

子育て情報

ままちっち

mamachicchi

あべの・ひがしすみよし エリア

vol.94

2025.06.01

特集

子どもの習いごと

習いごとアンケート

インタビュー

習いごとの先生に聞いてみた



Achao

読者モニター企画

気になるみんなの帰省事情

連載

新米パパの育休レポート

いってみせ(阿倍野)

えほんとざっか びりいbooks

ちょっと聞いて～!

実家・義実家に対するモヤモヤ

ままちっちが運営するポータルサイトや
LINE、イベントカレンダーなどはこちらから



Q6 習ってよかった点やお子さまの変化、おすすめポイント・体験談など

小さな時からスポーツをしていたため、大きくなると体力もあり健康でよかった。

娘は相当な「運動おんち」ですが、5歳から続けている大好きなダンスのおかげで「運動嫌い」にはなりませんでした。ひとつでも自信の持てる種目があることが、彼女の支えになっていると思います。

幼児教育に興味があり、わが子というより、ママである自分の習いごとで、育児の勉強になった。

Q7 これから習いごとを始める方へのアドバイス・体験談

小さいころは、家で教えられるものは一緒に楽しみながら過ごしました。簡単な英語やそれ以外の勉強、プール、ピアノなどは家でも遊びの一環として。そこからさらに興味を深めたいものだけ習いにいく、という方法でした。子どもをオリンピック選手レベルに育てたい!という以外は、いつから始めても遅すぎる、ということはないと思います。特に能力開発系などは、あせらされる商戦に安易に乗らず、子どもにとって本当に必要なものを見極めてほしいと思います。少なくともわが家は就学前に勉強系など一切しませんでした。が、小学校の勉強で困ることは全くなかったの、みんなあせらなくても大丈夫だよーと伝えたいです。

体験はたくさん行って、先生との相性をみるべきです!

子どものやりたいようにやらせ、無理はさせない。

自分のリフレッシュや、悩み相談などができた。

4歳から書道を習っていたので、小学生になった時の字のきれいさが抜群でした。高学年になった今も続けているので、字の汚さで宿題のやり直しになったことがないです。

年中からそろばんを習い始めたが、机に向かう習慣が身についた。計算も早くなって自信がついたのか、数学が得意科目になった。

スイミングと一緒に泳ぐので産後の運動不足解消になったのと、子どもが水が嫌いだったのが4、5か月ほどで浮けるようになった。ママ友もできて子ども同士も仲よくなっていて楽しそうだった。

子どもが物怖じしなくなった。

ボーイスカウトでは年齢別に2〜3学年ごとに分けられるため、いろんな視点で考える力、自立心を養うことができました。

習いごとの種類にもよりますが、既になかよしの友だちと一緒に通うのは、成績に差がついた時に親子とも微妙な関係になってしまうので、個人的にはオススメしません。家庭や学校とは違う、第3のコミュニティとして利用するのがいいと思います。

子どもが3人いて、習いごともいくつかしていたので、子どもの送迎の負担が少ないように、近所に固めました。学年が上がると自分で通ってくれるし、先生にもすぐに相談に行けるのでよかったです。幼稚園のあとの習いごと、送迎が省かれるので、とても助かりました。習いごとを長く続けるにあたり、友だちの存在も大きかったです。

やめどきが難しい。始める前にある程度目安を決めておくといいかと思います。

Vol.942025.06.01

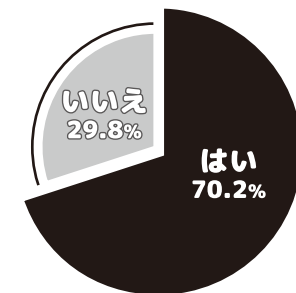
気になる

子どもの習いごと

習いごとは、子どもが普段はできない体験ができたりする反面、送迎や出欠の管理などのサポートも大変ですね。「習いごとは必要?」「いつから始める?」「何を習わせる?」「お金はどれくらいかかる?」など頭を悩ませているご家庭も多いのではないのでしょうか?そこで、地元のママの習いごとに関するリアルな声を集めました。ぜひ、今後の参考にしてみてください。(2025年3月実施/有効回答数47)

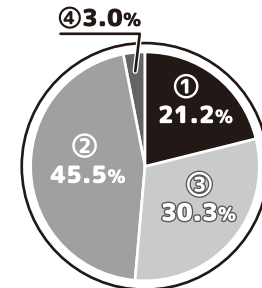
Vol.942025.06.01

Q1 お子さんは習いごとをしていますか?またはしていましたか?(回答47)



Q2 はじめたきっかけは?(回答数33)

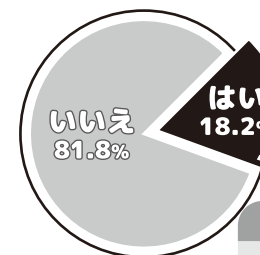
- ①保護者が習わせたかった
- ②子どもの興味があつた
- ③①②どちらも
- ④どちらでもない



Q3 やめたきっかけは?

