

😊
2022

南
ア
ル
プ
ス
市

子育て ハンドブック

Guide Book for Child Rearing





南アルプス市 子育てハンドブック

子育て中のみなさんへのアンケートや
南アルプス市子育て支援ネットワークの
みなさんからの協力を得て、この本ができました。
南アルプス市の子育て支援のあれこれ、
親子で楽しめる施設やお店、
実は全国的にはよく知られている人やお店、
そしてたくさんの子どもと
ママとパパが登場する本になりました。
この本を活用して、南アルプスでの
子育てをもっと楽しんでいただき、
さらにはみんなのふるさとを
もっともっと好きになってもらえれば嬉しいです。

目次

CONTENTS

親子の広場へ行こう!

- 06 あんふあんワールド
- 08 さくらんぼ保育園・子育て支援センター
- 09 豊保育所・子育て支援センター
- 10 大明保育所・子育て支援センター
- 11 マコト愛児園・子育て支援センター
- 12 青少年児童センター 南風～Nanpu～
- 14 八田児童館
- 15 白根児童館
- 16 甲西児童館
- 17 おおケヤキ児童館
- 18 若草なかよし児童館

- 19 いいね!南アルプスで子育て

図書館は絵本との出会いの場

- 20 南アルプス市立中央図書館
- 21 南アルプス市立甲西図書館
- 22 南アルプス市立八田ふれあい図書館
- 23 南アルプス市立白根桃源図書館
- 24 南アルプス市立わかかくさ図書館
- 25 南アルプス市立中央図書館芦安分館

- 26 インタビュー 中沢みささん
- 30 いいね!南アルプスで子育て
- 31 インタビュー 大友剛さん

公園で外遊び!

- 32 御勅使南公園
- 34 櫛形総合公園
- 35 秋山川すももの郷公園,
白根中央児童公園
- 36 南アルプス市乗馬センター
- 37 やまなみの湯ふれあい公園,
遊・湯ふれあい公園
- 38 押原公園
- 39 葦崎中央公園, 歌舞伎文化公園
- 40 豊富シルクの里公園,
山梨県森林総合研究所 森の教室

- 41 いいね!南アルプスで子育て

子どもとでかけるおいしいお店

- 42 パンビオロジック 空我
- 43 田舎カフェ オーチャード,
オステリア パノラミカ
- 44 カフェ・ド・あんふあん,
こくりや
- 45 なとり屋・ママンムート
- 46 CREPE SYLPH
カフェ リングフランカ
- 47 ベーカリー ルーブル, こまばん

- 48 cofucu
- 50 いいね!南アルプスで子育て
- 51 インタビュー 齊藤美穂さん



南アルプス市の子育て支援

- 52 子育てカレンダー
- 54 マタニティスクール, 乳児用おむつ用品支給事業, 産後の妊婦訪問
- 55 産後ケア事業, ホームスタート
- 56 乳幼児健診, 離乳食教室, チャイルドシート・ベビーベッド貸出
- 57 一時預かり, ファミリーサポートセンター, 病児・病後児保育
- 58 子育て応援講座, 健康づくり日程表, 愛育会活動
- 59 いいね!南アルプスで子育て
- 60 防災対策
- 62 やまなし子育て応援カード
- 63 保育所(園)・幼稚園
- 64 小学校と通学地域
- 65 放課後児童クラブ

- 66 いいね!南アルプスで子育て
- 67 インタビュー 五緒川津平太さん

ひろがれ!つながれ!ママグループ

- 68 モモビヨ隊
- 70 NPO法人 森のようちえん きらきら星
- 71 あそびっこ art&play
- 72 みんなのおうち
- 73 金丸文化学園
- 74 ゆるりん母ゴコロ
- 75 ゆりかごの会
- 76 南アルプス LOCO
- 77 いいね!南アルプスで子育て
- 78 子育て支援ネットワーク座談会

- 82 インタビュー カワクボメガネさん
- 86 いいね!南アルプスで子育て
- 87 インタビュー 深沢さやかさん
- 88 いいね!南アルプスで子育て
- 89 インタビュー 吉田孝子さん
- 90 インタビュー 堀真一郎さん

親子の広場へ行こう！

小さな子どもとその保護者に、自由な遊びやコミュニケーションの場を提供する子育て支援センター。小学生も含めた地域の子どもたちのための施設・児童館。

“親子の広場”が充実しているのも南アルプス市の特徴です。



あんふあんワールド

あんふあんわーど



↑2階のブルムクリークひろば。子どもたちの想像力やアートの感性を刺激し、親子のコミュニケーションを育むおもちゃをたくさん備えています。年数回しか登場しないレアな積み木「ドリームログ」もあり。



→ブルムクリークひろばは 10:00～16:00、土曜・祝日定休、利用料1人200円(2時間)。3人まで利用できる半年パスポート(1500円)あり。パパの利用が多いのも特徴です。



子育て支援の活動に取り組むNPO法人あんふあんねっとが運営する親子の広場です。カーペット敷きの部屋にたくさんのおもちゃや絵本を置き、地域の親子のためにいつ行ってもいつ帰ってもいい空間を提供しているのが、1階にある「あん・はーもにー」。スタッフ数名が常駐し、親子の友だちづくりをコーディネートしたり、子育ての相談に応じたりしています。生後1ヵ月から参加できる「赤ちゃんのひろば」、メイク・家計・園選びといったママにとっての身近なテーマについて学ぶ「ママサロン」など、ママたちの興味関心の高いイベントを臨機応変に行うのも特徴。時には親子のバス旅行を企画することも。

2階「プラムクreekひろば」には、木製の大型遊具やネフ社の積み木などクオリティの高いおもちゃがたくさん。動くものを目で追うだけの赤ちゃんから、体を使ってアクティブに遊ぶ幼児まで、年齢に合ったおもちゃで心ゆくまで遊ぶことができます。積み木・ビーズ・お手玉など、おままごとで大活躍するシンプルなおもちゃもたくさん用意して、子どもたちが想像力豊かに遊ぶひとときを大切にしています。さらには予約制の親子カフェ「カフェ・ド・あんふあん」もあり（詳細P.44参照）。親子のニーズに柔軟に対応しながら、あたたかみと遊び心あふれる取り組みを次々行っています。

