

にこてらすに「コウノドリ」がやってきた!

あけましておめでとうございます。にこてらすは数少ない庭がある拠点の一つです。昨年、利用者さん親子とボランティアの中学生と一緒に庭のすみっこでお米を作りました。「こんなに大きくなった」と手を叩いて喜んだり、どっちが雑草を抜くかでケンカしたり、お兄さんが稲刈りする姿を目を丸くして見つめたり…。そんな子どもたちの関わり合いをお母さんは笑顔で見守っていました。にこてらすと一緒に子どもの成長を喜び存在でいられるよう、今年も頑張っていきます。みんなで子育てしましょ!

施設長 立原久美子  
スタッフ一同



12/22 に最終話をむかえたTBSドラマ「コウノドリ」。ご覧になりましたか?実は、あの最終話の撮影に、にこてらすが使われました!撮影日は12/14(木)。6:30の準備から始まり、撮影は一日がかり。当日、ご協力いただいた利用者の方皆さん、本当にありがとうございました!知らずにいらして驚かせてしまった皆さん、本当にごめんなさい。

私たちは、医療現場と地域子育て支援が結び付くことを、ずっと願ってきました。それは、一朝一夕ではできないことだし、片思いでも難しい。だからこそ「コウノドリ」のようなドラマを通して、たくさんの人にメッセージが届くなら応援したい!そんな思いで、お手伝いさせていただきました。みなさんの感想もぜひ教えてください。



撮影終了後の記念品ノート

© 鈴木ノコウ/講談社



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)

1月27日(土) 10:30~11:30 にこてらす研修室  
2月27日(火) 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)  
お子さん連れで参加いただけます。申込み時にお伝え下さい。

新しいコーディネーターの新メンバーを紹介します!



岩間 恵

はじめまして。阿久和小キッズクラブから来ました。私も2人の子育てをしました。子育てサポートシステムの活動が、みなさんのお力になれるよう頑張ります。よろしくお願いします。



小島 章子

ん?子育てサポートシステム?何それ?という方にもこの活動を知っていただけるようがんばっていきます!これまでと変わらずひろばにも座っていますので、みなさんとお話できるのを楽しみにしています。よろしくお願いします。



毛利 加奈子

1月から、子育てサポートシステムのお仕事をさせていただく事になりました。子育てサポートシステムをきっかけに、地域交流の活性化に繋がるよう一生懸命、力を注いでいきたいと思っています。どうぞ宜しくお願いいたします。

にこてらす インフォメーション

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。  
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

FAX●045-391-8447

メール●info@nico-t.jp

URL●http://nico-t.jp



にこてらすHP

にこてらすFaceBook  
あります!見てね!



<アクセス>

●電車の場合●相鉄線三ツ境駅より徒歩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。タクシー乗り場ついでに道み、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。

「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!

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!

あなたの国はどんな子育て!? 中国編

→日本から中国(長春)までの飛行時間は約3時間→



王婉婷(おう えんてい)  
●日本に住んで7年  
●6歳と1歳

あなたの国の

出産スタイルは?

自然分娩と帝王切開は半々です。夫は立ち合いませんが、1週間入院します。大きい病院で自然分娩するときは、2日間と短いので、生まれたらすぐ退院させられます。基本的には母乳です。中国では、病院の食事と世話は家族がします。

退院すると「月嫂」と言って、産後のお世話をしてくれる年配女性を雇います。おむつの替え方、おっぱいの飲ませ方など、いろいろ教えてくれます。主に赤ちゃんの世話をしてくれます。しかし、かなり高い料金なので、お金に余裕がある家庭が利用します。

赤ちゃんのお祝い・行事

1才のときにお祝いをします。中国では「抓周」といって、親戚を呼んで食事をします。そのときに、ペンとか計算機とかお金とかを並べ、子どもに選ばせて将来を占います。ペンなら作家、計算機なら商人や会計士、お金なら将来お金持ちになるという意味になります。

日本の子育てでびっくりしたこと・困った事

日本の冬は、子どもが薄着なので、風邪を引かないかと心配です。日本の看護師さんは、とてもやさしいです。

にこてらすにお願いしたいこと

にこてらすは子育て中のお母さんにとって、とても良い場所です。日本のお母さんだけじゃなくて、外国の子育てのお母さんにもやさしい場所です。9月のゆかた祭りみたいな外国人ママ向けプログラムがもっとあって欲しいです。

※あくまで個人の感想です

多文化多言語プチ情報

小児救急医療

子どもが急に病気になった時に慌ててしまうのはどこの国のお母さんも一緒です。急いで病院へ行くべきか、子どものどんな様子を伝えれば良いのか、どこへ相談すればよいのかなど、ふだんから知っておく必要があります。【子どもがきゅうに病気になったときの病院のかかり方【簡易版】】は病気になった子どもの観察ポイントや、事故予防について書かれています。優しい日本語の他、6言語でパンフレットが作られました。横浜市救急相談センターや多言語医療問診票の案内も掲載。にこてらすでも配布していますが、横浜市医療局HP「小児科のかかり方(PDF)」でみる事ができます。

