



にこギャラリーに 投稿募集中!

はいはい広場にある黄色いボードは、もうご覧になりましたか? テーマに沿ったオモシロ写真をみなさんからいただいて貼り出しています。ぶぶっと笑っちゃうような家族の写真や、なるほどね~という一枚など、素敵な(?) 写真がたくさんありました♪

現在は、「キセキの一枚」という貴重な瞬間の写真を募集中です。スマホや携帯からも投稿OK。(このテーマは5月いっぱいまで)



次回のテーマは、「はじめての・・・」(6月から)です。初めて挑戦したときの様子や、生まれてはじめての食べ物にビックリした顔など、楽しい写真をお待ちしています!
←このQRコードを読んでメールでシュッと投稿しちゃって~!



ママサークルを応援! にこせー

「園芸部」始動

にこてらすの庭のプランターで、みんなで一緒にお花や野菜を育ててみませんか? 園芸部では部員募集中です。

*興味のある方はスタッフまで



にこトピックス

横浜市(よこはまし)瀬谷区(せやく)で あかちゃんやちいさい子どもをそだてている外国人(がいこくじん)のみなさんのための情報(じょうほう)サイト(さいと)ら・楽・La(ららら)ができました!
まずは「やさしいにほんご」でデビューしました!

- English (In preparation)
- 中文 (在准备)
- Tiếng Việt (Đề chuẩn bị)

<http://lalalaseya.com/ja/>
すまーとふぉんでみてね

◆身近に、まだ日本語を上手に話せない外国人のママがいたら、どうぞこのサイトを教えて下さい。
多言語子育て情報発信プロジェクト



にこてらす インフォメーション

開館時間●火~土曜日 9:30~16:00
休館日●日曜日、月曜日、祝日、施設点検日等と、月曜日が祝日及び振替休日の場合は翌火曜日もお休みです。
利用料●無料 利用には登録が必要です。
住所●〒246-0021 横浜市瀬谷区二ツ橋町469
TEL●045-391-8316
FAX●045-391-8447
メール●info@nico-t.jp
URL●http://nico-t.jp



<アクセス>
●電車の場合●相鉄線三ツ橋駅から徒歩12分 駅改札を出てすぐ左折、ロッテリアを左折、相鉄ライフ出口右手にあるエレベーターで1階へ。タクシー乗り場つたいに進み、歩道橋下の横断歩道を美容室側へ渡り、歩道を進む。中丸バス停、地下道入り口を過ぎたら横断歩道を渡る。右にカーブをすずみ、道なりに左へ入り100M進む。左手に「せやまる・ふれあい館」の入り口あり。
●お車の場合●駐車場台数に限りがありますので、できるだけ公共機関をご利用ください

子育ての不安や悩みを、電話で話してみませんか?
にこダイヤル 391-8317

「にこてらす」はNPO法人さくらんぼが瀬谷区から受託して運営しています。



発行●瀬谷区地域子育て支援拠点 にこてらす

「にこてらす」は、あなたの子育てがハッピーになるよう応援します。ここでの過ごし方はあなた次第。おうちとは違う空間でこどもと開放的に遊んだり、のんびりもひなたぼっこしたり、たまにはグチをこぼしたり... みんなで子育てしましょう!

重要なお知らせ

<休館日>日曜日、月曜日、祝日、施設点検日等と、月曜日が祝日及び振替休日の場合は翌火曜日もお休みとなります。

あそびにきてね。まってるっぴい~
Welcome and meet new friends
等候大家来这里一起游戏
Hãy đến vui chơi, chúng tôi luôn đón chờ

にこてらすは、今年で5年目を迎え、3月末までの延べ利用者は87,367人を超えました。そこで今年の「おいでよ」では、改めて「にこてらすのあれこれ」を現役ママライターに取材してもらい、裏情報?も含めてご紹介していきたいと思います。

はじめまして!
1才児の子育て真っ最中、ライターのぼちゃこです。ママ目線でわかりやすくお伝えできるよう、がんばります!

今月の取材テーマ
広場(前編)

広場のなるほど①
ネームカードの色でともだち探そう
入り口のカウンターで受付を済ませ、利用者カードをもらいます。住んでいるエリアごとにカードの色が違うので、ご近所さんがみつかったり、ローカルな話題でもりあがりたりできそう!?

