



青葉区福祉保健センターよりお知らせ

目指せ!! ほめ上手・叱り上手

～子どもとのより良い関係づくり～



子どもの成長とともに、子どもへの向き合い方、叱り方などに悩むことが増えると思います。子どもと上手に関係を作るために、どう対応したらよいかなどについて講義を聴いたり、周りの人とお話ししながら、子育てのヒントを一緒に学びましょう。

【対象】青葉区在住の1歳半～3歳児の保護者
【日時】令和8年1月21日(水)午前10時～12時
【場所】青葉区役所1階15・16番
【申し込み期間】12月1日～1月4日
【申し込み方法】下記二次元コードからお申込みください
【定員】20名 ※定員を超えた場合は抽選になります。



抽選結果は7日前までにメールでお知らせします。
【保育】保護者のみが参加する講座になりますので、
預かり保育を希望される方は、申し込みの際にお申し出ください。
生後57日以上のお子様15人程度(抽選)

【持ち物】筆記用具、メモ帳、保育を利用される方は上記二次元コードの開催チラシ裏面に記載の持ち物

【お問合せ】青葉区こども家庭支援課 子育て支援担当
☎ 045-978-2456 FAX 045-978-2422

「あおばの食育」



青葉区のお子さんの健やかな食生活のために、
栄養士が区役所で成長にあわせた相談等を行っています
持ち物:母子健康手帳 会場:青葉福祉保健センター(青葉区役所1階)

対 象	内 容	時 間 他
離乳食開始～幼児食 オススメ	乳幼児食生活健康相談(個別相談) 1対1の個別食生活・栄養相談	予約制 電話で申込み
5～6か月児と保護者 (4か月健診併設)	ちょっと立ち寄りお気軽相談コーナー (ゴックン離乳食) 離乳食のはじめ方や進め方についての 展示・簡単な栄養相談	予約不要 14:00～15:00 好きな時間にお立ち寄りください
7～9か月児と保護者 オススメ	離乳食教室(定員20組の教室) 離乳食(2回食)の講話、作り方ポイント の実演、試食、簡単な栄養相談	予約制 電話または、 青葉区ホームページから申込み
1～2歳児と保護者 (1歳6か月児健診併設)	ちょっと立ち寄りお気軽相談コーナー (バクバク幼児食) 離乳食から幼児食への進め方についての 簡単な栄養相談・展示	予約不要 14:00～15:00 好きな時間にお立ち寄りください
3歳～未就学児と保護者 (3歳児健診併設)	ちょっと立ち寄りお気軽相談コーナー (幼児期の食育) 幼児食についての簡単な栄養相談・展示	

*来所が難しい場合は電話で相談できる場合もあります。
その他大人の栄養相談も行っています。
【お問合せ】青葉区福祉保健課健康づくり係
☎ 045-978-2441 FAX 045-978-2419



詳しい内容はこちら



年末年始の各種相談窓口



年末年始は各機関がお休みになります。いざという時のために、
休日でも相談できる窓口を確認しておくで安心ですね。

・親子関係や家族の悩み、子育ての不安などについて よこはま子ども虐待ホットライン

Tel: 0120-805-240(はまっこ 24 時間)
24 時間 365 日受付



・急な病気のと き 青葉区休日急患診療所

青葉区市ケ尾町 31-21 Tel: 045-973-2707
診察時間: 9:00 ～ 12:00(受付は 11:30 迄)
13:00 ～ 16:00(受付は 15:30 迄)



・急な病気やけがで迷ったとき #7119

(緊急性や受診の必要性についてこたえてもらえます)
Tel: #7119 (または 045-232-7119)
パソコン、スマートフォン: 横浜市救急受診ガイド



・家庭、職場などでの人間関係やストレスによる様々な不安について

こころの電話相談(横浜市こころの健康相談センター)
Tel: 045-662-3522
相談時間: 土日祝日 8:45 ～ 21:30(平日 17:00 ～ 21:30)



※年末年始、受付時間を変更している場合があります



*ラフルは年末年始も相談フォームで相談予約ができます。ご連絡は 2026 年 1 月 6 日からになります。



ラフル(青葉台)

10:00～16:00(火～土)
東急田園都市線「青葉台駅」徒歩3分 ※駐輪場あり・駐車場なし
〒227-0062 横浜市青葉区青葉台1-4 6F
TEL:045-981-3306 FAX:045-981-3307

☎横浜子育てパートナー専用
045-479-5810(火～土 10:00～16:00)

☎横浜子育てサポートシステム青葉区支部専用
045-482-5518(火～土 9:00～17:00)

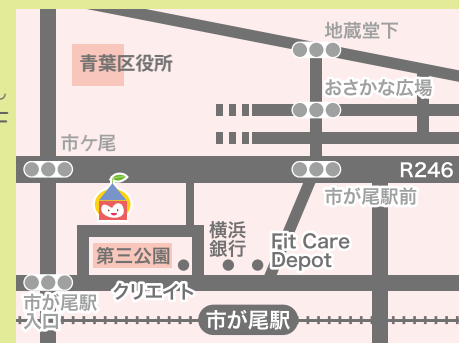


ラフルサテライト(市ケ尾)

10:00～16:00(火～土)
東急田園都市線「市ケ尾駅」徒歩5分 ※駐輪場・駐車場なし
〒225-0024 横浜市青葉区市ケ尾町1152-25 1F
TEL:045-979-1360 FAX:045-979-1361

☎横浜子育てパートナー専用
045-507-5570(火～土 10:00～16:00)

休日(ラフル・ラフルサテライト共通)
日・月・祝(月曜が祝日の場合は翌火曜)・年末年始



<https://lafull.net>

発行日:2025年12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



青葉区地域子育て支援拠点



12・1月

2025年
2026年
vol.169

0歳から未就学児&妊婦とその家族/子育て支援に関わる方のための通信

ラフル ニュース

隔月発行になりました

facebook Instagram



今月の特集

「ボランティア・ちょこっとお手伝い」

ラフサポのほっとタイム

「ひとり時間に何したい? 何してる?」



ラフル7つの役割

●ひろば

0歳から未就学児・妊婦とその家族が過ごし、
さまざまな人と交流する場所です

●子育て相談

ひろばでスタッフや専門相談員に相談できます
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ようサポートします

●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

毎日が見学日

青葉台・サテライト(市ケ尾)ともに
開館中いつでもお気軽に
見学いただけます。



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カーズ・コレクティブ パレットが区と協働で運営しています。