



中区では、外国人住民と日本人住民が共により良く暮らすために「中区多文化共生推進アクションプラン」を推進しています。多言語広報紙では、行政情報や暮らしのルール、社会の制度など生活に役立つ情報を英語と中国語でお伝えしています。

中区多言語広報紙
英語版 中国語版



子どもと過ごす

気軽に楽しく

みんなで子育て

子育ては分からないこともたくさん。みんなは普段どうしているのか、疑問や相談先、これが役に立ったね、など、“のんびりんこ”（下記参照）へ行ってみて話してみました。



座談会メンバー

- カーティク クマランガラ さん (子4か月/在住1年)
- トワナ デ ヘスス さん (子2歳/在住1年)
- アナミトラ バナルジ さん (子1歳8か月/在住4年)
- チョウ スイ さん (子2歳、9歳/在住2年)
- のんびりんこ 藤井 さん (横浜子育てパートナー)



◀左からカーティクさん、トワナさん、アナミトラさん、チョウさん▶



●普段どんなところへ出かけていますか。どんなところがあると良いですか。

アナミトラさん「子どもが歩くのが好きなので山手の周辺を歩いています。夏は暑く、家で遊ぶものの、2人だけではつまらないので、他の人がいるところで遊びたいです」

カーティクさん「まだ小さいので出かける時は一緒に連れて行っています。同じ年頃の子が集まるところがあれば遊びやすいので連れて行きたいです」

トワナさん「駅近くの商業施設や公園、地域のお祭りなどに行っています」

チョウさん「私はのんびりんこを利用しています」

藤井さん「のんびりんこは室内なので、夏でも涼しく冬でも暖かく他の利用者と一緒に遊ぶことができます。対象年齢は妊娠期・0歳～小学校入学前の6歳です。傾向としては0～2歳の子が多く利用しています。同じ年頃の子が集まるイベントもあり、そこで次の約束をしたりする人もいますので、是非参加してみてください」

●子育てで悩んだときは誰に相談していますか。どんな悩みごとがありますか。

トワナさん「同僚や、交流サイトの人達に相談しています」

アナミトラさん「親の他にはなか国際交流ラウンジの日本語教室の先生に話します」

チョウさん「友達に相談しますが話す以上にたくさんの細かい疑問がよく浮かびます」

アナミトラさん「2人だけでいると同じ年代の子がどんな風にコミュニケーションを取っているのか気になります」

藤井さん「他の親子と過ごすことは良い刺激になると思います」

カーティクさん「親は子どもに対して自国の母語で話すことも大事だと思います。悩みとしては、多国籍が当たり前の自分が育ったイギリスとは異なり、日本では子どもが寂しく感じないか、自分が人と違うと感じないか心配です」

チョウさん「疎外感については外国人だからというだけでなく、一人ひとり個性が違うことで感じるように思います」

いつでも遊びに来てください!

英語が話せるスタッフもいます♪

▼のんびりんこ
スタッフの皆さん
(前段一番右が
藤井さん)



のんびりんこ (中区地域子育て支援拠点)

所在地: 横浜市中区住吉町 1-12-1 belle横浜 3階 (P4 地図参照)

開館時間: 9:30~12:30, 13:00~16:00

休館日: 日・月曜、年末年始 TEL/FAX: 045-663-9715

●地域子育て支援拠点は・・・

各区に1か所以上あり、主に就学前のお子さんと保護者が共に遊んで過ごし、交流するスペースの提供、子育てに関する相談や情報の提供などを行う支援拠点で、利用登録をして、無料で利用できる施設です。

●横浜子育てパートナーとは・・・

子育ての悩みや困りごとについて一緒に考え、必要な情報を提供したり、地域の施設や支援機関を紹介する専任スタッフです。ひろばで子どもを遊ばせながらも、個室でも、電話でも相談ができます。

※通訳が必要な場合は別途依頼してください。(P3 Q&A 参照)



カーティクさん

「自分がいたイギリスでは子どもはベビーシッターに週3日程度預けるのが当たり前でした。今回の会で子どもを預かってもらえる制度^(※)を知ったので、少しでも使ってみよう妻に勧めようと思います。また、家族だけで話すのではなく、中立的な立場で話を聞いてもらえる場所や人がいることを知ることができて良かったです」



トワナさん

「今保育園に入っている子どもが3歳になったら幼稚園に移動させなければならないと思っていましたが、自分の子の保育園はそのまま通うことができると知れて安心しました。自分と同じ境遇の人と交流することはとても大事で、そういった仲間づくりはいろいろな人にとって必要だと感じます。現在ではソーシャルメディアでの交流も盛んですので探して活用して欲しいです」