- ✓目標達成したから
- ✓子どもがいやがったから
- ✓連れて行くのが面倒
- ✓育休終了、入園・入学、卒園、引っ越しなどの節目
- ✓遊ぶ時間がなく勉強ばかりになってしまった

Q4 オンラインの習いごとをしたことはありますか?

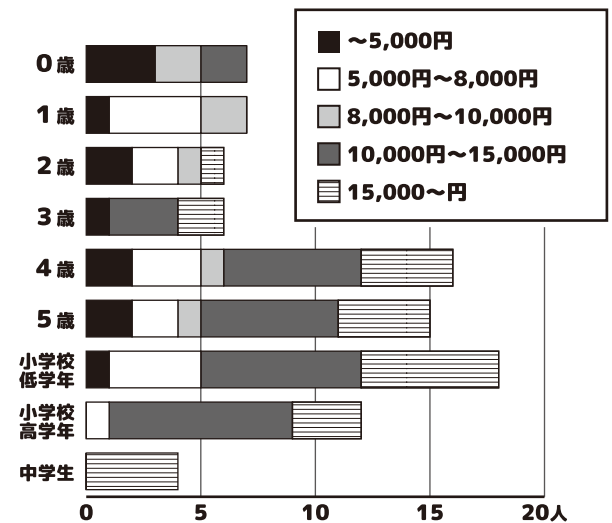


- ✓送迎の手間が省けるため積極的に活用している
- ✓服装を気にしなくていい
- ✓比較的安価

POINT

英語やプログラミング、楽器など、令和の新しい習いごとスタイルとして、今後も増えていくでしょう。

Q5 子どもひとりにかかる習いごとの月額はいくら?



ちょっと聞いて~!

A. 義弟夫婦の子に服のおさがりをあげてほしいと言われた。義実家に服を買っていただいたことはなく、全て自分で&友人から。おさがりはもらう側がねだるものではないという認識なのでめっちゃモヤっとしました(はじめて母さん)

ちょっと聞いて~!

Q.「実家・義実家に対するモヤモヤ」

阿倍野屋内プール



1年中利用可能な25m×8レーン、
幼児用プール、ジャグジープールあり。
また水泳をはじめとしたキッズスクー
ルも各種実施しています。

🏠 阿倍野区阿倍野筋3-13-23
あべのフォルサ内

☎ 06-6636-7290

🕒 9:00~21:00

🗓 水曜日(休日の場合は翌日が休館)
年末年始(12/28~1/4)
※施設点検などのため臨時休館することがあります

🌐 <https://cs-plaza.co.jp/abeno-pool/>



大阪市習い事・塾代助成事業

大阪市では、市内在住の小学5年生~中学3
年生を対象として、学習塾や習いごとにかか
る費用を助成する事業を行っています(上限
月額1万円)。

登録された学習・文化・スポーツに関する教
室などで利用でき、助成を受けるためには利
用登録申請が必要です。

ままちっでも塾代助成を利用できる学習塾を2024年から
運営しています。詳細はホームページをご覧くださいね!

ネクストスクール 阿倍野王子校

📍 06-6629-8650

📍 大阪市阿倍野区阪南町3-31-15

詳しくは



HP



instagram

大阪市習い事・塾代助成事業ホームページ
<https://www.juku-osaka.com/>

[https://ic-web.co.jp/
schools/abeno-oji/](https://ic-web.co.jp/schools/abeno-oji/)

[https://www.instagram.com/
nextschool_abeno/](https://www.instagram.com/nextschool_abeno/)

昭和町駅
徒歩1分!

マタニティ産後・ダイエット専門整体nicona



マタニティ整体

対象 妊娠初期~
36週目
妊娠期の不調改善
安産を目指し
産後の回復力を高める

産後骨盤ダイエット整体

対象 産後生後1か月
検診後~
産後の身体の不調
体重が減らない
体型が戻らない

通常初回料金 12,000円+ 毎月各4名様 限定1,000円

無料託児付き♪

ママと同室で安心♪

nicona産後

住所:阿倍野区昭和町1-9-17 アンフィニXIX 103号
TEL:090-7485-3545 営業:9:00~15:00 定休日:木曜・日曜・祝日

卒業されたママさん達の変化!



体重以上に見た目が変わる!

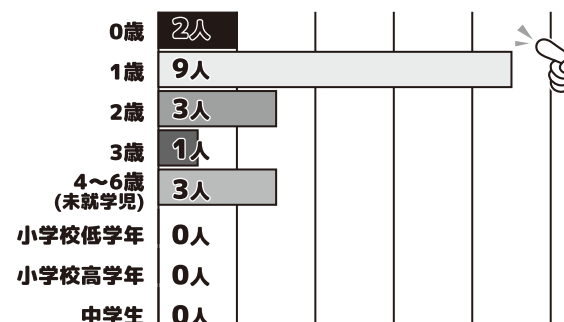


詳細 & 予約
レッスン

習いごとを**していない**派の方々の意見をきいてみました!



