Q&A

逗子市の子育て Q&A
シズオに聞いてみよう

こどもとのつきあい方講座 こどものICTとのつきあい方講座【逗子市主催】

子育ては、「予想外」がよく起きます。自分で思っていたより、ずっとコントロールができないし、迷って、悩んで選択肢を探してみると、情報が多すぎて選べない。また、聞くほど、調べるほど意見が割れていたりで、何を信じてよいか分からなくて…。こんなときどうしたらいいかな。教えてシズオ！

よく寄せられる相談内容
そして気になる内容を講座にしました！

こどもとのつきあい方講座

対象：子育ての、イライラや不安、焦りを感じている人。子育てがつらい人。自分が叩かれて(怒鳴られて)育っており、実はロールモデルがなくて困っている人。支援者の人。

内容：こどもとの付き合い方。距離の取り方。イラっとしたときの対処法など。（ロールプレイあり）

定員：30名

講師：大竹　栄　臨床心理士
現在主にスクールカウンセラー業務に従事。共働きをしながら２児（息子）の子育てを経験。現在はお子さんたちは大人になり、たまに一緒に飲みに行く、なんて楽しみがあるそうです。

日程：令和７年３月29日（土）14:00～15:30

こどもとICTとのつきあい方講座

対象：こどものスマホやタブレットの使用時間(ゲーム、SNS、動画視聴)などつきあい方で悩んでいる方。または、これからどのように与えてよいのか悩んでいる人。支援者の人。

内容：こどものSNSとの付き合い方について。対応方法など。(ロールプレイあり)

定員：30名

講師：谷口　泰子　臨床心理士
現在乳幼児健診や教室での心理相談、毎月実施しているこども元気相談の業務に従事。他市の心理相談業務にも従事されています。

日程：令和７年２月15日（土）14:00～15:30

申込み期限
申込み方法
講座当日の14日前から電話・来庁（開庁日・開庁時間のみ）またはE-mail申込。E-mailでの申込の場合、件名を「こどもとの付き合い方講座申込」とし①名前、②住所、③お子さんの年齢、④電話番号、⑤講師に聞きたいことを入力して下さい。後日、参加決定の如何をご連絡します。

場所　**逗子市役所　５階会議室**

講座ではなく、個別の相談も
実施しています。お気軽に相談してね！

（☆予約制、★予約不要）

☆こども元気相談
こどもの言葉や発達が気になる方の相談／毎月２回

★こども相談
こどものあらゆる相談　平日8:30～17:00

☆母乳・授乳相談
母乳・授乳についての相談／毎週木曜日（1人約30分）

☆こども栄養相談
こどもの食事の相談／毎週火または水曜日（1人約30分）

問合せ・申込み
電子申請はこちらから

逗子市ホームページ番号：1010342

YELL

地域の方から
子育て応援メッセージ

動物介在セラピスト
池田 淑美さん

＜プロフィール＞
長年、私立中学・高校でカウンセラーとして従事。ドッグセラピーのトレーニングを愛犬のそらと共に受け、2021年に動物介在セラピストとして認定される。現在は市の小学校支援級や、久木会館で月1回開催している「みんなのカフェ」にそらと参加し、子どもたちと多く触れ合っている。

私が子育てをしていたのは遥か遠い日々。このメッセージを書くことになり、4人の息子の子育てに思いを馳せました。たくさんのビックリやドッキリの楽しかった事と共に、苦戦した事が思い出されました。仕事をスッパリと辞められず、ご近所に預けて出かけたこと。子どもを寝かしつけ自宅で会議をしたこと。誰一人知らない転勤先で途方に暮れたこと。子どもが怪我や病気で入院した時、元気な子を何日も預かってもらったこと。四男出産後、幼稚園送迎をひと月してもらったこと。などなど。
多くのピンチの時、私を理解し温かく支えてくれた人に出会え、私は4人の子育てが出来たのだと思っています。
ピンチの時に一歩踏み出し、気持ちを伝えてみると、支えてくれる人生の友や先輩にきっと出会えます。私は、久木会館で行われている「みんなのカフェ」にセラピー犬そらと参加しています。穏やかな空気が流れる場で、お子さんと一息ついてみませんか。そして少しお話してみませんか。

MEMO

こどものいるくらしメモ

「泥まみれの服、靴、どうしてる？！」
～みんなの洗濯アイデア～

こども靴は洗濯機で脱水！
普通の靴も上履きも洗ったあとはいつも脱水は洗濯機で。やっぱり脱水すると乾きも早くて気持ちいい気がします。洗濯機は洋服以外には使いたくない…という方はコインランドリーの靴専用機械もおすすめ。洗い上がりまでの待ち時間はお買い物や、ちょっとひと息ついて読書タイムにしても。

砂まみれの服の洗い方…
海や砂場で遊んだ後の砂まみれの服…家に帰って庭の水場でざばざばっと流してから洗濯機につっこんでいます。が、陽だまりの会議で「砂まみれのままパリパリに乾かしてから、はたくと良く落ちるらしい」と聞いてやってみたら…ほんと！乾かす時間はかかるけど、アリだなと思いました！

