<br/>時間になったらスタッフが声をかけます</div> <div>オンライン産前産後の会<br/>10:30～11:00  </div> |
| 3                       | 水 |                                                                                                                                                                                                                              | 0～6か月赤ちゃんの会 11:00～<br>プレママちょこっと見学デイ 11:30～                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 4                       | 木 |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 5                       | 金 | 臨床心理士がいる日 10:30～12:30                                                                                                                     | ひろばde紹介「消防署」 15:40～                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 6                       | 土 | 発達相談員がいる日 10:30～12:00 13:00～15:00                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 7（日）・8（月）休館日            |   |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 9                       | 火 | 全館避難消防訓練（煙体験・水消火器体験ができます）<br>10:00～11:00                                                                                                                                                                                     | 助産師がいる日 10:30～12:00                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 10                      | 水 |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 11                      | 木 | あおば地域活動ホームすてっぷによるパンの販売 11:30～                                                                                                                                                                                                | 子サポのコーディネーターがいる日 14:00～16:00                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 12                      | 金 | 横浜子育てサポートシステム入会説明会 10:00～11:00                         | 臨床心理士がいる日 10:30～12:30                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 13                      | 土 | プレパパプレママクラス（区に申込・抽選）9:45～11:30                                                                                                            | プレパパプレママの子育てプチ体験&先輩家族との座談会10:00～11:30                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 14（日）・15（月）海の日・16（火）休館日 |   |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 絵本ボランティア活動ウィーク          |   |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 17                      | 水 |                                                                                                                                                                                                                              | 発達相談員がいる日 10:30～12:00 13:00～15:00                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 18                      | 木 | 横浜子育てサポートシステム入会説明会 10:00～11:00  <br>0～6か月赤ちゃんの会 11:00～ |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 19                      | 金 |                                                                                                                                                                                                                              | 絵本の会 14:00～                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 20                      | 土 |                                                                                                                                                                                                                              | プレパパプレママの子育てプチ体験&先輩家族との座談会<br>14:00～15:30                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 21（日）・22（月）休館日          |   |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 23                      | 火 | 夏のお出かけどこに行くの会 14:00～                                                                                                                                                                                                         | ラフルール・ラフルールサテライト水あそび                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 24                      | 水 | 妊娠期向け 赤ちゃんを迎える準備会 14:00～15:30                      | <div>期間 7/23（火）～8/10（土）<br/>10:15～11:45 13:30～15:30</div> <div> 予約は不要<br/>詳細は表面にあります </div> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 25                      | 木 | ひろば内子育て講座「保育園・幼稚園を知ろう」 10:30～                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 26                      | 金 | ひろばde紹介「消防署」 15:40～                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 27                      | 土 | 横浜子育てサポートシステム入会説明会 10:00～11:00                     |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 28（日）・29（月）休館日          |   |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 30                      | 火 |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 31                      | 水 |                                                                                                                                                                                                                              | 0～6か月赤ちゃんの会 11:00～<br>プレママちょこっと見学デイ 11:30～                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## お子さんを遊ばせながら聞けます

### 「ひろば内子育て講座」



#### おむつはずれ

講師：美しが丘保育園の保育士  
「おむつはずし」ではなく「おむつはずれ」  
気にはなるけど、どうしたら良いのかな?話を聞いてみましょう。



#### 保育園・幼稚園を知ろう

講師：横浜市青葉区こども家庭支援課 保育・教育コンシェルジュ  
保育園・幼稚園の説明や入所申込等について保育・教育コンシェルジュが話します。



青葉台 7月2日(火)  
14:00~ 30分程度

青葉台 7月25日(木)  
10:30~11:00

予約は不要です  
時間になったらスタッフが声をかけます

### 「ひろばde紹介」



今回は消防署です。  
救急のとき、どうしようか迷ったときにどのような対応をしたらいいか聞きます。

市ケ尾 7月5日(金) 15:40~  
青葉消防署

青葉台 7月26日(金) 15:40~  
青葉台消防出張所

予約は不要です

## 夏の過ごし方を情報交換しましょう

### 「夏のお出かけどこに行くの会」

今年も暑い夏がやってきますね。  
この夏はどんな風に親子で過ごしますか?  
お出かけスポットや、イベント、夏ならではの遊びのアイデアなど情報交換をして暑い夏を乗り切りましょう!



青葉台 7月23日(火) 14:00~ 20分程度

予約は不要です  
時間になったらスタッフが声をかけます