Q8 お子さんは現在おいくつですか?
(きょうだいは複数回答)



- ✓ 幼児期とはとにかく遊びが大事だと考えていて、習いごとは本人がやりたいと言いつけてからでよいと思っています。
- ✓ 遠い場所だと送迎が難しい。
- ✓ 育休中なので一緒にいる時間を優先したいのと何か習いごとに関心を持ったり、習いたいと意思表示ができるようになってからでも遅くはないかなと思っている。



習いごとを
考えている
みなさんへ

わが家には3人子どもがいてそれぞれにいろ
んな習いごとを経験したからこそ、早くから習い
ごとを始める必要はなかったかなという結
論になりました。

上の子だけでも今までに9つぐらいの習いごとをしてい
ました。現在は小学生で、習いごとは主に3つしてい
ます。家でも習いごとの話をするぐらい、今習っている習
いごとはどれも本当に好きで通っています。

2歳の頃、土曜日に親子ベビースイミングがあり、夫と
通ったのが最初の習いごとです。それ以降は幼稚園の
降園後に習いごとができるってありがたい、周りがやっ
ているから、小学校になる前にある程度先取りしないと、と始めたり。兄弟で同じ習いごとなら親が助かると
いう理由から始めたものはやはり続かず、宿題などの
負担で親子でイライラする日々でした。

最初は楽しく始めたはずの習いごとでも送り迎え、ご飯の
支度、常に時間に追われている私を見ていた夫にある
とき「お互いの負担になっていない?」と言われてハッ
としました。先取りすることのメリットもあるけれど、誰の
ための習いごと?いつのまにか私のエゴになってしまっ
ていました。

そういうところから、家庭での習いごとについての考え
方の違いも生まれるのかな、と感じます。

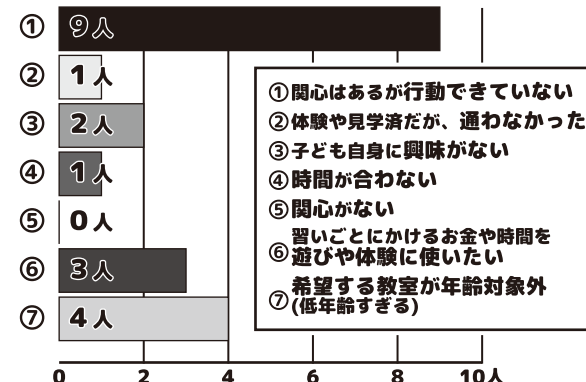
習いごとでも長く通っていると物事を一つの捉え方でし
か見えなくなってしまうことがあったりします。全然悪い
ことではないけれど、違う視点からの意見を聞いて取り
入れてみると、もっと子どもにも親にもいい方法が見つ
かることもあります。

本当に好きを伸ばせる習いごと、親と子でお互いが笑
顔になれる習いごとをぜひ見つけてほしいと思います

(青リンゴ)



Q9 今現在習いごとをしていない理由
を教えてください(複数回答)



- ① 関心はあるが行動できていない
- ② 体験や見学済だが、通わなかった
- ③ 子ども自身に興味がない
- ④ 時間が合わない
- ⑤ 関心がない
- ⑥ 習いごとにかかるお金や時間を
遊びや体験に使いたい
- ⑦ 希望する教室が年齢対象外
(低年齢すぎる)



いわい歯科医院

IWAI DENTAL CLINIC

ママの診療時にはお子さまも一緒に!
ベビーカーのまま、ママの横でお待ちいただくこともできますよ。
キッズスペースやおむつ交換台も完備!



女性Dr.もお待ちしております
お口のことから子育てのこと
なんでもご相談ください



阿倍野区松崎町4-4-22 翡翠マンション102号 ☎06-6654-4182
診療科目/歯科・小児歯科・歯科口腔外科・矯正歯科

ちょっと
聞いて~!

A. 嫁の私が妊娠した時は、悪阻もひどかったのに、旅行とかいろいろ行かされて2人目妊娠の時にも旅行を
予定。一緒に行く予定だった娘が1人目妊娠したとなると、旅行は即中止されてモヤッとした(もやもやとんだけ)

ちょっと
聞いて~!