親子の広場へ行こう！



Access & Information



南アルプス市百々3013-1
 TEL055-269-7568
 10:00～12:00、13:00～16:00
 土日・祝日定休
 対象＝未就学児と保護者
 利用料無料
 ※プラムクreekひろばは写真キャプション参照



さくらんぼ保育園・子育て支援センター

さくらんぼほいくえん・こそだてしえんせんたー



←土曜は園庭開放や育児相談を行っています。水曜は保育士が近くの働く婦人の家へ赴いて出前支援。

未就園児専用の園舎と園庭を2008年に建設。保育士が常駐し、月・金曜はみんなのひろば(2~3歳)、火・木曜は赤ちゃんのひろば(0~1歳)と、曜日ごとに対象年齢を設定した親子の広場を開いています。運動遊びや工作、園庭での砂遊びや水遊び、あるいは近所の畑へのお散歩…。保育士が子どもたちの様子を見ながら、臨機応変に様々な遊びを提案していくスタイル。親子でアクティブな時間をすごします。子どもたちは水や土にふ

るのはさくらんぼ保育園。水や土、草花の美しさや風の爽やかさなどの自然にふれ、五感を働かせてすごす子どもの時間を大切に…。そんなさくらんぼ保育園“らしさ”も特徴。

たくさん遊んだ後は、持参したお弁当を食べながらのランチタイムを楽しむこともOK。14:00以降は個別の育児相談や電話相談を行っています。

親子の広場へ行こう

Access & Information

南アルプス市桃園337
TEL055-282-8111
平日 9:30~17:00
※14:00以降は主に子育て相談
土曜 9:30~14:00
日曜・祝日定休
対象=未就園児と保護者
利用料無料

れると自然と裸足に。そんな時間もあたたかく見守って、ママたちに「時には泥んこで汚れてもOK」「子どもと一緒に楽しい」ということを伝えたいのだとか。運営す



←10時くらいに集まって朝の会を開き、その後様々な活動を行います。11時半くらいからお弁当タイム。



豊保育所・子育て支援センター

ゆたかほいくじょ・こそだてしえんせんたー



市立豊保育所が運営する子育て支援センター。200㎡を超える広いホールに、ボールプール・おままごとコーナー・積み木・様々なおもちゃなど、たくさんの遊びのコーナーを展開。親子が好きなコーナーで思い思いの遊びができるようになっています。天気の良い日には、園庭に出て外遊びをすることもできます。開放的な空間で子どもをのびのび遊ばせることができると、ママたちからは好評。広い場所を駆け回ったり飛び跳ねたり、体を動かすことが好きな比較的大きな子どもたちも、快適に遊ぶことができる広場です。通常

2人の保育士が常駐し、子どもたちと遊んだりママの相談に対応したりしています。

毎週水曜は「わくわくデー」を開催。運動遊びや工作などの親子遊び、食育や歯科衛生などの講演会、誕生会や保育園児との交流と、多彩なイベントを行っています。年2回のあんばんまんの着ぐるみショー&撮影会も名物企画の一つです。水曜のみはセンター内でお弁当を食べてもOKということもあり、50組以上の親子が訪れることも。いつも以上の賑わいを見せています。

親子の広場へ行く！



←アクティブに遊ぶおもちゃの自動車やボールプール、まったり遊べるおままごとや絵本など、たくさんの遊びのコーナーを設けています。

Access & Information

南アルプス市吉田804
TEL055-282-0189
9:30~12:30、15:00~16:30
土日・祝日定休
対象=南アルプス市内在住の未就園児と保護者
利用料無料



大明保育所・子育て支援センター

たいめいほいくじょ・こそだてしえんせんたー



←10時半くらいから始まる朝の会。保育の現場から生まれたオリジナルのあそびうたに多くの親子が魅了されています。

「お寿司をにーざりましょう♪」。朝の会では、保育士が作るオリジナルのあそびうたやダンスが毎日のように披露されています。それを目当てに足を運ぶ親子も多く、中には“新作”を心待ちにしているママも。音楽と笑い声に満ちた空間となっています。月・水・金曜は1歳半～3歳、火・木曜は0歳～1歳半が対象。室内での遊びだけでなく、近所の神社へお散歩に行ったり、小川をジャンプして飛び越えたり、季節の花や虫を観察したり

大人にはいたずらにしか見えないような行為でも、子どもの成長に大切なことがある…。親子を見守るのは大明保育所の保育士。「子どもの気持ちを代弁できるように」という姿勢で親子に接し、小さな失敗やトラブルも大らかに見守ります。そんな保育士の姿から、子育てに関する様々な知恵や考え方が学べるのも、このセンターの役割の一つなのです。

親子の広場へ行こう

Access & Information



南アルプス市鮎沢1063-1

TEL055-282-1307

9:00～16:00

土日・祝日定休

対象=南アルプス市内在住
の未就園児と保護者

利用料無料

…。屋外で四季を感じながらの遊びや体験も大切にしています。簡単な料理やクラフトといったママのお楽しみ、子育てに関する各種学習会などのイベントも行っています。





運営するのは幼保連携型認定こども園・マコト愛児園。戦前からの歴史があり、地域の人々に長く親しまれている幼児教育施設です。月～木曜は、季節の工作や折り紙、食育指導を兼ねた親子おやつ作り、絵本のよみきかせ、親子ヨガ教室、園児と一緒にを行う季節の行事など、多彩な活動を展開。畑で野菜を栽培し、収穫して食べる体験をすることもあります。様々な角度から子どもの成長・発達を考え、地域の親子に必要な活動や情報を提供しているのです。利用者の中には、パパや祖母の姿も時折見られ、アットホームなひとと

きをすごしています。

金曜日は子育て相談の日。ゆったりとした時間の中で、保育教諭がママたちの気持ちに寄り添いながら、子育てに関する様々な悩み相談にあたります。必要があれば関係機関と連携して対応しています。

