

～病気や障がいがあっても、  
みんな大事な子どもたち～

にこてらすに来てくださるお子さんの中には、  
病気やしょうがいを持つお子さんもいます。お子  
さんを亡くされた経験を持つママもいます。  
様々な想いが出会う場であるにこてらすに、何  
ができるか考えて…今年から、啓発月間を実施し  
よう！ということになりました。  
そこで 3/21「世界ダウン症の日」、4/2「世  
界自閉症啓発デー」などを受けて、あいてらす  
月間を、この時期にしました。  
広場内に、啓発ポスターや家族の会のチラシな  
どを掲示します。ぜひご覧ください！

「コウノトリ先生が  
教えてくれたこと」  
～新しい命を大切にしない国に未来はない～  
3月20日(祝・月)  
13:30 ~ 15:30  
会場●横浜市開港記念会館 講堂  
参加費●大人のみ¥300 **保育受付終了**  
※一時保育の受付は終了しましたが、どうぞお子さん連れでご参加ください。  
登壇者●株式会社TBSテレビドラマ制作部プロデューサー 鈴木早苗様  
神奈川県立子ども医療センター新生児科部長 豊島勝昭様  
にこてらす「にこポンテ」担当スタッフ 五十嵐純子  
問合せ・申込み●コウノトリ講演会実行委員会事務局 (NPO 法人 まんま)  
TEL:045-303-5393 FAX:045-442-3666  
mail: kounodori320@gmail.com  
後援●横浜市子ども青少年局 / 地方独立行政法人神奈川県立病院機構

横浜子育てサポートシステムからのお知らせ

ちょっと子どもを預けたい時に気軽に使ってもらえる、地  
域の有償の支え合い活動です。保育園、幼稚園の送迎やリ  
フレッシュしたい時等、理由は問いません。預かる方も、  
預けたい方もまずは入会説明会にご参加下さい。お子さん  
を預けたい方は説明会後、その場で会員登録できます。説  
明会で詳しい仕組みを聞いてみませんか？

**入会説明会 (参加無料)**  
3月22日(水) 13:30 ~ 14:30 にこてらす研修室  
申込●電話または直接、にこてらすで受付ます。  
横浜子育てサポートシステム瀬谷区支部事務局  
電話 045-744-7207 (9:30 ~ 17:30)  
お子さん連れで参加いただけます。申込み時にお伝え下さい。

今月の出張お茶の会  
にこてらすを飛びだして、下記の地域に毎月  
“出張” しています。お近くの方は、ぜひおい  
でください。詳細はにこてらすまで。  
予約不要・参加無料

**五貫目町**  
3月7日(火) 10:00 ~ 14:00  
「のんびりおしゃべり＆ランチタイム」  
ホットプレートを持参すると  
焼おにぎりにできますよ♪  
【会場】五貫目町内会館

**阿久和団地** 10:00 ~ 14:00  
※飲み物あり。お弁当持参どうぞ！  
3月14日(火) のんびりおしゃべり♡  
【会場】阿久和団地第2集会所  
3月24日(金) みんなでランチ！  
簡単なワンタンスープを作ります。(材料費 50円)  
【会場】阿久和団地第1集会所

にこてらす インフォメーション

開館時間●火～土曜日 9:30～15:30  
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健脚な方で徒歩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  
クシー乗り場へ渡り、歩道を進む。中央バス停、地  
下道入り口を過ぎたら横断歩道を渡る。右にカー  
プをすすみ、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



「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子どもと開放的に遊んだり、  
のんびりと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！

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

今年のおいでのアンケート

今年の「おいでよ！」では、おもしろテーマや今ドキの子育て世代の共通テーマを毎月ラン  
キング形式でお届けします。過去に実施したアンケートから、人気だった質問も一部リニュー  
アルさせ復活リサーチしちゃいます!! ぜひご協力ください。この話題をネタに、ひろばで  
盛り上がりましょう♡

回答数 **101票!** パパ(ママ)に言われて  
『うれしかったひと言』、『むかついたひと言』  
(アンケート実施期間 2016/12/22 ~ 2017/1/7)  
※4月からは表紙テーマが変わります。アンケートにご協力ありがとうございました!

**1位: ありがとう 36票**  
忙しい日に作った料理で言われた時/体調不良で何もできな  
いので、謝ったら家に居てくれるだけで良いと言ってくれた/  
お弁当作った時/3児の子育て/いつも家の事、育児してる  
ことについて/マタニティブルー、産後うつっぽいときに言  
われると救われる/子どもがぐずって言う事を聞かずイライ  
ラしていると、ギューっとして言ってくれてうれしかった