広場のなるほど②
今日の気分は...!?
利用者カードを入れるホルダーストラップの色がその日の気分で選べるらしい。おしゃべりしたいな、今日はそっとしておいてね、とママの気持ちが一目瞭然! 言いにくいこともストラップが伝えてくれるなんてありがたや!

貴重品袋はスタッフ手作りだって! 子どもの動きに合わせてうろろうしても安心! “手作り”ってのがいいよね。

広場のなるほど③
カワイイ♥こどものおなまえシール
年齢別でシール(ひよこ・うさぎ・ねこ・くま)が違うから、一目で我が子と同じ年齢の子がみつけれられる。そのお陰でママにも声かけやすい! 何気に、にこてらすの神アイテム!

ベビーも安心。はいはい広場はこんなところだった。



広場の奥は、ねんね、はいはい、よちよちあんの子たちの場所。のんびりゆったり時間が流れる癒し空間♪
0、1歳児が興味を持つ絵本やおもちゃもたくさん置いてあるよ。ママがゆったりおしゃべりできる広場でもあるかも。すこし大きい元気な子が急に飛び込んでこないよう、ベンチシートで区切られているのも安心ポイントかな。

はいはいひろばの中にある、授乳コーナーには授乳クッションもあり、ミルク用のポットもあるよ! 授乳コーナーにさりげなく貼ってある“授乳四十八手”は必見。

相談員さんが、子どもの様子を優しく見守りながら、ママにも優しいトーンで声をかけてくれます。悩みを相談した時に大丈夫よ! 頑張ってるね! と言ってもらえたことがどれだけ嬉しかったか... 気さくに話せる人柄も魅力。相談員さんのいる日は中面のカレンダーでチェックできるよ♪



にこてらすの専門相談日

相談 妊娠中の心配事はもちろん、おっぱいのトラブルや産後のママの体のことなど、産前産後の不安にお答えします。

相談 子育てのこと、こどものこと、誰かに話したら少し気持ちが楽になるかも。ささいなことでも相談員をフル活用してください。

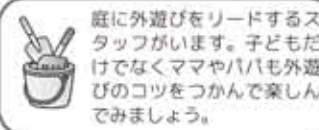
相談 自閉症、発達しょうがいのあるお子さんを持つ先輩ママグループ「ant mama」の方がいます。気になること、心配なこと、ぜひお話し下さい。

申 申込みが必要なプログラムです。電話かひろばに直接お申込ください。

研修室 研修室で実施しているプログラムです。ひろばは通常通り利用できます。

English & Tagalog(10-12) We have staff who can speak English and Tagalog. (英語とタガログ語の話せるフィリピン人のスタッフがいます) 10時～12時

中文 我们这里有会中文的工作人员 (中国語の話せる上海出身のスタッフがいます)



日	月	火	水	木	金	土
4月 26 休館日	27	28 相談 電話予約	29 相談 電話予約	30 相談 電話予約 相談 しょうがい	1 相談 電話予約 相談 しょうがい	2 相談 電話予約
●高校生の赤ちゃん体験にご協力ください! 高校生 このマークの日は、県立瀬谷高校1年生が、赤ちゃん体験にやってきます。広場のお子さんとうママたちが先生!どうぞよろしくお願いいたします。				プログラムに参加しない方もお休みの日以外はいつでも遊びに来てください。お待ちしております。		申 プレママ♥Cafe 10:00~12:00 研修室
3	4	5 中文	6	7 相談 電話予約 相談 しょうがい	8 相談 電話予約 相談 しょうがい	9 中文
10	11	12 高校生 9:50~11:40 おっぱい相談 10:30~14:00	13 高校生 9:50~11:40 外遊びデビュー ①10:00~②13:30~ English & Tagalog(10-12)	14 高校生 9:50~11:40	15 申 ウチの子 7~11ヶ月! 10:30~11:30 研修室	16 相談 電話予約 相談 しょうがい
17	18	19 お引越しママDay 中文	20 相談 電話予約 相談 しょうがい 外遊びデビュー ①10:00~②13:30~ English & Tagalog(10-12)	21 相談 電話予約 相談 しょうがい	22 相談 電話予約 相談 しょうがい	23 相談 電話予約
24	25	26 申 産後ママと ベビーのはなし 10:30~11:30 研修室 中文	27 高校生 13:25~15:15 外遊びデビュー ①10:00~②13:30~ English & Tagalog(10-12)	28 相談 電話予約 相談 しょうがい 5月生まれのお誕生日の集い 11:45~12:00 中文	29 高校生 9:50~11:40	30 相談 電話予約 相談 しょうがい
31	6月 1	2 相談 電話予約 相談 しょうがい 中文	3 相談 電話予約 相談 しょうがい English & Tagalog(10-12)	4 相談 電話予約 相談 しょうがい 中文	5 相談 電話予約 相談 しょうがい	6 相談 電話予約 申 プレママ♥Cafe 10:00~12:00 研修室 中文