市内の児童館などに保育教諭が出向き、親子遊びなどを提供することも。子育て支援に関わる人々や団体と連携しながら、地域の子を見守り応援しています。

親子の広場へ行こう！



←イベントを行わない「開放日」も月に2回ほどあります。園庭を自由に使うことができます。

Access & Information



南アルプス市下今井841-5

TEL055-282-1510

9:00～17:00

土日・祝日定休

対象=未就園児と保護者

利用料無料



青少年児童センター 南風～ Nanpu～

せいしょうねんじどうせんたー なんぷう



↑こんなに大きな遊具もあるのが南風ならではの。全身を使ったダイナミックな動きを楽しむことができます。

● イベント情報

- ・わくわくチューズデイ（毎週火曜 10:00～）
- ・お砂場パーク（毎週水曜 10:00～）
- ・1歳幼児教室（第2、4木曜 10:30～）
- ・2歳幼児教室（第2、4金曜 10:30～）
- ・ベビーマッサージ（第1、3水曜 10:30～）
- ・ブックカフェ（第1木曜 10:00～）
- ・カフェ～NANPU～（第3木曜 10:30～）
- ・わらべうたで遊ぼう（第1金曜 11:00～）
- ・すくすくひろば（第3金曜 10:00～）
- ・おはなし会（月1回 11:00～）
- ・親子おやつ教室（年4回）
- ・親子工作教室（年2回）
- ・野外活動チャレンジアウトドア（全館7月）
- ・小学生チャレンジゲーム大会（全館10月）
- ・小学生お楽しみ会（全館）
- ・じどうかんまつり（全館年1回）



↑いろいろな種類・サイズの遊具があるから、小さな子も自分のペースで楽しめます。

市内6つの児童館を束ねる中心的な存在が青少年児童センター(南風)。日曜と祝日も唯一オープンしているため、幅広いエリアの子どもたちに利用されています。

「家の近くの児童館を使うのが一般的ですが、6つの児童館で施設の特徴が違うので、ぜひいろいろ利用してみしてほしいですね。ママたちがおしゃべりできるカフェ系イベントや大型遊具や砂場遊びなど、あえて館ごとに開催曜日をずらしています。いろんな館を使い分けている頼もしいママも結構いらっしゃるんですよ」と、清水壽美館長。親子おやつ作り教室や小学生の工作教室はすべての児童館で開催されています。合同で行うクリスマ

ス会や運動会やハロウィンなど、季節イベントもいろいろ。各館にスケジュールが掲載されたチラシがあります。

南風ならではの魅力は、大型遊具が常時あること。また、第1木曜の「ブックカフェ」では、通常の子どもむけのよみかきせだけでなく、大人の癒しを目的にした絵本セラピーも行っています。午前中には幼児の利用が多く、14:00～15:00に小学生が来館し賑やかになってきます。16:00以降は中高生も加わり、ドラムやキーボードなどがあるスタジオを利用しています。土日・祝日のパパの来訪が比較的多いのも特徴。



親子の広場へ行きよう!

Access & Information



南アルプス市山寺258-1
TEL055-282-7324
平日10:00～21:00
土日・祝日10:00～17:00
月曜休館
対象=18歳未満の子どもと保護者
利用料無料



八田ふれあい情報館の近くにあり、市内全児童館の中で年間利用者数、一日平均の利用者数が一番多いのがこちら。特に小学生の利用が多く、異年齢の子どもの関わりを経験できるのが魅力です。午前中は乳幼児が静かに遊ぶことができ、午後になると3歳以上の幼児や小中学生が60名程度訪れ、とても賑やかになります。子どもに人気のマンガ本なども図書コーナーに揃っています。

導を行ってくれることも。乳幼児むけにわらべうたを楽しむ日もあります。「はんどカフェ」ではミシンの貸出を行い、児童館内で縫い物を楽しむことができます。

小学生むけには、放課後子ども教室や水墨画の他、おやつ作りや工作教室も行っています。

Access & Information



南アルプス市榎原794-16
TEL055-285-0042
10:00~19:00
日曜・祝日休館
対象=18歳未満の子どもと保護者
利用料無料

月2回開催されている乳幼児のママむけ「ひだまりサロン」では、絵本のよみきかせや工作を楽しむことができます。また、写真のように幼児教室が行われ、栄養士が来て幼児むけの食事指

● イベント情報

- ・ 2歳幼児教室 (第1、3金曜)
- ・ ひだまりサロン (第2、4水曜)
- ・ わらべうた (第4火曜)
- ・ 親子おやつ作り (年4回)
- ・ はんどカフェ (年3回)
- ・ 小学生おやつ作り (年4回)
- ・ 小学生墨絵教室 (月1回)





● イベント情報

- ・おすなば広場（毎週木曜）
- ・リズムであそぼう（第1水曜）
- ・1歳幼児教室（第2、4水曜）
- ・わんぱくデー/大型遊具（第2金、土曜）
- ・ちょこっとカフェ（第3金曜）

健康福祉センター2階にあり、市内全児童館の中でもママと幼児の利用人数が多いのがこちらです。学童保育併設ではないため、小学校の長期休みと土曜日以外は小さな子がメイン。乳幼児専用の部屋があり、お昼寝後から夕方までゆっくり楽しむことができます。カーペット敷きで床暖房が入っているので、ハイハイベビーにも快適。曜日によって、砂場遊びや大型遊具も自由に楽しめます。

こちらの児童館で人気なのが、月に一度の「リズムであそぼう」。0～3歳なら誰でも参加OK。音楽に合わせて体を動かすリトミック

的な内容で、親子でたっぷりスキンシップもできます。また「ちょこっとカフェ」の日は、隣の白根桃源図書館でおはなし会が行われ、わらべうたやよみきかせを楽しんだ後、ティータイムをゆっくり楽しむことができます。

小学生はボール遊び・縄跳び・フラフープ・卓球などの体を動かす遊びや、オセロ・コマ・けん玉・おはじきなどの卓上ゲームも楽しむことができます。



←畳敷きの和室には、絵本やおもちゃ、おままごとセットなどがあります。思い思いに遊ぶ子どもたち。



Access & Information



南アルプス市飯野2806-1
TEL055-282-7461
10:00～19:00
日曜・祝日休館
対象=18歳未満の子どもと保護者
利用料無料



↑幼児教室では“お家ではできないこと”を意識して、ちょっぴりワイルドな遊びも。



● イベント情報

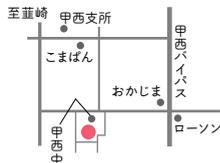
- ・幼児教室（第1、3金曜）
- ・はなまるカフェ（第2、4火曜）
- ・運動あそび（第4木曜）
- ・親子おやつ作り（年4回）
- ・親子工作教室（年2回）
- ・小学生おやつ作り（年4回）
- ・小学生月の工作（年2回）

