

『陽だまり』20周年に寄せて「子育てで大切なこと」

初代編集長 桑原 泰恵 (池子ほっとスペース・カフェちょこっと統括責任者)



お腹の中に小さな生命が宿り、いよいよ始まる我が子との生活。その時どんな気持ちでいましたか？まず最初に願ったのは順調に育ち、元気に産まれてきてくれることではなかったでしょうか。でもそのためにお母さんができることはサポート的な事。赤ちゃんの育つ力が最大限になる様に母体の健康を保つことくらい。そしてそれは産まれてからも同じです。子育てはその子に備わっているものを引き出し伸ばせる様に、親が試行錯誤しながら成長する営みなのです。

子育てはやりがいがある面白いもののはずですが、行き詰ったり、他の親と比べて自分をダメと感じたり、辛くなる時もあります。こんな時助けてくれるのは生きた知識と仲間です。

朝起きて子どもと出かける所がある、声をかけてくれる人がいる、悩みを語り合える仲間がいる。人との繋がりの中で知識を得、我が子の故郷となるこの町に温かさを感じられれば、子育てが楽しくなってきます。

『陽だまり』はこうしたお手伝いができる様にと創刊されました。現役お母さんが子育てに役立つ情報を送り届ける。会ったことはなくても同じ町で子育てしている同志たちにエールを送る・・・。

お母さんの笑顔が見たい!と夢中でつくってきた『陽だまり』が20周年を迎えました。メンバーは変わっても逗子で子育てするお互いを思いやる気持ちは変わりません。だから20年続いた・・・そしてこれからも続いていきます。ありがとう、そしてこれからもよろしくお祈りします。

20周年記念のイラストは、元編集スタッフ花澤ももこさんに描いていただきました!



おめでとう、
創刊20周年 **陽だまり** FREE PAPER
 逗子市のママたちが制作しています
特別号 ~逗子で楽しい子育てを~

特集 #逗子の秋冬 季節を探しに行ってみよう!



▲現役スタッフの子どもたちが描きました!

こんなワタシに表・彰・状!



No.55(2015年冬号)

ささやかなけど頑張っている自分に自分で表彰状授与しちゃ!

子育てあるあるエピソード!



No.62(2017年秋号)

私だけじゃなかったんだ! みんなの体験談はわかるー!と共感の嵐

ずしあるあるすごろく!



No.67(2018年冬号)

読んでおもしろい遊んで楽しい、一石二鳥の特集です!

逗子トリビア第一弾!



No.68(2019年春号)

へ〜!なるほど!な豆知識の宝庫。これ気になってた!の答えも見つかるかも☆

子育てポータルサイト「えがお」

『陽だまり』バックナンバーはこのQRコードから! ※No.51~

スタッフおすすめ!



『陽だまり』バックナンバー

歴代編集長にズバリ聞きました!

現在までの『陽だまり』編集長も、ここ逗子で子育てしている先輩ママ。そこで、ご自身が『陽だまり』を制作していた小さかった頃と大きくなった今の違い、逗子で子育てしていて良かったな〜と感じることなどを聞いてみました!

Q1 『陽だまり』をしていて良かったこと

制作していた頃と、子どもが大きくなった現在、変わったところ、思うところ

Q2

Q3 逗子で子育てしていて良かったと思うことは?

2代目編集長 水谷亜衣子さん

Q1 心温まる時間が過ごせたこと。子育てに一喜一憂する中で、雑談のほかに「ちょっと真面目な子育てや自分の悩み」が話せるステキな居場所でした。

Q2 今、子どもは大学生と高校生(笑)。もがいて子育てしていたあの頃の想いや、仕事を再開して気づいた「ママになったからこそ身についた力」を活かして、今は女性のライフキャリアカウンセラーをしています。

Q3 子どもが自然の心地よさを知っていること。人との縁がつながりやすいこと。

Q1 幅広い年齢層、市内色々な地域のママ達と繋がれた事。先輩ママ達にはいつも心を軌道修正してもらい、若いママ達からはパワーと優しさをもらっている。

Q2 一人の時間が欲しくて親離れが欲しかった乳幼児期。今は子離れできず私が後追い。一人で大の字で寝たかった昔。今は冬の冷たい布団を布団乾燥機で暖め一人寝る。

Q3 ご近所さんやお友達のママやパパ達みなさんが、息子達を見守ってくれている。そして、良い事も悪い事も、さりげなく教えてもらえる。

3代目編集長 熊谷奈津江さん

▲『陽だまり』制作11年、現在も編集スタッフへのアドバイスやフォローを欠かさない愛情溢れる先輩ママ。『陽だまり』不定期コラム、なる姐さんの「育児は続くよどこまでも」を執筆中。



Q1 スタッフの子育て経験は本当に参考になります!また豊富な情報やアイデアのおかげで逗子の事をたくさん知る事ができました。

Q2 子どもがあまり一緒に出かけてくれなくなったので子育てネタがつかってきました(汗)小さい頃の写真を見返して「あの頃はかわいかったなあ」と涙ぐむ日が増えたような...