上履きは洗濯機にポイ！
持ち帰ってきた上履袋のまま洗濯ネットに入れて洗濯機に投入！他の洗濯物と一緒に洗ってしまいます。かれこれ７年はこの方法で済ませてます…(自己責任でぜひ、笑)

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

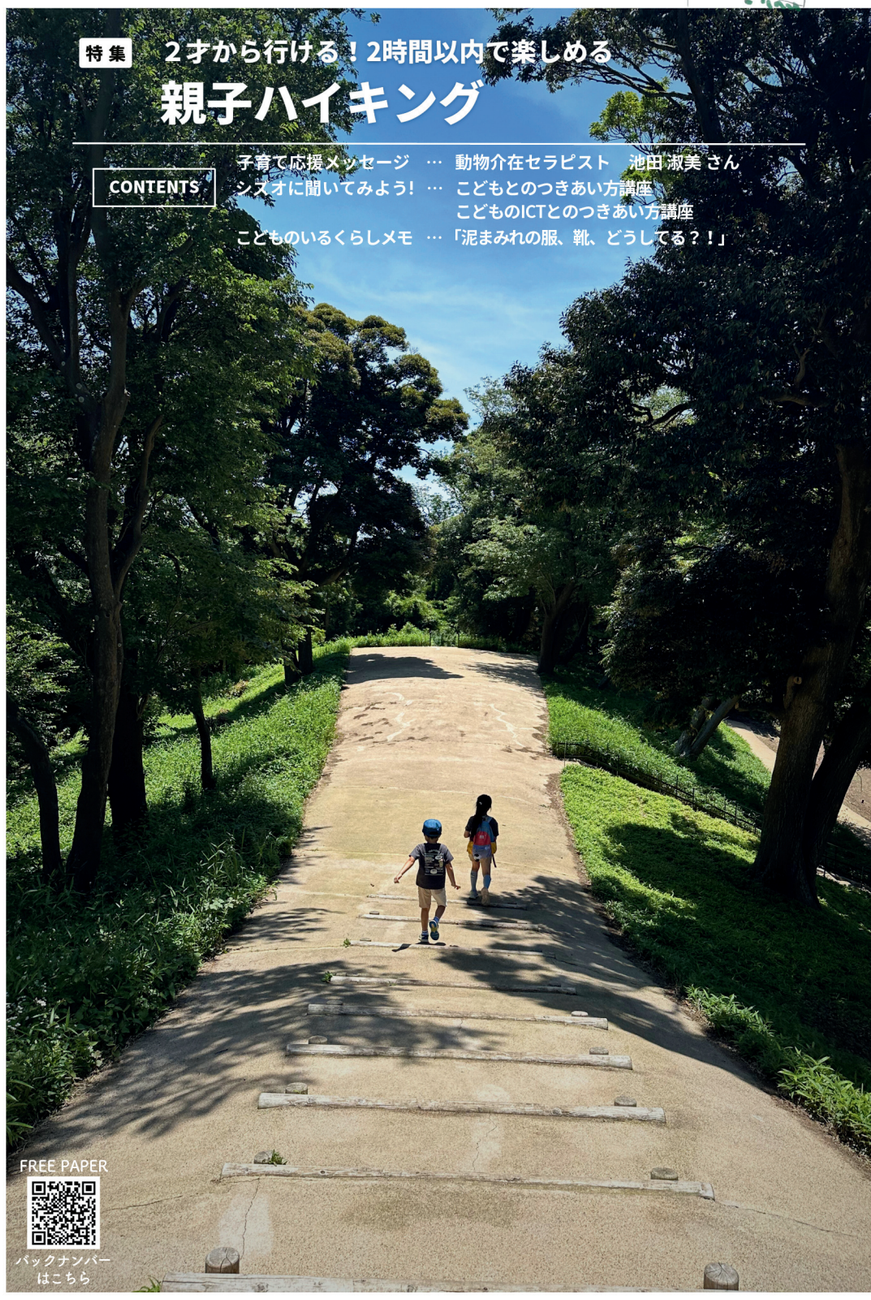
発行元
逗子市教育部　子育て支援課
〒249-8686　逗子市逗子5-2-16
HP　http://www.city.zushi.kanagawa.jp/
TEL　046-873-1111（代表）
FAX　046-873-4520

※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。

逗子で楽しい子育てを

NO. 82
SINCE 2001
2024年秋冬号

子育て応援紙
陽だまり



特集　２才から行ける！2時間以内で楽しめる
親子ハイキング

CONTENTS

子育て応援メッセージ …動物介在セラピスト　池田 淑美 さん
シズオに聞いてみよう！ …こどもとのつきあい方講座
こどものICTとのつきあい方講座
こどものいるくらしメモ …「泥まみれの服、靴、どうしてる？！」

FREE PAPER
バックナンバーはこちら

逗子のママたちが制作しています

表紙のイラストは久木のRちゃんSくんが描いてくれました♪