

Q&A

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】

逗子市の子育てQ&A

シズオに聞いてみよう

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。子育てがづらい人。
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。イラッ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

逗子市ホームページ番号：1010342

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。

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。

NO. 82

SINCE 2001
2024年秋冬号

逗子で楽しい子育てを

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

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?！」

CONTENTS

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♪