平成23年に県産木材を使用して建てられた児童館。ぬくもりのある建物の中に、広々とした多目的ホールや畳敷きの乳幼児室などがあります。月～金曜の午前中はホールに乳幼児を対象とした大型遊具を設置。子どもたちは跳ねたり転がったり。元気な声が響きます。幼児とママのための「はなまるカフェ」は第2・4火曜に開催。ティータイムの他、第2火曜は親子で工作、第4火曜はおはなし会を楽しめます。ママ同士が交流し、子育てのヒントを得られる貴重な機会

となっています。第4木曜には運動あそびもあり。いずれも乳幼児親子なら誰でも参加できます。第1・3金曜に行われる幼児教室では、“お家ではできないこと”を意識し、ダイナミックに体を動かしたり工作をして遊びます。

近隣に小中学校があるので夕方は小学生の利用が多く、宿題をしたり友だちと遊んだりします。工作やおやつ作りなどのイベントも大人気。大勢の子どもたちが参加しています。

Access & Information



南アルプス市清水24

TEL055-282-7356

10:00～19:00

日曜・祝日休館

対象=18歳未満の子どもと保護者
利用料無料





←幼児教室ではエプロンシアターやよみきかせタイムも。子どもたちが次々に近寄ってきます。

木の壁に囲まれた温かみのある大きなホールがあり、幅広いエリアからママと子どもが集まっています。学童保育も併設されているため夕方になると小学生が一緒にやって来ますが、それまでの時間帯は幼児がメインで広々と楽しめます。

1歳児むけの幼児教室が開催され、時には外部の講師を招いてチアダンスをするなど、趣向を凝らした内容が魅力。月に一度の「カフェーチ」では、大型遊具を楽しんだ後、よみきかせや手遊びをし、最後は持ち込んだおやつと児童館で用意したフリードリンクを楽しむカフェタイムに（それ以外の時は飲食禁止）。またこの児童館ならではの、親子むけの「もぐもぐ！おいしい絵本」というイベント。『からすのパンやさん』のような食べものが出てくる絵本をテーマに、絵本を読んでお菓子を作って食べるという楽しい企画です。小学生むけにDVD鑑賞会やお楽しみ会なども行われています。



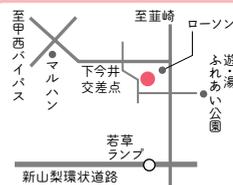
● イベント情報

- ・1歳幼児教室（第2、4金曜）
- ・カフェーチ（第3金曜）
- ・もぐもぐ！おいしい絵本（年4回）
- ・親子おやつ作り（年4回）
- ・小学生おやつ作り（年4回）

親子の広場へ行こう！



Access & Information



南アルプス市寺部1479

TEL055-284-7455

10:00～19:00

日曜・祝日休館

対象=18歳未満の子どもと保護者

利用料無料



若草なかよし児童館

わかくさなかよしじどうかん



←なかよしカフェの工作は子どもと楽しめる簡単なものながら、かわいいパーツも用意されていてママもつい夢中に。

親子の広場へ行こう！

若草小学校や若草南小学校の児童の利用が多い児童館。2歳児むけの幼児教室が開催されている他、月2回の「なかよしカフェ」が人気。大型絵本のよみきかせや手遊びの後は、親子で工作をしたり大型遊具で遊んだり、コーヒー・紅茶を飲みながらおしゃべりしたり…と、それぞれ自由に楽しんでいます。地区の子ども会が活発なせいか家族ぐるみで交流がある家庭が多く、利用者同士が顔見知りになりやすいのもこの児童館ならではの。全体的にアットホームでくつろいだ雰囲気に包まれています。子どもたちも縦割りで遊ぶのに慣れている様子。小学生が遊び相手になってくれるので、あえて夕方遊びに来て一緒におままごとをする幼児親子もいます。

プラネタリウムが楽しめるドーム型の建物になっているのも特徴。「季節の星座を知ろう」といった鑑賞会が開催され、小学生だけでなく幼児の親子も参加しています。



→ガラスブロック越しにやわらかな日差しが入るホール。午前中は大型遊具も登場。

● イベント情報

- ・なかよしカフェ（第1、3木曜）
- ・2歳幼児教室（第2、4木曜）
- ・工作デー（月2回）
- ・プラネタリウム鑑賞会（年5回）
- ・親子工作（年4、5回）
- ・放課後子ども教室（月1回）



Access & Information



南アルプス市藤田1512

TEL055-283-5344

10:00～19:00

日曜・祝日休館

対象=18歳未満の子どものと保護者

利用料無料

「いいね！南アルプスで子育て」



**美咲ママ・ひまり(4歳)
ようた(4歳)**

初めての出産が双子でしたが、産婦訪問のときの保健師さんや助産師さん、産前産後ケアセンターの助産師さん、あんふあんねつとのスタッフさんなど、頼れる人がたくさんいて安心できました。



**しおりママ・柊パパ
あおい(6ヵ月)**

コロナ禍でいろいろ不安な中での出産でしたが、市の保健師さんに産前産後ケアセンターや子育て支援センターを教えてもらい、たくさんの人に「大丈夫よ」と言ってもらえたのが心強かった。



**香織ママ・あきつく(3歳)
ゆめか(1歳)**

息子は公園やおじいちゃんのプロウ畑で虫捕りに夢中。娘はシャインマスカット・桃・サクランボ・スモモと、フルーツに夢中です。都会の人から見れば、きっと贅沢な日々をすごしています。



**悠里ママ・洋平パパ
みさき(2歳)・こうき(5ヵ月)**

子育て応援講座がよかったです。地域のママたちと一緒に話し合いながら、「しつめて何?」「自分はどうしたいの?」と、普段何気なくやっていることの意味を考えるきっかけになりました。



**継乃ママ
きょうへい(5歳)**

埼玉から引っ越してきてまず「子育てハンドブック」をもらい、これを無料で配っていることにびっくり！この本を片手に公園やお店に行きました。子育てを応援してくれる市だとイメージできました。



**歩性ママ・瞬パパ
はるひ(10歳)・いっしん(3歳)**

子育てに手厚いという評判を聞いて、引っ越してきました。医療費の18歳まで無料支援は心強かったです。健診に行くと、子育ての相談に親身になって対応してくれたのも嬉しかった支援の一つ。