アナミトラさん

「同じように子育てをしている人たちには、愛情をもって、忍耐強く、勇気と希望を持って欲しいです。今日のんびりんこへ来て、これから毎日来たいと思いました。おもちゃも沢山あり、この場所にいる他の子どもとの交流もできて、子ども自身もとても楽しんでいました。のんびりんこには保育士などの専門家が来て相談ができる日もあるということなので、そういう機会も捉えて参加してみたいと思います」



「日本人でも引っ越しなどで住む場所が変われば不安になることもあります。でも、どんなことでも話をするだけで気が楽になることも多いです。いつでも話しに来てください。」



私もみなさんが遊びに来てくれることを楽しみに待っています！」

藤井さん

※子どもを一時的に預かってくれるところ

「一時保育」

対象：認可保育所等に在籍していない就学前までの子
保護者等の仕事や疾病、入院等により一時的に家庭での保育が困難となる場合や、リフレッシュしたいときなどに児童をお預かり（保育）する制度です。▼

「乳幼児一時預かり」

対象：横浜市内在住の
生後57日から就学前までの子
理由を問わず、一時的にお子様をお預かりします。▶



(予約ページ)

「横浜子育てサポートシステム」

対象：生後57日以上で
小学校6年生までの子
子どもを預かって欲しい人と、子どもを預かる人に会員登録していただき、会員相互の信頼関係の下に預け、預かりを行うシステムです。



日常的に子どもを預けたいときには…

小学校に入る前の子どもを預かって保育や教育をするところとして、次のようなところがあります。



「保育所（保育園）」対象：0～5歳

仕事をしている親や病気の親の代わりに子どもを保育する施設です。施設により、預かる年齢が異なります。
(2024年4月からの入所の申し込みはP3参照)

「幼稚園」対象：3～5歳

小学校と中学校と同じ学校です。遊びを大切にしながら教育を行う施設です。

「認定こども園」対象：0～5歳

保育所と幼稚園の両方の機能を持つ施設です。保育・教育を一体に行います。

※対象年齢はその年の4月1日時点の年齢です。

千ヨウさん

「日本では遊ぶ場所や子どもを育てる良い環境はありますが、間違えてはいけなと感じたり、通訳をお願いしてもきちんと伝わっているか不安だったりします。自分に不安や壁がある時、言語の違いにより更に信頼関係を築きにくくなると感じます。幼稚園情報や学校のこと、病院への相談先が知りたかったので、ここで知ることができて良かったです。子育てには一歩踏み出すことも必要だと思います」



▶中区おでかけスポットマップ 乳幼児と親が遊びに行ける屋内外の施設を紹介しています。



■親子の居場所で遊ぶ

- 親子のつどいの広場「シャーロックBABY本牧」
(家庭的な雰囲気の中でスタッフと遊んだり相談したり、一時預かり(別料金)も行っています)
月～金曜 10:00～16:00
利用料：100円／1回(2H)(2023年9月時点)



- 子育て支援者事業 ～ぶつくりんこ～
(先輩ママと一緒に遊ぶ/地域ケアプラザなど)
毎週1回曜日固定 10:00～12:00 利用料：0円(無料)

- 私立・公立保育園で遊ぶ 利用料：0円(無料)
(園庭で遊ぶ、絵本の貸し出し、育児相談・講座、一時保育(別料金)など)

他にもたくさん！

※中区役所で紙でも配布しています。(日本語版のみ)

中区役所5階のこども家庭支援課で保育・教育コンシェルジュがご相談にのりますので、事前にご予約ください。TEL：045-224-8172 (日本語)

問合せ先の応答について特に記載のないものは、日本語での対応になります。

高齢者インフルエンザ予防接種を受けましょう

高齢者や免疫力が低下している人はインフルエンザにかかると重症化することがあります。また、新型コロナウイルスと同時感染するリスクを回避するためにも、予防接種を受けましょう。

期間：12月31日(日)まで

対象：65歳以上の人

場所：市内の協力医療機関

費用：2,300円

※在留カードなど年齢・氏名・住所を確認できるものを持って行ってください。

※予約が必要な場合があるので、医療機関に事前に電話をしてください。

※協力医療機関を英語・中国語で知りたい人は、なか国際交流ラウンジ(中区役所別館1階・TEL:045-210-0667)にお問い合わせください。

<中区役所福祉保健課

TEL:045-224-8332>

結核に気を付けましょう

結核とは、結核菌を吸い込むことで感染(空気感染)し、主に肺に炎症が起こる病気です。感染した人の10人に1人は発症するとされています。結核は昔の病気ではありません。咳や痰が出る、微熱、身体のだるさ、体重が落ちた等の症状が2週間以上続く場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