外遊びデビューの日

13、20、27日(水)

①10:00 ~ ②13:30 ~

※天気や気温により中止の場合あり

外遊びが苦手なママも、イマイチ遊ばせ方がわからないというママも、プレイリーダーと一緒に外遊びしましょう。わが子の意外な姿に出会うかも?

持ち物●着替えまたは外遊び着、帽子、タオル
汚れものを入れる袋、飲み物
プレイリーダー●小越敏子 保育士

おっぱい相談

12日(火) 10:30 ~ 14:00

「おいしいおっぱい」って?飲んでくれない、出が悪いなどの悩みや卒乳、マッサージはここでできるよ!など、4児の現役ママでもある助産師がお答えします。午前は助産師を交えてみんなでトーク、午後は個別相談中心です。

相談員●小沼夕佳 助産師

産後ママとベビーのはなし 研修室

26日(火) 10:30 ~ 11:30

助産師が0~6か月ベビーとママのからだについてアドバイス。産後間もない時期の「どうたらいいの?」を解消します。終了後、一緒に研修室でランチしましょう!



対象●0~6か月児とママ<母子同室>
講師●足立麻理 助産師
定員●20組
申込●☎ 5/1(金)~

お引越しママ Day

19日(火)

この春、瀬谷にお引っ越しして来たママとお子さんの全カサポートDayです!まずは一緒に広場で過ごし、屋は他のひろばのスタッフも合流して、一緒にランチタイム。地域のレア情報が聞けるかも!瀬谷でのママ友づくりのきっかけにぜひご参加ください。瀬谷区の子育て支援情報を集めた「引越バック」も用意しています。

*昼食は各自でご準備ください。コンビニ弁当でOKですよ~
*ご近所に最近お引っ越ししてきたな~と思う方がいたらぜひお声かけくださいね。

プレママ♥Cafe

2日(土)・6/6(土)

10:00 ~ 12:00



ベビー誕生を待っているママ同士、情報交換しませんか?カフェインレスコーヒーやハーブティーを飲みながらお話ししましょう。だっこひもの試着もできますよ♪第2子以降の方はきょうだい児も一緒にご参加いただけます。

アドバイザー●足立麻理 助産師
定員●10組程度
申込●☎ 随時

ファミリーディ

プラレールめいっぱい! 研修室

16日(土)

※11:45~13:15は昼休みのため施設
プラレールをお部屋いっぱい広げてみんなで遊ばせよう!男の子はもちろん、おうちにはないおもちゃに女の子も楽しめるはず。パパやおじいちゃんの本領発揮(?)ご家族でどうぞ♪



●連続講座「ウチの子〇歳!」
シリーズが始まります

子どもは「育てる」のではなく
「育つのを待つ」もの!

ウチの子、【7~11か月!】【1歳!】【2歳!】
それぞれ3か月連続の講座で「こころの育ち」「からだの育ち」「みんなでフリートーク」と毎回テーマを設けています。参加者みんなで子育てについて学び、悩み、喜びを共有できる時間にしましょう。詳細は別チラシまたはホームページをご覧ください。
申込●☎ 受付中

昨年参加して、病院や学校、プレイスポットなど、地域に詳しいスタッフさんやママ同士で情報交換できました。ママ友もでき、引っ越ししてからの不安が軽くなりました☆



プログラムの電話申込みは ☎045-391-8316 ※申込方法が記載されていないものは予約不要です
定員ありのプログラムも、当日に空きがあれば「にこてらす受付カウンター」にて先着順で参加申し込みができます。



お昼の弁当販売やスタッフブログなど紙面に載っていない情報も盛りだくさん!ホームページもみて下さい♪ <http://nico-t.jp>