図書館は絵本との出会いの場

檜形地区にある中央図書館をはじめ、各地域に図書館があります。
各館で「おはなし会0.1.2.」などのよみきかせイベントも開催！

南アルプス市立中央図書館

みなみあるぶすしりつちゅうおうとしょかん

南アルプス市内5図書館の中央館としての機能を持ち、広い開架スペースとたくさんの蔵書を備えています。児童書の蔵書は約35000冊（うち絵本は約19000冊）。「母の日」「夏休み」「おばけ」「科学絵本」、あるいは話

題の作家など、毎月テーマを変えて特別に絵本の展示スペースを設ける試みも行っています。館内の一角に



ある、家の形を模した読書スペース「ちいさいおうち」もユニーク。半ばプライベートな空間で、きょうだい仲よく、あるいは備えられたぬいぐるみと一緒に絵本を楽しむ子どもたちの姿もよく見られます。「おはなしのへや」では、定例のおはなし会も開催。



図書館は絵本との出会いの場

Access & Information



南アルプス市小笠原1060-1
TEL055-280-3300
平日 9:30～19:00
土日・祝日 9:30～17:00
月曜・祝日の翌日(土日以外) 休館

- おはなし会0.1.2.
第2火曜 10:30～
- おはなし会
毎週土曜 14:00～

絵本

私が好きな1冊

「いろいろバス」

作◎tupera tupera
(大日本図書 2013年)



タイトルの通り、いろいろなバスがやって来て、いろいろな乗客が乗り降りする様子が描かれています。『やさいさん』や『パンダ銭湯』など、ユーモラスな絵本を作ることで知られている tupera tupera さんらしく、バスの乗客はどれも意表をつかれるものばかり。次はどんな乗客が登場するのかと、ワクワクしながら読んでいくことができます。子どもと一緒に読みながら、大人も楽しめる素敵な絵本だと思います。(山下花奈さん)



南アルプス市立甲西図書館

みなみあるぶずしりつこうさいとしょかん



↑「おはなし会0.1.2.」は、市内5図書館で行われているイベント。全館をまわるとプレゼントがもらえるスタンプラリーを行っています。



全蔵書の半分近くにのぼる約15000冊が子どもむけ。市内の図書館の中でも、絵本や児童書を比較的多く揃えている図書館です。赤ちゃん絵本や洋書絵本など、テーマ別にたくさんの絵本が展示されています。小上がりになっているおはなしコーナーは、親子でゆったりとくつろぎながら本を読むスペース。このスペースを利用して、定期的におはなし会も開催しています。簡単な手遊びを交えながら、季節や年齢に合わせた絵本のよみかかせを楽しみます。毎年5月には、大型紙芝居や親子工作などを行う「おはなし会スペシャル」も開催。

図書館は絵本との出会いの場

Access & Information



南アルプス市鮎沢 1212
TEL055-282-7291
平日 9:30~18:00
土日 9:30~17:00
月曜・祝日休館

- おはなし会0.1.2.
第2・4木曜 10:30~
- おはなし会
第1土曜 10:30~



私が好きな1冊

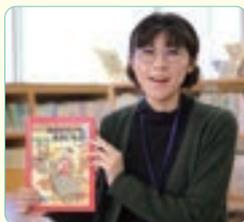
「ねぼすけスーザのおかいもの」

作◎広野 多珂子
(福音館書店 1997年)

舞台はスペインの田舎。主人公のスーザが、マリアおばさんの誕生日プレゼントを求めて街へ出かけていくおはなしです。街の中はまるで探検をしているよう。さて最後にスーザが見つけたプレゼントとは…?

スーザのマリアおばさんを思うやさしさが心に響き、なんとも温かい気持ちにさせてくれる物語です。スーザも表情豊かに表現されていて、わくわくやひらめき、喜びが伝わってきます。

(藤田夏菜子さん)





南アルプス市立八田ふれあい図書館

みなみあるぶすしりつはったふれあいとしょかん



図書館は絵本の出会いの場

八田ふれあい情報館の中にある図書館。子どもの本のコーナーはカーペット敷きの一面になっており、その場でゆっくりよみきかせたり本を選ぶことができます。農業情報関連図書館であることから、いろんな野菜の断面がわかる絵本など、農にまつわる珍しい児童書が充実しているのも特徴。図書館奥の「お

はなしのへや」では、おはなし会開催時に「ききみみずきんおはなしの会」のボランティアスタッフによる絵本のよみきかせやわらべうた、エプロンシアターなどを楽しむことができます。昔懐かしいわらべうたを口ずさみ手や体を使っているうちに、ママも子どもも気がつけば笑顔になっています。

Access & Information



南アルプス市榎原800
TEL055-285-5010
平日 9:30~18:00
土日 9:30~17:00
月曜・祝日休館

- おはなし会 0.1.2.
第2・4火曜 10:30~
- おはなし会
第3土曜 10:30~

絵本

私が好きな1冊

「よんでよんで」

作◎ときわひろみ
絵◎さとうあや
(教育画劇 2015年)



絵本を持って「おかあさん、えほんよんでよんで」と言う男の子。でも忙しそうなお母さん。そこで、猫さんに頼むと「ニャンニャン、ニャゴニャゴ」と読んでくれて…。イヌ・ブタ・ウシなどいろんな動物語の面白さで0歳から楽しめる本です。同時にこの本は、実はママへの応援本でもあるんです。子どもって意外に自分で子ども時間を楽しんで。すべてを親がわかってなくても大丈夫なんだと、肩の力が抜ける一冊です。(山本淳子さん)



南アルプス市立白根桃源図書館

みなみあるぶすしりつしらねとうげんとしょかん



市内に5館ある図書館の中でも、こぢんまりしてアットホームなのがこちら。白根児童館の隣にあるため、児童館で遊んだ後に本を借りていくママも多いのだとか。入口にオススメの児童書コーナーがあったり、「人気本です」「ちょっと面白かったです」「オススメ！」など手作りのポップでわかりやすく本を紹介したりと、新米ママでも本が選べる心配りが嬉しい。定例のおはなし会はボランティアグループと図書館スタッフが務め、手遊び歌なども交えて飽きさせない工夫がいっぱい。ママのよみきかせの参考にもなります。