<中区役所福祉保健課

TEL:045-224-8332>

中国語を母語とする人のための妊婦教室のご案内(中国語通訳付)

母語が通じない日本での子育てに不安はありませんか? 母国とは異なる出産や育児に戸惑いを感じることも多いかもしれません。同じ悩みを抱えるママ達と一緒に、日本での妊娠・出産・子育てについて考えてみましょう。

日時：12月7日(木) 13:30~15:30

(集合) 13:10 中区役所本館1F
総合案内付近(会場は中区地域子育て支援拠点「のんびりんこ」)

対象：中区に住む中国語を母語とする妊婦とその家族 計10人

費用：無料

申込：10月16日(月)からメールで→

E-mail: na-purema@city.yokohama.jp

※氏名・町名・電話番号・出産予定日・参加予定人数を記載してください。

<中区役所こども家庭支援課

TEL:045-224-8171>

2024年4月から保育所に子どもを預けたい人へ

保護者が働いていたり、病気などで日中、子どもを家庭で育てられないとき、保護者に代わり保育する施設が保育所です。生後57日から小学校入学前までの子どもを預けることができますが、園によって預かる子どもの年齢は異なります。

申込期間：10月10日(火)~11月6日(月)

※郵送受付・消印有効

※すでに2023年度の申込みをしていますが保育所に入所できていない場合は再度申し込みが必要です。

<中区役所こども家庭支援課

TEL:045-224-8172>

シリーズ
商店街

イセザキ・モール

区内駅近くにある伊勢佐



木町は、日本のヒット曲でも歌われるなど、古くから多くの人に親まれてきました。大きなウェルカムゲートから始まるイセザキ・モールをブラブラ歩けば、伝統を受け継ぐ老舗や新しいお店、外国の料理店や雑貨店、まちのオブジェなど、魅力的なものを発見することができます。

季節ごとのイベントも楽しみのひとつで、冬にはイルミネーション イセザキ☆ライトがあります。みなさんもお気に入りのものを探しに出かけてみませんか。

<中区役所地域振興課

TEL:045-224-8131>

国際サービス員 区役所 2階 22番窓口
(中国語)8:45~15:45 (英語)10:00~17:00

区役所業務の案内、窓口での通訳、諸証明を取るときの申請書の記載サポートなどを行います。日本語での手続きが不安な人は、声をかけてください。

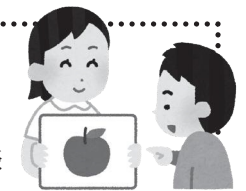
これがわからない!
Q&A



子どもの発達に気になることがあります。相談ができる場所はありますか?

▶中区役所こども家庭支援課では、妊娠期から18歳までの子育てに関するさまざまな相談を受けています。言葉が増えない、落ち着きがないなど子どもの発達に不安を感じている時は、相談してみましょう。また、乳幼児健康診査^{*1}でも、子どもの成長の確認や相談ができます。

▶中区役所こども家庭支援課(5階54番窓口) TEL:045-224-8171



日本語があまりわからないので、子どものことで相談する時に話が通じるか不安です。

▶区役所や地域療育センター^{*2}、地域子育て支援拠点、保育所などでの相談には、横浜市国際交流協会(YOKE)が行っている横浜市通訳ボランティア派遣制度(無料)の通訳派遣や遠隔通訳を利用することができます。事前に相談先の機関から手続きを行う必要があるため、相談先に聞いてみましょう。また、この制度以外にも横浜市多文化共生総合相談センターに通訳の相談ができます。

▶横浜市多文化共生総合相談センター(12言語対応)

TEL:045-222-1209

E-mail: t-info@yoke.or.jp

URL: https://www.yokoinfo.jp



乳幼児健康診査^{*1}

4か月、1歳6か月、3歳の時に、区役所で行っている健康診査があります(対象の人には手紙が届きます)。診察等で子どもの成長や発達を確認することができるので必ず受けましょう。育児相談や離乳食、歯みがきなどの相談もできます。通訳が必要な場合には事前に中区役所こども家庭支援課に相談してください。

^{*2} 地域療育センター：0歳から小学校期までの障害児の療育に関する相談等を行っている機関。



中区のイベントに参加してみよう!