A. 義両親が飛行機を予約してから訪問を打診してくる。飛行機で狙い撃ちされたことで、調べていたお店が空いて
いなかったりと大変でした。手に余るようなら義実家の予定に合わせずの開催も考えています(福々の島から大阪へ)

INTERVIEW

2



teracoya english

<https://teracoyaenglish.localinfo.jp/>

西野宗子先生 児童英会話講師歴24年／関西外国語大学短期大学部 米英語科卒業

インタビュー
全文を
WEBで公開中

英語が楽しいと体感することが大切なので、過度に期待したり、話すことを強要したり、間違いを指摘したり、お子さまの興味やペースや年齢に合わない学習はやらないでください。間違いを恐れずに英語学習に取り組めるよう、たくさんほめてあげてください。

日本語から英語、英語から日本語で何と云うかを質問するのでなく、英語の音をそのままたくさん聞かせてあげてください。

profile

2年間の証券会社勤務を経て、イギリスへ1年間の語学留学へ。

帰国後、婦人アパレル輸入の貿易会社に勤務する。このときイタリア、フランス、ドイツ、香港などにバイヤーとして年に何度と海外へ渡る海外業務に携わり、実践的に英語を学ぶ。

その後、念願の児童英会話講師となる。

3児の母。

1999年～

大手の児童英語教室にて勤務。リピート率が高く何度も表彰される。

2013年～

自宅で英語教室 teracoya englishを開講。

2020年～

学習教室 teracoya study roomを開講。

Q2c 家庭学習でやらない方がいいことがあるか教えてください。

Q1c 親が英語を話せなくても、大丈夫ですか？家庭学習に影響が出るのか気になります。

Q3c 乳幼児向けのかけ流しDVDや英語の曲などでも耳は育ちますか？

Q4c 乳幼児期からレッスンに通うメリットはなんですか？

乳幼児期は言葉や音を聞き分けられる能力がとても高い時期だと言われています。この時期に英語の音に触れることで、英語耳を育てることができると考えられます。

英語の曲を繰り返し聞くことで、英語の音やリズムが自然と残り、英語への抵抗感がなくなります。特にお子様の年齢と興味にあったDVDは音と映像が組み合わさることで、自然と意味を理解しやすくなります。

幼いころから遊びや歌を通して楽しく英語に触れることで、英語への抵抗感をなくし、自然と英語を受け入れられることが大きなメリットです。またQ3の回答の内容と同じく、英語や英語の曲を繰り返し聞くこと、英語の音にたくさん触れることで、英語を聞き取る力が育ちます。

また季節にあったレッスン内容に触れることで、欧米の文化も学ぶことができます。

INTERVIEW

1



スポーツクラブ&サウナ スパ ルネサンスあべの24

https://www.sports oasis.co.jp/sh11/kz_school_sh11/

松浦雄一先生 パーソナルトレーナー／キッズスイミングコーチ／ベビースイミングコーチ



体 操

Q1c 何歳から通えますか？遅くとも何歳までに始めた方がよいということはありませんか？

運動神経が急激に発達する時期が3歳〜12歳といわれています。特に「フレゴールデンエイジ」と言われる5歳〜9歳は運動の習いごとをはじめめる時期としておすすめです。

Q2c 運動神経は遺伝によるものというイメージがありますが、習いごとをすることで向上することはありますか？

運動神経と遺伝はあまり関係性がないものと考えています。幼少期に身体の使い方を習いごとで覚えることがとても大切です。一度身体が覚えれば、忘れることはありません。みなさんが久しぶりに自転車に乗っても問題がないのと同じです。

運動神経がいい＝身体の動かし方をたくさん覚えていくということですよ！



スイミング

Q3c 水を怖がる子なのですが慣れますか？

少しずつ慣れていきます。お子さまにとって初めての場所で保護者の方から離れることになるため、不安がいっぱいで泣いてしまうことがあります。

お子さまによってペースは異なりますが、習いはじめて1か月ごろにはプールを楽しんでくれます！特に水慣れについてはいつまでにしないといけないなどはございません。

Q4c 小さいうちに水泳をする身体的なメリットは何ですか？

水泳のメリットとしては【バランス感覚向上】と【空間認知能力の向上】が考えられます。

【バランス感覚】プールの中は浮力があるため、陸上にいるときよりバランスが不安定になります。不安定な中さまざまな運動を行うためバランス感覚がやしなわれます。

バランス感覚は「走る」「投げる」などにとっても大切になります。

Q5c 3歳までのレッスンはどのようなことをしますか？

3歳までのクラスでは、水深を浅くしたプールの中でバランス感覚を養うために歩いたり、走ったり、ジャンプをしたり、日常の遊びでは体験できない刺激を身体と脳にインプットしていきます。

また、アームヘルパーを着用しプールの中で浮くことも行います。1人で浮くことによって自分の身体がどうなっているのかを認識します。どうすれば前に進めるのか、どうすればその場で回れるのかなど、身体の動かし方とその動きをしたときに自分の身体がどうなるのか（前に進むのか、回るのか、潜るのかなど）を覚えることで空間認知能力が向上されていきます。