図書館は絵本の出会の場



Access & Information



南アルプス市飯野2806
TEL055-284-6010
平日 9:30~18:00
土日 9:30~17:00
月曜・祝日休館

- おはなし会 0.1.2. 第3金曜 10:30~
- おはなし会 第2・第4土曜 10:30~

絵本

私が好きな1冊

「おっばいばいばい」

作◎みつい ゆきこ
絵◎くぜ じゅんき
(グランまま社 2015年)



「そろそろおっばいにバイバイしようか…」。子育てのハイライトの一つ“卒乳”をめぐる、ママと子それぞれの切ない気持ちを丁寧に描いた作品です。卒乳にむけ心の準備を始めようかなというママにぴったり。最後のページの「さいごのおっばいをママは忘れません」という言葉と絵に、きっと誰もがきゅんとするはず。出版元のグランまま社は、山梨にゆかりのある会社なんですよ。

(中込千恵美さん)



南アルプス市立わかくさ図書館

みなみあるぶすしりつわかくさとしょかん

一般の図書スペースとは別に「親子ふれあい室」を設置。カーペット敷きの広い部屋に乳幼児むけの絵本や紙芝居を備えています。独立したスペースになっているので、子どもたちが泣いたり騒いだりしても周囲に気兼ねすることなく利用できると、ママたちからは好評です。絵本だけでなく、おもちゃやベビーベッドもあり、まるで子育て支援センターのよう。ママ同士の交流の場にもなっています。定例のおはなし会もこの場所で開催しています。エントランスをはさんで反対側には蔵書約4800冊を数える図書スペースがあります。幼児から小学生むけの絵本や児童書はこちらで閲覧することができます。



図書館は絵本の出会いの場

Access & Information



南アルプス市寺部725-1
TEL055-283-1501
平日 9:30~18:00
土日 9:30~17:00
月曜・祝日休館

- おはなし会0.1.2.
第3・4水曜10:30~
- おはなし会
第2土曜 10:30~

絵本

私が好きな1冊

「まんまるおかお」

作◎とよた かずひこ
(アリス館 2010年)



丸い形とわかりやすい色づかい、「ころころ」や「おはよう!」などの身近な言葉の繰り返し。赤ちゃんの興味を引く要素がたくさん入った絵本です。作者のとよたかずひこさんは「ももんちゃん」シリーズなどの赤ちゃん目線の絵本が多く、私も大好きな作家さん。以前、南アルプス市立図書館の講演会で子どもたちに絵本を読んでもらったのですが、子どもたちへの愛情あふれるその姿も心に残っています。

(矢吹一美さん)



南アルプス市立中央図書館芦安分館

みなみあるぶすしりつちゅうおうとしょかんあしやすぶんかん



↑手遊びや歌遊びを交えたおはなし会は、リクエストに応じていつでも開催！



南アルプス市芦安支所の隣、健康管理センターの一室を利用した小さな図書館。並んでいる約1800冊のうち、半分が児童書や絵本です。中央図書館の蔵書を活用して定期的に入れ替えているので、利用者は次から次へと新しい一冊と出会うことに。また「こんな本が読みたい」とスタッフにリクエストすると、

本を中央図書館より取り寄せてくれるサービスも行っています。定期的なおはなし会はありますが、スタッフがいつでも子どもたちの好きな絵本をよみかかせてくれるのも、小さな図書館ならではの。長期休みに合わせて、地域の人との交流会や子どもむけワークショップなどのイベントも開催しています。

図書館は絵本との出会いの場

Access & Information



南アルプス市芦安芦倉518
TEL055-282-7285
13:00~17:00
火・金曜のみ開館

絵本

私が好きな1冊

「こちょ こちょ こちょ」

作◎うちだりんたろう

絵◎ながの ひでこ

(童心社 1996年)



さっちゃんのところにやって来るのはライオンやゴリラ、カエルさん。動物だけじゃありません。ビルやバスやおばけまで！「こんにちは」の後の「こちょこちょこちょ」に動物たちは笑い転げます。言葉の繰り返しがお話です。絵や色もくっきりしたものなので、赤ちゃんのファーストブックにもピッタリです。読みながら一緒に「こちょこちょこちょ」と、親子でスキンシップも楽しめますね。
(野中貴子さん)

子どもと一緒に絵本を読めば、 あの頃の気持ちに戻れるかも…

Interview

絵本屋あんな店主

中沢みささん
インタビュー



④きのこのうち／ベンジー・
デイヴィス、訳＝上野和子/
2009年 大日本絵画

ママやパパが生まれる前に作られた昔の絵本、
画家や写真家が手がけたアーティスティックな絵本…
独特のセレクトで絵本ファンから愛されている
小さな絵本専門店が南アルプス市にあります。
店主を務めるのは中沢みささん。
絵本と、絵本を読む者への愛を感じさせるお話です。



①ころんちゃん／まつなり
まりこ／2010年 アリス館



②さわってごらん！ ふしぎなふしぎな
まほうの木／クリスティ・マシソン、訳
＝大友剛／2014年 ひさかたチャイルド

Profile



中沢 みさ さん
Nakazawa Misa

2007年に絵本屋あんなをオープン。店主自らセレクトする個性的な絵本のラインナップにひかれて、遠くから来店する絵本ファンも多い。南アルプス市野牛島2347-1
TEL055-285-3245
11:00～18:30／不定休

Q 絵本屋あんなさんのセレクトはとてもユニークですが、南アルプスの親子のために何冊か選んでいただけますか？

中沢 では赤ちゃんを描いた絵本からいきましょうか。『ころんちゃん』(①)は、赤ちゃんのむくむくした感じをやわらかいタッチで描いた絵本です。作者のまつなりまりこさんは『じいじのさくら山』などメッセージ性のある作品が多いのですが、こちらは赤ちゃんがただころんころんするだけ。

Q 何かにつづかって、一瞬沈黙してから泣き出す様子とか、「あるある」って感じですね。

中沢 自分の子どもが赤ちゃんだった頃を思い出して「ああ、こうだったよね」と、しみじみする読者もいます。あとがきの部分に日本赤ちゃん学会の理事長さんがコメントを寄せいて、“ころんころん”の大切さを説いているのも面白いです。