小児急救方法 簡易版



おすすめ料理

子どもも大好き! 甘酸っぱい味 【鍋包肉】

豚ロースに片栗粉をまぶしてカリッと揚げます。醤油、砂糖、酢、酒で味付けし、片栗粉でトロ味をつけた調味料で手早く炒めます。千切りにした人参、生姜、ネギ、ニンニクも加えて炒めます。お好みで香菜をのせて出来上がり。



くわおばおろう



**申** 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、空気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&E** Có nhân viên người Việt Nam sẽ hỗ trợ về tiếng Việt và Tiếng Anh (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。)

日	月	火	水	木	金	土
31 元旦 ☺	1 休館日 ☺	2 ☺	3 ☺	4 あけます! おめでとう ございます ☺ 相談 助産師 しょうがい 相談 助産師 しょうがい T&E ~14:00	5 ☺	6 相談 助産師 中&E ~14:45
7 成人の日 ☺	8 振替のため休館 ☺	9 ☺	10 ☺	11 相談 助産師 しょうがい 相談 助産師 しょうがい 中&E ~13:30 T&E ~14:00	12 相談 助産師 T&E	13 相談 助産師 申 プレママさん、 プレパパさん♥おいでよ! 10:00~12:00 研修室 中&E ~14:45
14 ☺	15 ☺	16 AMのみ 相談 助産師 中&E T&E	17 相談 助産師 中&E T&E	18 相談 助産師 しょうがい 相談 助産師 しょうがい 中&E T&E ~14:00	19 PMのみ 相談 助産師 T&E	20 相談 助産師 中&E ~14:45
21 ☺	22 ☺	23 AMのみ 相談 助産師 申 産後ママと ベビーのはなし 10:30~11:30 中&E T&E	24 ☺	25 相談 助産師 しょうがい 相談 助産師 しょうがい 育児支援専任保育士による 相談タイム 9:30~11:30 中&E T&E ~14:00	26 申 子育てゼミ "Hoi hoi" テーマ⑥生活リズムって? 我が家のリズムを見つけよう 10:30~11:30 T&E	27 相談 助産師 申 子育てサポート システム入会説明会 10:30~11:30 研修室 1月生まれの お誕生日の集い 11:45~12:00 中&E ~14:45
28 ☺	29 ☺	30 中&E T&E	31 申 臨床心理士による相談デー 10:00~15:05 相談 助産師	2/1 相談 助産師 しょうがい 相談 助産師 しょうがい 中&E T&E ~14:00	2 相談 助産師 T&E	3 相談 助産師 中&E ~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。



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。

横浜子育てパートナー ☎045-744-5554 (専用ダイヤル)

**プレママさん、プレパパさん♥おいでよ!**  
**13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 小沼夕佳  
 定員●3組  
 申込●随時 できわめてください



**産後ママとベビーのはなし はいはい広場**  
**23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  
 申込●1/10(水) から できわめてください



**育児支援専任保育士による子育て相談タイム**  
**25日(木) 9:30~11:30**  
 子育ての心配事、保育園についてのギモンなどなど、瀬谷区の保育士さんに広場で気軽に相談ができます。  
 相談員●横浜市中屋敷保育園育児支援センター どんぐりクラブ 専任保育士 城所悦子

**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。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。  
 テーマ⑥生活リズムって?  
 ~我が家のリズムを見つけよう~  
**26日(金) 10:30~11:30**  
 講師●こども家庭支援課 保健師 鈴木奈津子  
 定員●10組  
 申込●1/10(水) から できわめてください

にこてらすを飛びだして、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  
**阿久和団地 10:00~14:00**  
 ※飲み物あり。お弁当持参どうぞ!  
**1/26(金) 水餃子を作ろう**  
 中国人スタッフと一緒に、本場の水餃子を作って食べましょう。  
 【会場】阿久和団地第1集会所

あけまして、おめでとうござい!^^  
 今年もにこっぴいスタッフ一同  
 よろしくお祈りします  
 年始は1月4日(木)より開館だっぴい♪  
 元気なお友達が遊びに来てくれるのを  
 楽しみにしてるだっぴい^^



にこっぴい

**お誕生日の集いってこんな感じ**  
 ランチタイム前にその月の誕生日のみんなをお祝いをする「お誕生日の集い」。この1年の成長を振り返り、みんなで歌をうたってハッピーバースデー♪ 今月は27日(土) 11:45~に行います。  
 パースデーフォトフレームもあるので遊びに来てね!  
 お誕生月のお子さんはもちろん、ママ、パパでもOK!



Happy Birthday

**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**  
**31日(水)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う、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  
 申込●1/10(水) から できわめてください  
 ※2月は20日(火)①10:00~10:50②14:15~15:05に行います。  
 申込●1/30(火) から



**おもちゃ病院@にこてらす**  
**2月10日(土) 10:00~15:00 研修室**  
 動かなくなったり、壊れてしまったおもちゃをおもちゃ病院のドクターが治療してくれます。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)  
 申込●1/20(土)~2/8(木) できわめてください