アームヘルパー



ちょっと聞いて～！

A. 「さ、見せてもらいましょ！」と、授乳しようとする私の真ん前に正座し、義母にガン見されました。「いやあ～乳首ってそんな伸びるんやね！」の感想付き…。何年経ってもモヤモヤし続けています(義実家尊敬できないわ)

ちょっと聞いて～！

A. 義両親はインスタやみてねの写真をすごくこまめにチェックしてくれているから、私の実家にお泊まりなどした後は、何も言われなくても、埋め合わせのように孫タイムの日を設けるようにしています(虹のまーち)

はるちゃん
(3歳男の子、1歳女の子)

vol.02

実家編

①福岡県
②新幹線+車
③3時間
④5日〜7日
⑤年に1回、GWに帰省
⑥親↓お菓子と551の豚まん
弟家族↓お菓子+現金
弟嫁↓ちよっと高めのお菓子
弟の子ども↓今ハマってるおもちゃ
(事前にリサーチ)
⑦いちご狩り、家族とBBQ、親友
家族とお茶祭りへ行く。親戚の家に
行く。私が会いたい人に会う。
⑧シールブック、磁石のおもちゃ、ポ
ータブルDVDプレーヤー、新しい
おもちゃやミニサイズの車の図鑑を
2〜3個。
⑨Ⓜ 危険な物や場所に近づかな
いように見張っておかないといけな
いため、気が休まらないです。
Ⓜ お風呂にゆっくり入れたり、ご
飯をゆっくり食べられるので、あり
がたいです。
Ⓜ 父とはあまり仲がよくなく、
今も苦手意識があります。なので
1週間がギリギリ限界ですが、母
のことが心配なのと、孫の顔は見せ
ないし、と思いがんばって帰っていま
す。

みんなの
気になる

プチ
特集

帰省事情

「帰省時の手土産はどうしてる?」という、
ふとした会話から生まれた今回のプチ特
集。
読者モニターさんの帰省事情を紙面公開
&子連れ帰省時に役立つおすすめグッズも
ご紹介します♪
三者三様の実家・義実家への想いと帰省
シーズンの過ごし方、そしてここだけのモヤ
モヤ話には共感の
嵐・・・?!WEBにて公開
中の完全版もぜひチェ
ックしてみてくださいね!

- おかいっ狂の母
(1歳5か月女の子)

vol.01

実家編
- ① 帰省先
② 移動手段
③ 所要時間
④ 期間
⑤ 頻度/年
⑥ 手土産の準備
⑦ 帰省先での主な過ごし方
⑧ 子連れ帰省時の必需品
おすすめ暇つぶしグッズ
⑨ 帰省時の本音
ここだけのモヤモヤ話
⑩ それでも帰省する理由

おかいっ狂の母
(1歳5か月女の子)

vol.01

実家編

① 某地方都市
② 電車+飛行機 or 新幹線+車
③ 約5時間
④ 平均4泊5日
⑤ 年に3、4回(お正月・お盆・法
事など)
⑥ お酒、ジュース、お菓子、化粧品な
ど。
⑦ 親族と家で過ごす。
⑧ 目新しいものならなんでも!首
元にネックレス・手首に髪ゴムをつ
けておく!抱っこ時のおもちゃにな
ってよいⓂ。
⑨ Ⓜ いつも大変なところもてな
してくれてありがたいが、心置きな
く休めるわけではないので実は疲
れることもある。
Ⓜ 母から同居の長兄夫婦の愚痴
をこぼされるが、愚痴を言って歪む
母の顔を見たくない。双方の考えが
わかるので慰めの言葉がなかなか
出てこずつらい。
Ⓜ 老化もあるのか、母がトンチン
カンな発言や行動をしていると、な
んで?という気持ちになり厳しく
当たってしまう。会う時くらい優し
くしたいが、できずに毎回暗い気持
ちになる。

おかいっ狂の母
(1歳5か月女の子)

vol.01

実家編

⑩ みんなわが子をかわいがってく
れ、自分のことを無条件で大好き
でいてくれる人がたくさんいるとい
うのはこれからその子の支えにな
ると思うので。両親も高齢になっ
てきているので、なるべく一緒に過
してほしいと思って帰っています。

義実家編

① 関東某所
② 電車+飛行機 or 新幹線+車
③ 約5時間
④ 1泊 or 2泊
⑤ 年に2、3回(お正月、お盆、法
事など)
⑥ おいしいお菓子(グルメなのでお
いしいものを事前にリサーチ)
⑦ 実家と同じ
⑧ 実家と同じ
⑨ Ⓜ 「もつと食べて」「休んでて
く」と言ってくれるので、できること
は手伝いつつ、ありがたく食べて休
んで、全力でくつろいでいます。
Ⓜ 義母から義父に対する文句を
聞くが、そうですよね〜とも同意し
づらい話題のため、ちよっとしんど
い。
Ⓜ 仕事が大変で参っていたタイ
ミングで、義母の妹から「私はこれ
を読んだら家事に対する考え方が
変わったのよ」と昭和の主婦のため

はるちゃん
(3歳男の子、1歳女の子)

vol.02

実家編

Ⓜ 息子は偏食で好き嫌いが激し
いので、私が色々工夫するのを「過
保護、それをするから偏食が加速
するんだ」など言われた時期があ
り、今でもモヤモヤは消えません。
⑩ 実家がいちご農家で、いちご狩り
をタダで子どもたちにさせてくれ
るから。あとは、親に何かあった場
合、弟家族にお世話になるので、現
状確認と関係性を悪くしないため
に。また、世の中の長期休暇中は、
夫の繁忙期で私がワンオペでしんど
くなるので、できるだけ大人がいる
場所で生活したいから。