Q3 人も空気もいい!長男(中1)が逗子駅改札をたつ瞬間「あー、やっぱり落ち着くわー」と言うのを聞いてつくづく逗子に住んで良かったと思います。

4代目編集長 島山幸子さん

地域でご活躍の方々から 子育て応援メッセージ

さくらやま小児科クリニック

院長 土屋 貴義



市内の小児科医として、お子さまの病気や育児の悩みなどを日々拝見・拝聴しておりますが、自身が2人の子どもを持つ父親でもあります。

いつもご両親に「風邪をひいたら鼻水を吸引してくださいね」とか「歯が生えてきたら歯磨きを毎日しましょうね」などお話していますが、嫌がる子どもに実際行う大変さもよくわかっていますし、夜疲れて寝ているところに急な発熱や夜泣きで起こされる辛さも経験しています。また、共働きのご家庭は急病の際、翌日のあずけ先をどうしようかと焦りますよね。私も自分の子どもが発熱した時は両親に頼んだり、シッターさんを探したり、誰も頼れないときは自分の仕事場に連れて行ったりと、何とかやり繰りしていました。(本当は仕事を休めれば良かったのですが)

保育園に入園して最初の1~2年は頻りに風邪をひくので本当に大変だった記憶がありますが、今ふり返れば良い思い出です。

日々家事に追われ、お仕事との両立も大変かと思いますが、自然豊かな逗子での子育てをどうか楽しんでいただければと思います。

<プロフィール> 1999年獨協医大卒。小児科医として大学病院、小児病院などで勤務後2014年にさくらやま小児科クリニックを開業

お問い合わせ先

社会福祉法人 逗子市社会福祉協議会 地域福祉推進係
〒249-0005 逗子市桜山5-32-1(福祉会館内)
HP <http://zushi-shakyo.com/>
TEL 046-873-8011 FAX 046-872-2519
Eメール sunny@zushi-shakyo.com

発行元

逗子市教育部 子育て支援課
〒249-8686 逗子市逗子5-2-16
HP <http://www.city.zushi.kanagawa.jp/>
TEL 046-873-1111(代表)
FAX 046-873-4520

※本誌に掲載された記事を複写、複製使用の際は上記へご一報ください。

逗子の秋冬 季節を探しに行ってみよう!

逗子で子育てする人と繋がりたい # 逗子をもっと楽しみたい

自然豊かなここ逗子は、秋・冬ならではの楽しみ方もたくさん! 『陽だまり』スタッフのおすすめスポットを紹介します。「#つぶやき」にも注目です♪



崖の近くなど危険な場所には近づかないでね!

感染対策をして出かけようね!



📷 名越緑地 -12



田んぼや湿地が残る静かな里山。秋には風が稲穂を揺らします。
#子どもに田んぼを見せたい #里山の風景にほっこり #環境への配慮を忘れずに

📷 池子の森自然公園 -11



緑地エリアは土日祝日のみ開園。レジャーシート、お弁当持参で大人は森林浴、子どもはただ走り回って満足。
#360度ぐるりと自然♪ #芝生でござる #宴会は控えよう

📷 逗子マリーナ周辺 -1



小坪海浜公園の裏から逗子マリーナを一周するお散歩コース。夕日と富士山の絶景スポット
#コーヒー片手にベンチで一息 #甘いケーキも食べたい #ヤシの木が気分をあげる #波音 BGM

📷 披露山公園 -2



公園まわりの山道、どんぐり探しができますよ。公園からの景色は秋冬とくに見事です。
#景色見ながら親もおやつタイム♪ #上空で目を光らすトンビに注意 #サルや鳥、動物たちにも癒される

📷 逗子海岸-3



知ってる? 朝 6:30 からのラジオ体操 (ほぼ) 毎日開催! 秋冬の海は澄んでいて綺麗!
#富士山なら東浜 #日焼けしない夕方おすすめ #ママだけぼーっと時間 #トンビ注意食べ物奪われた経験あり

📷 亀井児童公園 -4



遊具が魅力的。小さいながらも四季を感じさせてくれます。
#期間限定落ち葉アートを楽しもう♪ #ベンチで休憩したい #春の桜や藤棚も見ごたえあり

📷 蘆花記念公園-5



秋は紅葉、春は桜、四季を感じる公園。逗子市の花「ホトトギス」の植栽地がある!
#山道や階段もあるのでスニーカー必須 #頑張って歩けば長柄桜山古墳群 #海が見える絶景あり♡

📷 神武寺ハイキングコース-9



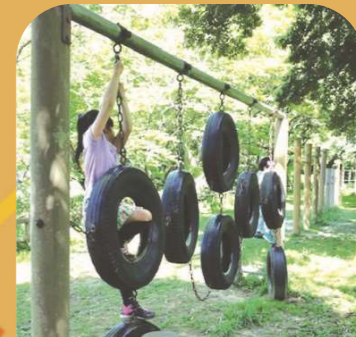
整備されていて歩きやすい表参道なら神武寺まで片道30分前後。気軽に山を満喫できる。
#2才児も上まで歩ける #ただし本人のやる気と機嫌次第 #山の景色と途中に見える海に大人も癒される

📷 鷹取山-8



神武寺からさらに山登り! 山道や岩場を登って展望台で達成感。
#山を歩ける靴 #4才くらいで登れる #岩壁の鎖を伝って登ろう #下の子抱っこで腕筋肉痛

📷 桜山中央公園-7



アスレチックのような遊具で遊べる! プランコや滑り台などもあり小さい子でも安心。
#芝生エリアにはレジャーシートとおやつを持って #駐車場があって嬉しい #春は桜がいっぱい

📷 越川回廊-6



JR 東逗子駅付近から海まで続く平坦な川沿いお散歩コースです。
#カワセミ見つけたらいい事あるかも☆ #車が通らないから安心 (一部区間車道あり)



『陽だまり』は逗子市子育てポータルサイト『えがお』とリンクしています



『逗子市自然の回廊マップ』はこのQRコードから!

