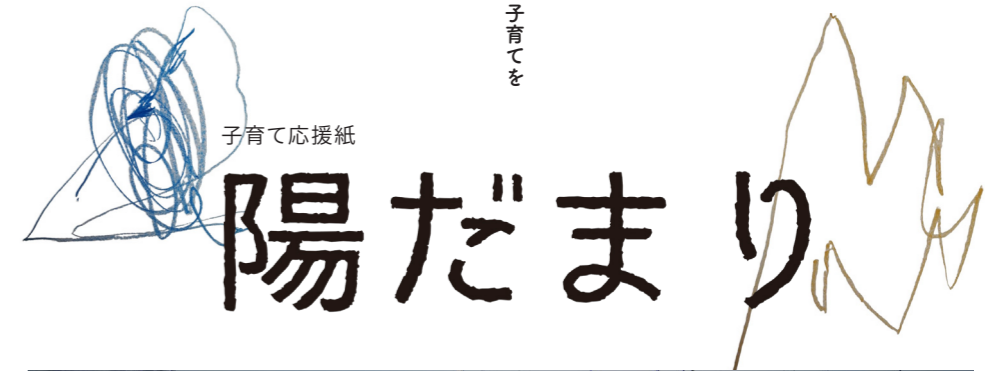


返子で楽しい子育てを



子育て応援紙

陽だまり



どう備える!?
特集
子どもと防災・備蓄の話

CONTENTS

子育て応援メッセージ … トレイルランナー・マウンテンランナー 宮地 藤雄 さん
シズオに聞いてみよう! … ずしファミリー・サポート・センター
こどものいるくらしメモ … 陽だまりスタッフの親子で進めた入園準備

返子のママたちが制作しています

表紙のイラストは桜山のMくん4才が描いてくれました♪

地域の方から
子育て応援
メッセージ



トレイルランナー・マウンテンランナー

宮地 藤雄 さん

〈プロフィール〉
『FUJIO PROJECT』『返子市トレイルランニング協会』『RUNNING ZUSHI』『返子ジュニアトレラン部』代表。マウンテンランニング元日本代表、2022 マスターズ世界選手権銅メダル。4才&2才のお子さんのパパでもあります。

みなさんは、普段どこで子どもたちと遊んでいますか？海岸でしょうか？運動公園や池子の森でしょうか？
返子は「海のまち」として知られていますが、実は山がたくさんあります。海の近くなら蘆花公園から古墳へのルートや、披露山公園に至るルートがあり、ハイランドの方に転じれば久木大池公園～鎌倉朝比奈切り通しへと抜けるやまなみルート、東返子駅方面なら神武寺～鷹取山ルートと線路を挟んで二子山…。返子は、実は裏山遊びの宝庫です。
僕はトレイルランニングと言って山を走るスポーツの選手であり、大会を主催したり日頃から子どもたちと走る活動をしています。楽しみ方は人それぞれ。歩いて四季の変化は感じ取れますし、植物や昆虫など、楽しむ要素はそれこそ山とあります。見晴らしの良い場所から眺める夕日も最高です。季節によっては日が短いので気をつける必要がありますが、返子の魅力は海と山両方楽しんでこそ。海だけでなく山の楽しさも、ぜひ子どもと一緒に感じてみてください。



募集

ボランティアスタッフ

HPをCHECK!



返子市と社会福祉協議会で発行・運営する子育て応援紙『陽だまり』と子育てポータルサイト『えがおレポート』は、返子のママ達の力で作られています。一緒に楽しく活動してみませんか？ *若干の謝礼あり。

- ☀️『陽だまり』編集制作スタッフ
各号2～3回の編集会議に参加 / 企画案出し・取材・編集などを分担。自宅で作成やデザインチェック / 年3～4号発行
- 😊えがおレポート
年2回程度の会議に参加
年3～4本の取材と原稿作成
- 📅任期 2023年4月～2024年3月
- 👥募集人数 若干名
- 🎯対象 子育て中の市内在住者で、パソコンの基本的な操作ができる人(『陽だまり』はデザインできると尚可) *性別不問、子連れ参加可
- 📅応募締切 2023年3月19日(日)まで

MAIL: kosodate@city.zushi.lg.jp

☎️問い合わせ先
社会福祉法人 返子市社会福祉協議会 地域福祉推進係
〒249-0005 返子市桜山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

☎️発行先
返子市教育部 子育て支援課
〒249-8686 返子市返子5-2-16
HP <http://www.city.zushi.kanagawa.jp/>
TEL 046-873-1111(代表)
FAX 046-872-2519

*本誌に掲載された記事を複写、複数使用の際は上記へご一報ください。

子どもを預けたい時に!

