

ラフサポの ほっとタイム

このコーナーは、ラフ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7人。子連れでワイワイしながらつくっています♡

子どもとおでかけ攻略法!



電車・新幹線

・新幹線の自由席は大人1人に対して幼児(未就学児)2人まで無料になるので空いていれば座れるし、混雑時は膝に乗せます。費用を抑えられるので良かったです。



・多目的トイレや授乳の出来る多目的室の近くが子連れだと便利です。多目的室には窓もあるので、運が良いと富士山が見られることも。新幹線の乗務員の方に言うと空いていけば使わせてもらえます。



・荷物が多いため、新幹線移動の時は必要最低限の荷物以外は郵送しています。



飛行機

座席で授乳ができるように、ケープ持参がおすすめです。授乳すると赤ちゃんの耳抜きにもなって良いですよ。



・B5サイズ位のお絵描きボードは薄くて軽いのでお出かけの時はよく子どものリュックに入れて持たせています。

・表面が透明なポシェットがお気に入りです。中におもちゃを入れると中身が見えるので、子どもが自分で持ちたがり、「ママ、持って〜」と言う回数が減りました。



・子どもの膝に乗せて使うキッズデスクが便利でした! 食事はもちろん、塗り絵や折り紙、タブレット視聴もできます。

ラフルの絵本ボランティアが絵本を紹介しています

えほんの じかん

『ぱかっ(プチふわえほん)』

作：森あさ子
出版社：ポプラ社



「たまごさん たまごさん..」(ページをめくって)「ぱかっ!」の言葉で赤ちゃんにっこり(^.^)次は何が出てくるか親子でワクワクドキドキ楽しめる1冊です。0歳10か月の我が子も大好きな絵本で、表紙を見るだけで駆け寄って来ます!プチふわえほんシリーズは、表紙がフカフカしていて角も丸く、ページもめくりやすいので月齢の低い赤ちゃんでも安心です。他にも同じシリーズの「くるっ」もオススメ!

2025年1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ご利用ください)



	ラフル(青葉台)	ラフルサテライト(市ヶ尾)	オンライン・出張企画
12/29(日)~1/3(金) 年末年始休館日			
4 土	獅子舞が来るよ! 10:30~11:00 発達相談員がいる日 10:30~12:00、13:00~15:00	獅子舞が来るよ! (午後時間未定)	
5(日)・6(月) 休館日			
7 火			横浜子育てパートナーが 出かけて行きます
8 水		0~6か月赤ちゃんの会 11:00~11:20 プレママちょこっと見学デイ 11:00~	
9 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~		出張相談:まぎーるひろば 10:00~12:00
10 金	横浜子育てサポートシステム入会説明会 10:00~11:00 ひろば内子育て講座 こどもとことばの話 11:00~	臨床心理士がいる日 10:30~12:30	新石川近隣の人 未就学児、プレママとその家族 「出張ラフル@新石川公園」
11 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 助産師がいる日 14:00~15:30	すべり台や遊歩道のある 大きな公園です。 体を動かして過ごしましょう! 地域の子育てお役立ち 情報も交換しましょう。
12(日)・13(月) 成人の日・14(火) 休館日			
15 水		発達相談員がいる日 10:30~12:00、13:00~15:00	青葉区新石川2丁目12-1 MAP
16 木	横浜子育てサポートシステム入会説明会 10:00~11:00	砂場の会 14:00~	1月23日(木) 10:30~11:30
17 金	臨床心理士がいる日 10:30~12:30		予約不要・雨天中止 ※中止の場合は、当日朝8時に決定し、ラフルのホームページ、Instagramにて発信します。
18 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 14:00~15:30	出張ラフル@新石川公園 10:30~
19(日)・20(月) 休館日			
21 火	0~6か月赤ちゃんの会 14:00~14:20	絵本の会 14:00~ 子サポのコーディネーターがいる日 14:00~16:00	オンライン産前産後の会 10:30~11:00
22 水	妊娠期向け 赤ちゃんを迎える準備会 14:00~15:30		
23 木			
24 金	ひろばde紹介 親と子のつどいの広場「あそびんご」 11:30~		
25 土	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 10:30~12:00	ふたごみつごタイム 10:30~11:30	
26(日)・27(月) 休館日			
28 火	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!」 14:00~		
29 水	公園へGO!~抱っこも、ベビーカーもOK~ 10:30~	公園へGO!~抱っこも、ベビーカーもOK~ 10:30~	
30 木	我が家の定番メニュー交換会 14:00~		
31 金		ひろばde紹介 親と子のつどいの広場「ぴよぴよ」 11:30~ 横浜子育てサポートシステム入会説明会 14:00~15:00	

テーマに関心のある人 誰でも参加できます

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!」

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話します。乳幼児期の子どもの成長、ほめ方、叱り方について一緒に考えてみましょう。

青葉台 1月28日(火)
14:00~



予約不要
ひろばで遊ばせながら話が聞けます♪

未就学のふたごみつごのいる家族 ふたごみつごも出産予定の妊婦とその家族

「ふたごみつごタイム」

ふたご・みつごの子育て、楽しさも 悩みも 語り合しましょう。みんなで集まって、親も子もびのび、ゆったり過ごしましょう。



市ヶ尾 1月25日(土)
10:30~11:30



予約:予約フォームまたは電話

砂場が好きなみんな

「砂場の会」

お子さんが砂場遊びをしているのを見守りながら、みんなでお話しませんか? 砂場が好きな子、ちょっとチャレンジしてみたい人 大歓迎!

あたたかい
服装で
来て下さい。



市ヶ尾 1月16日(木)
14:00~

予約不要
時間になったらスタッフが声をかけます

テーマに関心のある人 誰でも参加できます

「我が家の定番メニュー交換会」

毎日食事メニューを考えるのは大変ですね。いつもどんなものをおうちで作っていますか? 大人向けメニューでも子ども向けメニューでも! みんなで情報交換をして献立のレパートリーを増やしましょう!



青葉台 1月30日(木)
14:00~

予約不要
時間になったらスタッフが声をかけます