

にこてらす①

二つ橋高等特別支援学校 赤ちゃんふれあい体験

今年も、お隣の二つ橋高等特別支援学校3年生の赤ちゃんふれあい体験が無事終了。始めは緊張した様子の生徒さんも、子どもたちの遊びに引き込まれて緊張も解けていきました。泥んこ遊びを懐かしんだり、生後2カ月の赤ちゃんを恐る恐る抱っこしたり。お別れの時に名残惜しそうにしていた男子生徒、帰り際にそーっと教えてくれました。小さい子どもは苦手だと思ってたけど可愛くて楽しかった…と！6日間で51人の生徒さんが体験しました。ご協力ありがとうございました。

にこてらす②

せや子育て応援マップ ぐるっとなび リポート

瀬谷区の子育て親子のためのおかけマップを区内の子育てママや親と子のつどいの広場スタッフと一緒に絶賛作成中！みんなで情報交換しながら、取材を重ねるうちに、ママリポーターも仲良くなり、ランチしたり。果物狩りや産直販売など、瀬谷区ならではのコンテンツ情報も掲載予定。完成は平成30年1月予定。お楽しみに♪

現役ママの目線で
取材中！→



にこてらす③

スタッフ林が ゲストスピーカーに！

かながわで暮らす外国人の声に学ぶ
中国出身の先輩ママとしてスタッフ林静が自身の経験を語ります！

10月4日(水) 13:30~15:00
受講料:1000円、定員20人
申込み:9/15(金)必着
対象者:外国につながる方との交流や日本語ボランティアなどに関心がある方
内容:日本語学習、出産、子育てなど、初めての経験に戸惑いながらも、日本語ボランティアや先輩外国人など様々サポートを得て乗り越え、現在は支援する側に至るまで。

「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！

P.S.

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



発行●瀬谷区地域子育て支援拠点 にこてらす



日本で子育てしていて「当たり前」だと思っていることが、世界の常識ではないかも!?そこで、各国のお産や子育て事情をリポートしてお届けします。協力して下さるのは、皆さんにこてらす仲間の多言語・多文化なママたち。プチ情報も要チェックだよ!

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)

10月6日(金) 13:30~14:30 にこてらす研修室
10月31日(火) 11:00~12:00 中屋敷保育園どんぐりクラブ
11月10日(金) 13:30~14:30 にこてらす研修室
申込●電話または直接。
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)
お子さん連れて参加いただけます。申込み時にお伝え下さい。

今日の出張ひろば
茶の間

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 共催:五貫目町ムーミンの会
10/3(火) 10:00~13:00 ばぶばぶ運動会
10/20(金) 10:00~13:00 のんびりおしゃべりタイム
12時からはランチタイム。お弁当持参どうぞ!
【会場】五貫目町内会館

阿久和団地 ※飲み物あり。お弁当持参どうぞ!
10/27(金) 10:00~14:00 ハロウィンごっこ
仮装大歓迎!貸衣装も少しあります。
【会場】阿久和団地第1集会場

あなたの国はどんな子育て!? インドネシア編

→日本から首都ジャカルタまでの飛行時間は約8時間半→



ターニー徳吉
●日本に住んで8年
●子どもは5歳6ヶ月

あなたの国の 出産スタイルは?

都会では帝王切開と自然分娩を選べます。しかし、帝王切開はお金がかかるので、自然分娩が多いです。夫が立ち合う人もいます。入院は3日間くらい。田舎では助産師が来てくれます。母乳は2歳まで飲みます。

赤ちゃんのお祝い・行事

妊娠7か月のとき、7枚のパティック(東南アジア産ろうけつ染めの布)を巻き、7種類の花と7か所の井戸の水を7人で掛ける風習があります。健康な赤ちゃんが生まれるようにする儀式です。生まれたのが女の子だったら、生後1か月でピアスをします。



パティック→

日本の子育てでびっくりしたこと・困った事

退院してすぐ、親や親族、友達が手伝いにたくさん来てくれます。日本ではそうではないので大変でした。百日祝いで写真を撮ったとき料金が高くてびっくりしました。生まれた時、お金が国から出るのが助かります。

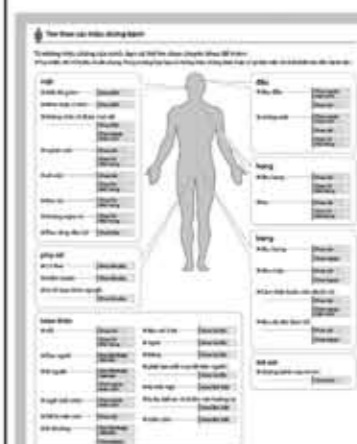
にこてらすにお願いしたいこと

近所の人でも普段は出会えず、にこてらすに来て知り合うことができました。相談もできて助かりました。

※あくまで個人の感想です

多文化多言語プチ情報

多言語医療問診票



日本で、日本語を話せない外国人が、病気やケガをしたときに、その症状を母語で医師などに伝えられるように制作されたものが多言語問診票です。診療科別に、全18言語に翻訳され、各言語に日本語が併記されています。利用無料。

<http://www.kifjp.org/medical/> よりダウンロードできます。詳細は <http://www.kifjp.org/medical/howto.html> にあります。

おすすめ料理

あっさりチキンラーメン【ミーアヤム】



鶏肉とニンニクを炒め、醤油とケチャップマニス、八角、水などを加えて煮ます。ごま油などを入れたチキンスープに、ゆでた麺と小松菜を入れ、カリッと揚げた餃子の皮、刻んだネギ、鶏肉をのせて出来上がり。辛いサンバルソースを好みでかけて召し上がれ。