**2位: ごはんおいしいね 15票**  
結婚当初は「みそ汁おいしい!」「すごいね、この料理」な  
ど言ってくれた/子どもが偏食で何作っても食べてくれない  
ので、パパが「おいしい」ともりもり食べてくれると泣ける

**1位: なし 22票**  
何も言わないので、なさすぎてイラッとすることもありませ  
ん/あった気もするけどすぐ忘れちゃいます/ないな。むかつか  
ないな/きっとあるけど思い出せません…

**2位: 最近太った? 13票**  
毎日「いつダイエットするの?三日坊主」/「(家族で)一番太  
っている」/尻がでかい

**3位: できないの? 11票**  
産後すぐに「泣きやまずこともできないの?」と言われた/「な  
んでできないの?やる気ないの?」

**3位: 結婚してよかった 14票**  
誕生日に花束とともにカードに書いてあった/「一緒にいる  
と楽しい」/「いろんな選択をしてきたけど〇〇(私)を選ん  
だことは間違いじゃなかったよ」

**番外編 20票 (言われたことない 4票含む)**  
「幸せだね」って家族でゆっくりしてる時、言い合えるとう  
れしい/子どもから手が離れたら二人で楽しもうね/「好き」  
たまに言われる/「ママが頑張ってくれてるから毎日安心でき  
る」/「手伝って」自分を必要とされていると感じられるから  
/「旅行に行こう」いろいろ国内旅行へ連れていってくれる/  
「冷蔵庫にいいものあるよ」いつもは発泡酒。この日はビール  
(選択肢の)全部♡/「絶対に離婚しない」/「～しておいたよ」  
と行動でも示してくれる/「子どもが俺になつくように育てて  
くれてると思ってるよ」「いい子に育ててくれてありがとう」  
/「頑張ってるよね」夜泣きが続いていたとき、朝の声掛けに  
助けられました/「今日は泊りになりそう」

**番外編 43票**  
「おむつ換えておいたよ。お礼は?」/「おまえ」/「育児より  
仕事のほうが大変だ」/毎日全てむかついてるよ/「(子どもが)  
私に似てる」と言ったら無言だったこと/「本を読んで勉強しろ」  
/「ぐっすり寝たい」/「うるさいねむい・だるい・疲れた」/「家  
事なんて簡単。俺の方がうまくできる」/「つわりでダラダラす  
る姿見たくないから三人目はいらない」/「(子どもが)でき  
たら産む」/節約必死なのに、お金を大切にしないようなことを子  
の前で言う/「(家事の)順番がおかしいよ」/「子どもにご飯  
あげた?」/「やらないとお母さんに怒られるよ」/「オレ、眠  
いんだけど…」/寝てたら「トドカセイウチみたい…」と。/「俺  
だってやってるよ!!」/「疲れてるから」/「休みの日くらいゆっ  
くり食べさせてよ」/子どものことを指摘すると「やってる」っ  
て言われる/「えっ、うち俺がやるの…」/具合悪い時の「俺  
のご飯は?」/「お金がかかるな」/怒りは6秒数えればおさ  
まる/「楽しそうでいいね」/新しいメニューに「おいしくないね。  
いらないや」

番外編の方が  
バラエティ豊かで面白いっ!!





**重要なお知らせ**

＜休館日＞日曜日、月曜日、祝日、施設点検日等、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。

① 申込みが必要なプログラムです。☎045-391-8316 か「にこてらす受付カウンター」に直接お申し込みください。当日でも、空きができれば先着順で参加申込みが出来ます。

② プレイリーダーが外遊びをリードします。プレイリーダーの目印は青い泥人（どろんちゅ）Tシャツ。

③ 研修室 研修室で実施するプログラムです。ひろばは通常通り利用できます。

④ はいはい広場 はいはい広場で実施するプログラムです。

⑤ 中&E 我们这里有会中文和简单英文的工作人员（中国語と、簡単な英語が話せる上海出身のスタッフがいます。）

⑥ Có nhân viên người Việt Nam sẽ hỗ trợ về tiếng Việt và Tiếng Anh (9:30 ~ 14:00) (ベトナム語と、簡単な英語が話せるベトナム出身のスタッフがいます。9:30 ~ 14:00)

日	月	火	水	木	金	土
26 休館日	27	28 相談 助産師	1 相談 助産師	2 相談 助産師	3 相談 助産師	4 相談 保育士
5	6	7 相談 助産師	8 相談 助産師	9 相談 助産師	10 相談 助産師	11 相談 助産師
12	13	14 相談 助産師	15 相談 助産師	16 相談 助産師	17 相談 助産師	18 相談 助産師
19	20 春分の日	21 相談 助産師	22 相談 助産師	23 相談 助産師	24 相談 助産師	25 相談 助産師
26	27	28 相談 助産師	29 相談 助産師	30 相談 助産師	31 相談 助産師	4/1

**プレママさん、プレパパさん♥おいでよ!**

**4日(土) 10:00 ~ 12:00 研修室**

はじめてのベビー誕生を待っているプレママ&プレパパ。赤ちゃん人形を使って、おむつ替えやだっこひも、沐浴体験などしてみませんか?ひろばでは、「ホンモノの赤ちゃん」とも触れ合えますよ!