あやな
(4か月男の子)

vol.03

実家編

① 大阪市
② 車 or 徒歩
③ 車だと10分、徒歩30分
④ 日帰り or 泊まり。泊まりの場
合は、1泊
⑤ 月1〜2回
⑥ 手ぶらの時もあります。中島
大祥堂のいもくりをよく持って行
きます。
⑦ ゆっくり寝たりしています。
⑧ 『しましまぐるぐる』の絵本、オ
ーボール、サツと敷く小さめのイブ
ルマット。
⑨ Ⓜ 日帰りの時、帰ってからが大
変。かと言って、泊まる時は、荷物
が多くなるのでそれもそれです。
⑩ 核家族化している中、30分圏内
で帰れる環境があるので、同居を
選ばなかった分、できるだけわが子
と親との交流を密にしていきたいか
ら。それがわが子にとっても、円滑
なコミュニケーションの基盤に繋が
るのでは?と思うため。

あやな
(4か月男の子)

vol.03

義実家編

① 南大阪
② 電車 or 車
③ 車、電車共に30分
④ 日帰り or 泊まり。泊まりの場
合は、1泊
⑤ 月1〜2回
⑥ 3000円程度のデパ地下の焼
菓子。近くの洋菓子店で買うこと
も。
⑦ 寝ていいよと言われるけど、でき
てません。
⑧ 実家と同じ
⑨ Ⓜ アポ無し来訪と差し入れ。
私自身が食にこだわりをもってお
り、好みでないものをいただくこと
戸惑います。
Ⓜ 預けている間に勝手にベビーカ
ーでお散歩に連れて行かれた時に
は、ヒヤッしました。
Ⓜ ひとつ気になりだすと、抱き方
や、背中ポンポンの叩き方の強さ、
おむつ替えの仕方など、全部気にな
ってしんどくなる時も。
⑩ どちらかと言うと、義実家の方が
子どもと3人で昼寝できるくら
い、くつろいでます。主人は長男で
すし、実家は大切にしてほしいの
で、できるだけ良好かつ、風通しの
よい関係性を保ちたいと思ってま
す。

夢中がみつかる
学びのプログラム

年中さんからの『キンダーキッズコース』
無料体験実施中!

●体験会のお申込・お問合せ
TEL: 06-6623-8115 平日13時〜17時
天王寺校: 阿倍野区阿倍野筋3-3-2 1階



の家事本を手渡された。なぜ私が
家事観を変えなくてはならないの
か?裏で家事できない妻認定され
ているのか?など、色々考えるとし
んどかった腹が立った。
⑩ 基本は実家と同じ。義両親は二
人暮らしで少しさみしそうなの
で、なるべく行きたいと思っていま
す。

ちよっと
聞いて〜!

ちよっと
聞いて〜!

A. 義実家での法事のため家族で1泊させてもらった数日後「あなたたちが帰った後、義父母ともに熱が出た」と
病原菌扱いされて悲しかった。わが家は誰も熱出てません(りんご)

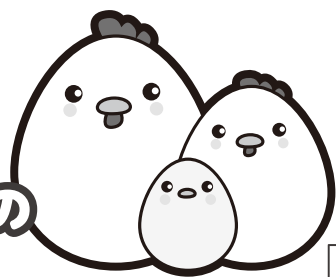
ちよっと
聞いて〜!

ちよっと
聞いて〜!

A. イヤイヤ期にさしかかり、よくぐずる息子を見て毎回「甘やかすからや!」と言ってくる実父にイライラします。
甘やかされてきたのは、育児も家事もしてこなかったそっちゃんじゃないですか?(GENKAI)

新米パパの 育休レポート

Vol. 03



レアチーズ

ママと娘5歳の3人家族。
産後約7か月間育休を取得。
パパ、ママともに30代で、マ
マは妊娠を期に退職。

PROFILE



育休取得してからの生活

育休の取得後は、家事育児に関わらず、私に出来ることは何でもできるようなろう、手伝うのではなく自ら主体的にやろうと考えまし



寝かしつけ、ミルク作り、おむつ替え、お風呂など、やれることは全てやりました。育休前は、仕事終わりが休日など限られた時間だけでしたが、育休を取得したことで娘とじっくり向き合い経験を積むことができて、そういったスキルを上げることができました。元々妻の方が料理に慣れていて、また妻も子どもと離れる時間も必要だと考え夫婦で話し合った結果、妻が料理に集中したい間は私が育児をメインで行い、それ以外の時間は特に細かく決めずに二人で分担して家事育児を行うようにしました。