045-391-8316

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
横浜市瀬谷区二つ橋町469
FAX●045-391-8447
メール●info@nico-t.jp
URL●http://nico-t.jp



にこてらすHP



<アクセス>

●電車の場合●相鉄線三ツ境駅から徒歩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渡る。右にカーブをすすみ、遊園りに左へ入り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。できるだけ公共機関をご利用ください。



「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。



① 申し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、空きがあれば先着順で参加申し込みが出来ます。
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。
はいはい広場 はいはい広場で実施するプログラムです。
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。)
T Có nhân viên người Việt Nam (ベトナム出身のスタッフがいます。)

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------------------|-------|--|---|--|-------------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 休館日 | | AMのみ 相談 助産師 | AMのみ 相談 助産師 | 相談 助産師 | 相談 助産師 | 相談 助産師 |
| | 中&E T | | | 中&E T | | 中&E (9:30~14:45) |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 体育の日 | | 振替のため休館 | | 相談 助産師 | 相談 助産師 | 相談 助産師 |
| | 中&E T | | | 中&E T | | 中&E (9:30~14:45) |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | | ① 申請 児童家庭支援センターういず 臨床心理士による相談デー 10:00~15:05 | ① 申請 上の子がいる 妊婦さん♡おいでよ! 10:30~11:30 | ① 申請 子育てゼミ "Hoi hoi" テーマ⑤ イヤイヤ期がやってきた! 10:30~11:30 | AMのみ 相談 助産師 | 相談 助産師 |
| | 中&E T | | | 中&E T | | 中&E (9:30~14:45) |
| HALLOWEEN Week (10/17~31) | | | | | | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| | | ① 申請 産後ママと ベビーのはなし 10:30~11:30 | | こどもの預け先の相談 10:00~11:45 10月生まれのお誕生日の集い 11:45~12:00 | 相談 助産師 | 相談 助産師 |
| | 中&E T | | | 中&E T | | 中&E (9:30~14:45) |
| 29 | 30 | 31 | 11/1 | 2 | 3 | 4 |
| | | HAPPY HALLOWEEN! | | 相談 助産師 | 相談 助産師 | 相談 助産師 |
| | 中&E T | | | 中&E T | | 中&E (9:30~14:45) |

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～土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 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 子育て相談総合窓口、利用者支援専門員が対応。必要に応じて、支援機関を紹介・仲介も。学齢期のご相談や電話相談もどうぞ。
 ☎045-744-5554 (専用ダイヤル)

かぞくの時間 研修室
「ズーラシアのおねえさんがやってくる！」
7日(土) 10:00~12:00
 ゴシゴシ・アニマル工作、カンガルーのお母さん体験など、家族で楽しめる体験型企画です。
 講師 ●よこはま動物園ズーラシア 矢作・松本
 申請 ●不要

おもちゃ病院@にこてらす 研修室
14日(土) 10:00~15:00
 お気に入りのおもちゃが壊れちゃった…などの症状を、おもちゃ病院のドクターが診察してくれます。事前申込みした上で、当日までにおもちゃを持参して下さい。修理の見学歓迎！直っていく様子にはワクワクしますよ！
 定員 ●おもちゃ 15個まで (1家族2個まで)
 申請 ●☎10/12(木)まで受付中

児童家庭支援センターういず 臨床心理士による子育て相談デー
17日(火) ①10:00~10:50 ②14:15~15:05
 個別相談・要予約 ※上記以外に、午前午後とも1時間ずつ、広場でフリーにご相談いただけます。
 子どもをうっとうしいと感じてしまう、怒りはじめると止まらなくなってしまふ、ウチの子上手に遊べない気がする…など、日々の子育てで感じるネガティブな想いを、臨床心理士でプレイセラピストの相談員に話してみませんか？
 相談員 ●児童家庭支援センターういず 臨床心理士 来山光江
 定員 ●2組 1回50分 先着順
 申請 ●受付中

上の子がいる妊婦さん♡おいでよ! はいはい広場
18日(水) 10:30~11:30
 はじめてのベビーの時と産後は何が違うの？上の子の赤ちゃん返りって？など赤ちゃんが産まれる前に知っておきたいこと、準備しておきたいことを一緒にお話ししませんか？お子さんも一緒にご参加いただけます。
 アドバイザー ●助産師 小沼夕佳
 定員 ●10組
 申請 ●☎10/4(水)からでんわしてください



子育てゼミ "Hoi hoi" はいはい広場
 "Hoi hoi" とはハワイ語で 楽しい 幸せなどを表す言葉です。
テーマ⑤イヤイヤ期がやってきた!
 ~格闘中なう! のママへ乗り切り方をお伝えします~
19日(木) 10:30~11:30
 日々の子育ての中で困ったこと、気になること…みんなの困った! に効くレシピをお話します。
 講師 ●保育室ネスト 施設長 宮本早苗
 定員 ●10組
 申請 ●☎10/3(火) から でんわしてください

産後ママとベビーのはなし はいはい広場
24日(火) 10:30~11:30
 助産師が0~6か月の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「どうしたらいいの?」を解消します。終了後、一緒にランチしましょう!
 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
 申請 ●☎10/11(水) から でんわしてください

こどもの預け先の相談
26日(木) 10:00~11:45
 保育所(認可保育所・認定こども園・横浜保育室・一時預かり事業など)の入所、幼稚園に関する相談が、ひろばで子どもを遊ばせながら気軽にできます。
 相談員 ●保育・教育コンシェルジュ 平井清美