触って絵本を体験

中沢 次は『さわってごらん！ふしぎなふしぎなまほうの木』(②)。

Q 訳者の大友剛さんは南アルプス市在住で

すよね。

中沢 大友さんは『ねこのピート』の方が有名ですけど、こちらも素晴らしい絵本だと思います。「さわってごらん」「4かいさわってみて」「こすってあたためて」と行動を促しながら、子どもが絵本の中の世界を体験できる。アナログな楽しみですけど、こういう絵本が愛されているということを思うと、子どもの感性はまだまだ捨てたもんじゃないのかなど。そんな希望も感じさせてくれます。

Q 大友さんのライブでも、子どもたちはすごく楽しそうです。

中沢 雑誌「広告批評」で知られる天野祐吉さんの意外な一面を感じさせるのが『ぼくのおじいちゃんのかお』(③)。モノクロ写真と子ども目線の短いコメントで構成されています。「わざとこえないふりをしている」などのユーモラスなコメントでほのぼのします。



③ぼくのおじいちゃんのかお／
作＝天野祐吉、写真＝沼田早苗
／1985年 福音館書店



⑤絵本 ワニのオーケストラ入門／
作＝ドナルド・エリオット、絵＝クリントン・アロウド、訳＝芥川也寸志・石井史子／1983年 岩波書店

⑥太陽へとぶ矢／ジェラルド・マクダーモット、訳＝じんぐうてるお／1975年 ほるぷ出版



⑦HOME / junaida(ジュナイダ)／2013年 サンリード

しかけ絵本『きのこのおうち』(④ P.26)も挙げておきます。

Q しかけ絵本からこれを選んだ理由は？

中沢 価格が1500円で安いというのが第一。子どもが楽しんでいるうちに、壊れてしまうのは避けられませんから。メインのストーリーとは別に小さなキャラクターや言葉、しかけ扉があって、そこも楽しめる。そういう細々したところが好きという子も多いんです。

まだ見ぬ世界の扉を開く

Q 絵本屋あんなでは、どんな基準で絵本を揃えているのですか？

中沢 明確な基準はありませんが、あえて言えば「時代を超えて読み継がれる絵本」かな。でも今どきの絵本がダメと思ってるわけでもないですよ。絵本って、子どもにこれさえ与えておけば大丈夫というものではないと思いますし。その人その人に合う絵本が“いい絵本”なのだと思います。

Q 個人的にはどんな絵本が好きですか？

中沢 自分の世界を広げてくれるような絵本にひかれます。例えば『絵本 ワニのオーケ

ストラ入門』(⑤)は、ワニの演奏者が持っている楽器がしゃべりながら、オーケストラにおける役割を紹介するという構成。一読すると、今までよくわからなかったオーケストラのことがよくわかる。また『太陽へとぶ矢』(⑥)はインディアンを神話を描いたもので、全体的な絵が幾何学模様になっています。

Q 日本人は絶対描きそうもない絵ですね。

中沢 ストーリーも何それ？という感じです。でも自分の知らなかった世界や文化、自分と違う考えの人を知るきっかけになる。特に子どもたちにとってはね。それも絵本の力なのだと思います。

Q “大人の絵本”を何か一冊挙げてください。

中沢 『HOME』(⑦)は日本人のイラストレーターが描いた一冊。言葉はなく、家の絵だけが続いていきます。

Q 静謐でオシャレな雰囲気ですけど…。

中沢 描かれているのが小人の家だったり、屋根の上にまた家がのっていたり。“家ってこんなもんだよね”っていう先入観を突き崩すような表現力がある。そういう意味では、子どもが手にするのもいいかもしれません。



◎今日／絵＝下田昌克、
訳＝伊藤比呂美／2013
年 福音館書店

◎おたんじょうびのひ／作＝
中川ひろたか、絵＝長谷川義
史／2006年 朝北社



◎かぜはどこへいくの／作＝シャーロット・
ゾロトウ、絵＝ハワード・ノッツ、訳＝まっ
おかきょうこ／1981年 偕成社

想像力を刺激してくれそう。言葉も添えられていない絵のむこうに、何か物語を感じてくれるかもしれませんよ。

親子の間に絵本があるということ

中沢 「今日、わたしはお皿を洗わなかった」というママの罪悪感を綴る言葉で始まる『今日』(8)は、ニュージーランドの子育支援施設の壁に、誰かが書いた詩を元にして作られた絵本だと言われています。

Q ニュージーランドは子育てがしやすい国というイメージでしたが、子育て中のママの心境はやはり共通なのですね。

中沢 家族やママのグループで読んで、一番話が盛り上がるのが『おたんじょうびのひ』(9)。先生から、自分が生まれた日のことをママに聞いてきてと言われた小学生の物語。難産だった、何gで生まれた、夜泣きがすごかった、初めてしゃべった時は…と、読んだママたちからはいろんな話が出てきます。お産や子育てには、必ずそれぞれの家族のドラマがありますよね。

Q 子どもが小学生ぐらいなら、一緒に読む

のもいいでしょうね。

中沢 自分が周りの大人たちからどう愛されてきたのか、きっと伝わると思います。

Q 親子の間に絵本があることの“いいところ”ってどんなことだと思います？

中沢 たくさんありますが、一つは子どもの視線や感覚を感じられるところ。大人とは違う彼らの感覚がわかると、子どもとの時間がより楽しくなると思うし、もしかしたら自分が子どもだった頃の気持ちを思い出せるかもしれません。「かぜはどこへいくの」(10)も、そんな気持ちで読んでもらえるといいですね。「かぜはやんだら、どこにいくの？」という子どもの問いに、素敵な答えで返すママのお話。

Q 子どもの「なんで?」「どうして?」に、こんなふうに答えられるといいですね。

中沢 風はやんでも、どこか遠くでまた吹き始める。自然と命の営みはぐるぐると回って、終わることはない。身近にある自然の中で、ゆっくりと大切なことを子どもに教える。今はそんなことが子どもたちにとって必要なのかも。ここ南アルプスなら、そんな子育てができるとは思いませんか？

「いいね！南アルプスで子育て」



美由紀ママ・重幸パパ
ゆうま(5歳)

産後2か月のときに産前産後ケアセンターを利用。申請もスムーズ。授乳の仕方や入浴指導など、助産師さんからたくさんのコツを教わり子育てが楽に。自分のちょっとした休息にもなりました。