当時はひたすら娘のお世話と家事に追われていた記憶しかありません。娘が泣き出したらミルクを作

ただ最初から上手くいったわけではありません。育休取得するまでは私と妻とで家事育児の経験に差がありました。妻からすると「これくらいは言わなくても分かるだろう」といったことが、私にしてみれば分からなかったこともありまし。その認識の差を埋めるのに苦労しました。最初にそこは夫婦でしっかり話し合った方がいいと思います。仕事でもそうですが、言わないと相手に伝わらないことがあります。「察する」ことは素晴らしいことですが、ちゃんと言葉に出して相手に伝えることも大事なことだと思いました。私も知らず知らずのうちに相手に察してほしいと思っていたことがあり、これを機に、ちゃんと言葉で相手に伝える、そして相手の言葉をよく聞くことの重要性を再認識しました。

仕事や職場に対しては、割り切つて気にしないようにしていました。もちろん途中までやりかけていたり、自分が担当していた業務の進捗が気になることもありまし。しかし気にしたところでどうにもならないですし、それよりも子育てでやるべきことがいっぱいだったので、あまり気にする余裕がなかったのもあります。



育休期間中における 職場への心配事



つて与えたり、オムツを替えたり、抱っこしたり、思いつくこと全てやっても泣き止まない時もありまし。次々と待ち受ける終わらない家事育児。大人二人でも手一杯なのに、母親一人ではこれはとても大変だと思ひまし。お昼寝してもすぐ起きたり、夜もあまり寝てくれずいつまでも泣き続けたりと苦戦しまし。たが、娘はとてもかわいく、それが私の頑張るモチベーションに繋がっていました。

ちょっと聞いて〜!

A. 義実家に近く、毎回連休のたびに「会おう会おう」と言われたり、しょっちゅう連絡が来たり頻繁に家に来るので辛いです。実家の近くに引っ越したい!! (笑)(み)



いってみせ

心に響く一冊が見つかる絵本屋さん

えほんどざっか

びりいbooks

子どもも大人も隔てなく、たくさんの人に絵本の魅力を届けたいという、店主の竹内さんの想いが詰まった「びりいbooks」。お話の中に登場するような温かなお店で、すてきな絵本に出会えます。

びりいbooksって

どんなところ?



東天下茶屋駅から東に向かって商店街を歩くと、改装された木造家屋が出現します。びりいbooksはこのシェアスペースBLEND S内に店舗を構える絵本屋さん。やさしい響



きの店名は、店主の竹内さんが大切にしている動物のぬいぐるみの名前からとったもの。2024年1月、安倍晴明神社近くからここに場所を移し再出発しました。

入口で靴を脱いで入ると、透明のボードの壁が外光をよく透し、開放的な雰囲気店内に200冊あまりの新作と古本が並んでいます。広い野外スペースには自転車やベビーカーが停められ、絵本選びをゆつたりと楽しめます。

子どもも大人も みんなで楽しめる絵本を



「小さいひとにとっては、ゆたかな世界を育む友だち 大きいひとにとっては、心のサプリメント」。Webページには竹内さんの想いが書かれています。

小さい人、大きい人という言葉は、子どもや大人ということによって区切りが生まれるのを避けたいと思ったから、「絵本は子どもだけのものと閉じ込めずみんなで楽しんで

ほしい」と話してくれました。

その想いは年齢別や大人向けなどという棚分けをせず、ゆるやかなまとまりで並べる店づくりにも現れています。例えば朝に関わるもの、庭に関わるもの、というように。居心地よく並べられた絵本たちが、訪れる人みんなを垣根なく歓迎してくれまし。

店主さんの想いと これから



お店を実際に始めてみると、絵本好きな方や絵本作りに携わる方たちとのすてきな出会いがあり、絵本の魅力をもっともっと知ってもらいたいという想いが大きくなったという竹内さん。この4月から月1回おはなし会も開催されています。今後の計画として、大人が好きな絵本を持ち寄ってお話する会や、翻訳者や特定の絵本作家にフォーカスする企画などを思い描かれています。

ずっと大切にしてきたぬいぐるみのように、心に寄り添える絵本を発見してほしいという想いで大切にしていねいにお店を続けられており、「絵本への愛」と「人への愛」が伝わるすてきな店主さんです。ぜひ一度訪れて、お気に入りの一冊を見つけてみてくださいね。

(取材/ドーナツ子・いとこん)

子ども向け

『くまのコールテンくん』ドン・フリーマン作
くまの素直さ・愛らしさと、感情豊かな表情の変化に注目。初めての小さな冒険に心が弾みます。

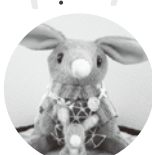


大人向け

『よあけ』ユリー・シュルヴィッツ作
静謐な朝の時間を描いた絵本。絵の美しさ、少しずつ移り変わる景色が心に深く響き、静かでゆったりとした気持ちになれる一冊です。



オススメ絵本も 聞いてみました!



ちょっと聞いて〜!