ちょっと出かけて
みませんか

秋になるとさまざまなイベントが開催されます。中区でも中区民祭り「ハローよこはま2023」や「中区多文化フェスタ」などが行われます。地域で行われている行事に足を運んでみてはいかがでしょうか。

11/12(日)
10:00~16:00

中区民祭り ハローよこはま



★中区民祭り「ハローよこはま2023」

1976年から続く伝統あるお祭りを今年も開催します。子どもたちが輝くステージ企画や、中区にゆかりのあるさまざまな企業・団体が多様なブースを出店します。また、2027年に開催する「GREEN×EXPO 2027(2027年国際園芸博覧会)」や、同じ年に迎える「中区制100周年」に関する特設ブースも設けます。ご来場をお待ちしています。

【会場】象の鼻パーク 横浜市中区海岸通1丁目

【問合せ】中区役所地域振興課

TEL:045-224-8131

※荒天等により、中止とする場合があります



▲中区ゆかりの企業・団体が出だし、グルメや展示を楽しめます。中区の魅力を見つけてみては?



▲吹奏楽や中国獅子舞、ダンス、チアなどのステージ企画が区民祭りを盛り上げます!

▲プロスポーツチームによるスポーツ体験もできます!

12/16(土)

★中区多文化フェスタ

色々な国の文化を味わえるワークショップをご用意しています。ぜひお越しください。※詳細は、なか国際交流ラウンジのウェブページをご確認ください。

【会場】なか国際交流ラウンジ

横浜市中区日本大通り35
(中区役所別館1階)

【問合せ】なか国際交流ラウンジ(日・英・中対応)

TEL:045-210-0667



中区に暮らす外国人が発見 日本の暮らしと文化

日本で私が選んだ教育スタイル



子どもたちが日本に来る前、私はずっと日本の教育制度を調べていました。成績が優秀な子を育てるための教育制度についてです。つまり子どもたちを良い学校に入れる方法を知りたかったのです。

しかし子どもたちが日本に来てから、私は不安でたまらなかったです。なぜなら、まだ日本語を話せない子どもたちに中学校受験という道を選ばせたからです。そして「勉強漬け」モードが始まって、毎日たくさんの宿題や学習をさせました。強いプレッシャーの下、子どもたちは勉強に嫌気がさしてきました。そこで気付いたのです。これは子どもたちが本当に望んでいることではなく、私が押し付けた期待だったのです。

たくさん反省して分かったことは、子どもを優秀な子に育てることより、私は母親としてどうあるべきかを学ばないといけないということです。これは子育ての途中で日本に子どもを連れてくる親の共通の問題だと思います。

私の子どもたちが今必要としているのは勉強だけではなく、親と共に過ごす時間や友人と一緒にいる時間です。そして、自分の本当の気持ちにも気が

きました。私が親として望むことは、完璧な子どもであるよりも健康な子どもであってほしいということです。

さまざまな情報収集から、人生はそれぞれの選択肢があるということも分かりました。たとえ入学試験に失敗しても、子どもたちに合った道が必ずあります。この考えは、我が子が勉強に関しては成績が優秀な子どもよりも遅れるかもしれませんが、私が最初に思い描いていたような優秀な子どもにはなれないかもしれませんが、子どもたちが心身ともに健康であれば、将来どの道に進んでも前に進む力を持てるのです。

最終的に、私は自分が一番良いと思うことを与えるよりも、子どもたちが本当に必要なものを与えることを選びました。この選択が正しいかどうかは分かりませんが、今の状況においては、最も適切な選択だと思っています。

(なか国際交流ラウンジ中国語スタッフ)

知ってほしい!
日本の文化

たい 鯛

季節の行事や、衣・食・住に関する日本の文化などを紹介します



日本では鯛は縁起の良い食べ物として知られています。鯛は紅白の色をしており、寿命が長く、「めでたい」と語呂合わせができるからです。また鯛の体内には「鯛の鯛」と呼ばれる、鯛の形をした骨があり、金運アップや厄除けに効果があるそうです。見つけたら財布などに入れて持ち歩くご利益があるかもしれません。

鯛はお祝いの席でよく食べられます。その1つが平安時代(794-1185年)から続く「お食い初め」です。「お食い初め」とは子どもが生まれて約100日目に「一生食べ物に困らないように」という願いを込め、子どもに鯛を食べさせる真似をする儀式です。鯛は尾頭付きで塩焼きのものを用意します。それは「首尾一貫(初めから終わりまで貫く)」という意味から長寿の願いを込めるためです。機会があれば、日本の伝統文化を体験してみてください。



<多言語広報紙配布先を募集しています> 外国人の集まるお店や病院、機関など、ご希望があればお届けします。

●次号は1月1日発行です