アドバイザー●助産師 足立麻理  
定員●3組  
申込●☎2/18(土) からでんわしてください



**子育てゼミ "Hoi hoi" 研修室**

"Hoi hoi"とはハワイ語で 楽しい 幸せなどを表す言葉です。

特別企画②  
~イラ?モヤ?スッキリ井戸端会議!~

**10日(金) 10:30 ~ 11:45**

ちょっと聞いてよーって思うこと...いっぱいありますよね。お茶を飲みながら、小さなこと、大きなことみんなでグチってスッキリしましょう。

- ・ささやかですがお茶とお菓子を用意します。
- ・お子さんのおやつが必要な場合は各自ご持参ください。
- ・プログラム終了後、研修室でランチができます。

講師●助産師 足立麻理  
対象●0~6か月児とママ<母子同室>  
定員●10組  
申込●☎2/24(金) から でんわしてください

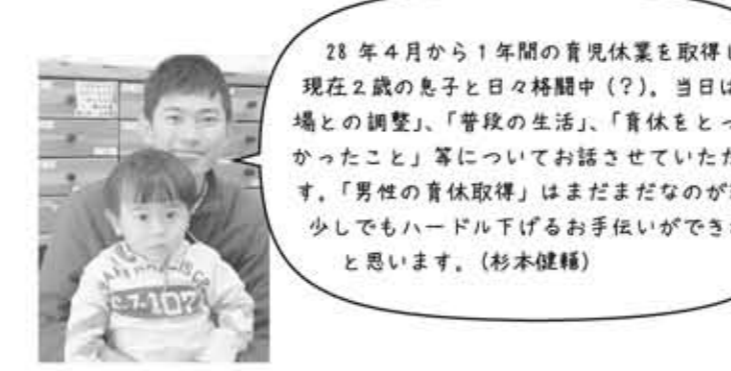
**かぞくの時間**

**「パパと息子の育児休暇物語」 研修室**

**11日(土) 13:15 ~ 14:30**

にこてらすの常連パパ杉本さん。育休中の1年間、育児と家事に正面から向き合ったパパと、その息子、ママの気持ちを一緒に聞いてみませんか?

お話ししてくれる家族●杉本健輔、杉本由起  
定員●20名 (夫婦でも子連れでも一人での参加もOK)  
申込●☎2/28(火) からでんわしてください



28年4月から1年間の育児休業を取得し、現在2歳の息子と日々格闘中(?)。当日は「職場との調整」、「普段の生活」、「育休をとって良かったこと」等についてお話をさせていただきます。「男性の育休取得」はまだまだなのが現状。少しでもハードル下げのお手伝いができればと思います。(杉本健輔)

にこっぴのフェイスブックが  
あるって知ってるっぴ?  
ひろばのひとコマを  
ほぼ毎回つぶやいてるっぴ  
駐車場の混雑状況を  
お知らせする時があるかも???  
みんな見てっぴ!!



**保育園の先生による相談タイム**

**23日(木) 9:30 ~ 12:00**

瀬谷区の保育園の先生に、「保育園ってどんなところ?」「遊びに行ってもいいの?」など気軽に聞いてみましょう。

相談員●横浜市中屋敷保育園(どんぐりクラブ)  
城所悦子保育士(育児支援専任)

**産後ママとベビーのはなし(お産のはなし)**

**28日(火) 10:30 ~ 11:30 はいはい広場**

命がけで臨んだお産のこと、初めて我が子に逢えたあの時のことを、泣いたり笑ったりしながら、みんなで話しませんか?終了後、一緒にランチもできます。

講師●助産師 足立麻理  
対象●0~6か月児とママ<母子同室>  
定員●10組  
申込●☎3/14(火) から でんわしてください

**巣立ちの会**

**31日(金) 11:30 ~ 12:00**

4月から保育園や幼稚園に行くお兄さん、お姉さんや、引っ越してしまうお友だち、ママ、パパ...新しい世界へ巣立つみんなと見送るみんな、一緒ににこてらすの思い出を写真で振り返りましょう。



いろいろあったね。  
たのしかったね。  
これからも  
ずっと応援していくよ!

↑ 昨年の様子

**にこてらすの相談ア・ラ・カル・ト**

カレンダー内にマークがある日は、専門の相談員がいます。個別に「じっくり相談」をご希望の方は、事前にご予約ください。横浜子育てパートナーへの相談は、火曜~金曜のいつでもどうぞ。

相談(助産師) 産前の準備や産後の気持ちの落ち込み、授乳トラブルやパースコントロールなどに助産師がお答えします。

相談(保育士) 子どもの育ちについての不安や、子どもへの関わり方、離乳食や夜泣きについてなどに保育士がお答えします。

相談(しょうがい) 自閉症、発達障がい、ダウン症などのお子さんを持つ先輩ママが、豊富な経験と知識で相談に応じます。

横浜子育てパートナー 各区に1名づつ配置された「子育て相談窓口」。必要に応じて制度をご紹介したり、関係機関にお繋ぎします。