ずしファミリー・サポート・センター

返子市の子育て
Q&A
シズオに
聞いてみよう!

地域で子育てを助け合う会員組織で、急用やリフレッシュなど、パパやママの「困ったな」「たまには休みたい」に地域の人に応えます。あらかじめ会員登録をしておけば、いつでも利用可能です。

依頼会員
子どもを預かってほしい保護者

支援会員
子どもを預かる人

対象

- ①市内在住/在勤/在学
- ②預ける子どもが生後3カ月～小学校6年生

対象

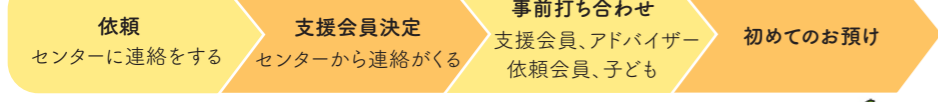
- ①市内在住
- ②基本的には自宅で預かれる人

依頼会員が支援会員に支払う報酬

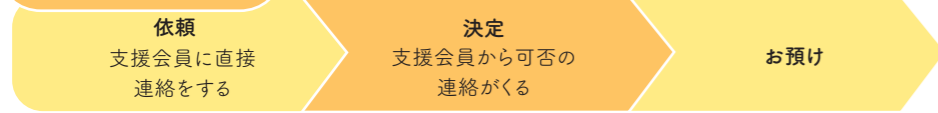
月～金曜日の7:00～20:00 ▷ 700円/1h

土・日・祝日、年末年始、平日7:00～20:00以外の時間 ▷ 900円/1h

初めて預ける場合の流れ



2回目以降の流れ
※同じ支援会員に預ける場合



陽だまりスタッフの体験談
センターに依頼すると、当日の都合に合わせて支援会員さんを探してくれます。私は3週間前には依頼しています。預かり場所は基本的に支援会員さん宅。ドキドキしますが、支援会員さんは気さくで子ども好きな方ばかり。事前打ち合わせも支援会員さん宅なので当日のイメージもできます。万が一の時の補償保険も安心材料です。2回目以降、同じ支援会員さんならセンターを通さず直接支援会員さんと日程調整すればOK。より気軽に利用できるのが嬉しいポイントです。

〈問い合わせ先〉ずしファミリー・サポート・センター
電話:046-870-3400 開所時間:9:00～17:00(平日) 詳しくはこちらから▷



陽だまりスタッフの親子で進めた入園準備

こどものいるくらしメモ

いよいよ新学期。親子での気持ちの準備体験談や、入園準備で役立つアイテムをご紹介します。

新生活に慣れるか心配……

親も「慣らし保育」!?通勤時の服装やハイヒールでは抱っこしにくい、朝・夕方の通園路が思った以上に渋滞する等、慣らし期間中に、保育園と仕事の間のギリギリな状況で起こる様々なハプニングを経験して対策しておきましょう。

入園前の3月中旬頃から、通園を想定した起床時間にして朝の生活リズムを作っておくのはオススメです!少し練習しておく、夜寝る時間も早めた方がいいなど分かったり、親の自分自身の朝の支度もイメージできますよ。

別れ際に泣かれちゃったらどうしよう

こちらも泣きたくなっちゃいます。でも、心を鬼にして振り返らずに立ち去りましょう。先生から「あのあとはケロッとしてましたよ」なんてことも。まさかの全く泣かなくて拍子抜け、というパターンもあるみたい。

園に行きたくない!と言ったらどうしよう

まずは共感。「園に行きたくない」と言われても「わかる～お母さんも何もしたくない」と答えていたら、数日後には「楽しかった!」と帰って来るように。心配しすぎないことがお互いの心を軽くするのかもしれない。

買っておくと良い、入園準備便利グッズ何かある?

「持ち物全てに名前を書いてください」は必ず言われる一言!一押しで完了する名前ハンコと貼って剥がせるネームシールは必須アイテムでした。入園してからマスクに押ししたり、新調した洋服に貼ったり大活躍!!