A. 初孫が生まれて義母が特大孫フィーバーに。健診や予防接種に行った日は報告が必須。首に湿疹ができたなどの細かいことも連絡しないと怒られるような過干渉に。産前は仲がよかったのですが、いろいろあり縁を切りました(ゆゆび)



2025下期

ままちっち 読者モニター募集



内容：・月1回のモニター座談会
(平日・阿倍野近辺開催)
・希望される方にはお店の取材など
紙面づくりにも関わっていただけます
人数：5人程度
期間：2025年10月～2026年3月ごろ
応募締切：8/31(日)

0～2歳児を子育て中の方
集まれ～

子育て中のママ・パパの声を紙面づくりに生かすため、読者モニターを募集します。月1回程度、子育てで興味のあることや気になることなどをわいわいお話するモニター座談会に参加できる方、ぜひご応募ください。

応募は
こちらから



STAFF'S VOICE

長男は保育園に入るまで単語も出なくて、『言葉が出ない1歳半 発達』って検索してた。大丈夫だよ。3歳になって親に言い返すくらい口達者になってるよ。長女は完母だったけど、吸う力が弱くて頻回授乳、更に哺乳瓶拒否で爆泣き、ワンオペの夜中隣では2歳児が『ママママ』と全然寝なくて、病んで一緒に泣いた日もあった。大丈夫だよ。今は兄よりご飯たっぶり食べて勝手に寝落ちしてるよ。みんな本当にがんばったね。4年目も一緒にがんばろうね
(毎日気絶して寝る母)

子どもを産む前、正直あまり子どもが好きではなかった私。妊娠がわかったときも本当にお母さんになれるのか、愛せるのか、不安を夫にもらしたこともありま

でも大丈夫。今では若干長男には逃げられるほどベタベタなお母さんになりました。もちろん1人になりたいとき、声を荒げるくらい腹立つときもほぼ毎日ですが、「たっくん、しょーたん大好きよー」と寝かしつけた中、自然と自分の口から溢れてくる毎日がとても幸せです。お母さんにしてあげてありがとう
(ベタベタママ)

こうはた 高畑先生に 聞きました



高畑産婦人科
院長 高畑 暁先生

開業68年となる高畑産婦人科院長。7歳・2歳・0歳の子育て中で、徹底して妊婦さんに寄り添った丁寧な診療に取り組む。

Q 第一子の妊婦健診や産後の検診でも鉄分不足と言われました。第二子の出産に向けて、毎日の生活で手軽に無理なく補える方法があれば教えてほしいです。

妊娠中は赤ちゃんも血液を作るために鉄分が使われること、ある程度の出血をしても耐えられるようにお母さんの血液量が増えるため薄められ採血の数値が低下することで貧血と診断されやすくなります。貧血と診断されると鉄が足りていないといわれることが多い現状です。

また、母乳が血液を原料に作られるため授乳中は妊娠中期ほどではないにしても鉄分を必要とします。鉄分不足はめまい、息切れ、赤ちゃんの成長への影響などの原因となります。

厚生労働省で推奨されている鉄分摂取量は妊娠初期(16週まで)約12mg、妊娠中期(後期(16週から分娩まで)約20mg。授乳期は約12mgと言われ、非妊娠時の推奨9mgよりも多くを必要とします。

サプリメントを活用することは手軽に摂取できるよい手段だと思います。ビタミンCとともに摂取すると吸収率が上がります。

逆にタンニンを含む緑茶、コーヒー、紅茶などは吸収率を下げるので1時間ほど飲まないよう心がけるとよいかもしれません。

医療機関で鉄剤の処方してもらいうことも可能ですし、鉄剤の内服により気分が悪くなる方は、健診時に注射をしてもらうことも可能です。

ただ、サプリメントを使用したり医療介入をする場合、過剰摂取により健康を害することもあります。厚生労働省では妊娠中の鉄分の摂取上限は設けないと記載もありますが、右記の摂取量を目安に取っていただくことがよいかと思われます。

● 院長(高畑 暁)診療

★ 産後【産後検診・1ヵ月健診】
小児科【予防接種・後期検診】

日曜日・祝日は休診です。

	月	火	水	木	金	土
09:00 ～12:00	●	●	●	●	●	●
14:00 ～16:00	—	★	—	★	—	—
17:00 ～19:30	●	—	●	—	●	—

高畑産婦人科

大阪市東住吉区駒川1-7-3

Tel. 06-6719-0185

●北田辺駅徒歩2分 ●駐車場あり



WEBにも
掲載中!



●編集・発行／一般社団法人codomotoままちっち

※本紙94号は掲載されている企業や医院、お店などの協賛によって賄われています。

今号のスポンサー／いわい歯科医院、高畑産婦人科、niconaボディメンテナンスラボ、ふじわら歯科、RAKUTO天王寺校(敬称略)

●問い合わせ先／info@codomoto.jp

●次号発行日／2025年9月1日(予定)



ご感想を
お寄せください