絵美ママ・尚洋パパ
けんしょう(4歳)・しょうよう(10ヵ月)

子育て中は車の移動が便利。南アルプス市は交通の便がいいと思います。環状道路で甲府にも行きやすいし、峡東方面にも抜けられる。静岡までの高速道路も開通し、県外に遊びに行くのも楽々です。



奈々美ママ・雄志パパ
あいな(4歳)・ひより(3ヵ月)

お姉ちゃんは田んぼに興味津々。稲が大きくなって実をつけて、そしてお米になって食べる。たくさんの楽しい発見がある田んぼで、自然と“食育”ができる環境が素敵だと思います。



直美ママ・康至パパ
けんと(4歳)・りお(1歳)

水曜日の乳幼児健康相談を利用しました。専門家となげてもらったり、そこから友だちができたりと、一人じゃないと思えました。南アルプス市は子育てのサポート体制が充実していますね。



彩美ママ・健太パパ
けんしん(1歳)

通院などの用事があるとき、大明保育所やマコト愛児園の預かり保育を利用しています。保育士さんがやさしく「ママのリフレッシュのために使ってもいいですよ」と言ってくださるのが嬉しい。



香織ママ・そうのすけ(4歳)
こうのすけ(2歳)・ゆめの(8ヵ月)

宮崎県出身です。近くに身内がないこともあり、ホームスタートを利用しました。行ったことのない施設に一緒に行ったり、公園で遊んでもらったり。お話するだけでも心に余裕ができました。

“そのらしさ”を大切にできる社会を

通称“ピアニカ王子”。音楽とマジック、自ら翻訳した絵本をコラボさせた異色のライブで活躍するアーティストの大友剛さんは、2014年に子育てのために南アルプス市に移住しました。子どもへの寄り添い方を考えさせられるお話です。



Profile 大友 剛
Otomo Takeshi

自由の森学園卒業後、米国で音楽と教育を学ぶ。帰国後、北海道のフリースクールのスタッフとして不登校の若者とふれあう傍ら音楽活動を開始。全国各地を公演で駆け回り、被災地支援のライブにも力を入れる。1児のパパ。

僕の公演の多くは、子どもたちに向けたものです。子どもの反応はストレートで手強い。全く手が抜けな最高のお客さん。このストレートな表現をずっと持ち続けてもらいたいし、そのためにも僕も含め親はなるべく強制しないことが大事だと思っています。一見理解できない子どもの言動も、頭ごなしに叱らずに「なぜ？」と尋ねてみる。そして「僕はどう思うんだけど？」と伝えて、親の意見が絶対にならないようにしたいと思っています。子どもにとって大切なのは、否定されない経験の繰り返し。働いていたフリースクールの不登校や引きこもりの子たちは、学校や職場で自分らしさが認められずいたり、自分以外の周りの子が、“らしさ”を否定されているのを見て苦しくなっていました。僕たち大人が創らなければならないのは、“らしさ”を大切にできる社会だと感じています。

東日本震災以降、被災地で無料ライブをしています。僕のライブですごくはしゃいでいる子がいて、後から聞くと津波で両親を亡くし、普段は自分の感情を出さずとても我慢をしている子でした。山梨からほんの300kmの所で、今も何万人もの人が避難生活を送っている。外で遊べない、自由におしゃべりができない子もたくさんいる。ライブではそんな話も伝えています。まず知るだけでも毎日の生き方が変わると思うから。

東京から南アルプスに移住したのは子育てのため。実際に住んで、もっと早く来ればよかったと思いました。人と人が当たり前につながり合える。食も山梨の大きな魅力の一つです。そして素晴らしい自然。特に“音”がすごくいい。ツアーから山梨に戻ると、人工的なものが混ざらない自然の音にほっとします。人間らしい感覚を取り戻せる場所ですね。

公園で外遊び！

たくさんの遊具があり、自然と親しむこともでき、しかも無料！
休日のおでかけ定番スポット“公園”を紹介します。



御勅使南公園

みだいみなみこうえん



↑ピラミッドのような形にロープが張り巡らされている「ザイルクライミング」は御勅使南公園のシンボルの遊具。





櫛形地区の滝沢川沿いに広がり、野球場や陸上競技場なども併設されています。敷地の総面積は16万㎡。スポーツの普及や家族の憩いの場として建てられた、市民にとってはおなじみの公園です。子どもたちが集まる遊戯広場には、うんていやすべり台などたくさんの遊びの要素が詰まったコンビネーション遊具をはじめ、様々な遊具があります。飛行機型のジャングルジムやボール型のブランコ

など、ママたちにとっても懐かしい、昔からある遊具も。1万㎡以上もある芝生広場では、幅広い世代の人たちがウォーキングをしたり、自然を楽しんだり、思い思いにすごしています。

2011年には、球場西側の川向こうに新たなスペースが広がりました。芝生広場に年齢層が低めの子どもたちむけの小さな遊具があります。

Access & Information



南アルプス市桃園1600
 TEL055-236-8555
 終日開放
 無休



←遊具で遊んだり、季節の草木を楽しんだり、遊びがたくさん！ピクニックにもぴったり。



秋山川すももの郷公園

あきやまがわすもものさとこうえん



展望台・ローラーすべり台・砂の入ったバケツを巻き上げるクレーンなどを備えたコンビネーション遊具がこの公園の名物遊具。2016年には、クライミングウォールやハンモックなどを備えた遊具が新たに整備されました。幅広い年代の子どもたちが利用でき、バリエーション豊かな遊びが楽しめます。また、公園の遊歩道には健康器具があり、市民の健康づくりにも一役買っています。



Access & Information

南アルプス市落合1906
TEL055-282-6394
(都市計画課)
終日開放
無休

公園で外遊び！



白根中央児童公園

しらねちゅうおうじどうこうえん



「はーもにーぱーく」の愛称で知られる公園。3つのすべり台やうんてい、のぞき窓のあるトンネルなどのコンビネーション遊具と2つのブランコが設置されています。芝生の広場で遊んだり、東屋でお弁当を食べたり、時には近くの保育所が外遊びの時間に使ったりと、たくさん子どもたちが訪れます。こじんまりとした公園なので目が行き届きやすく、小さな子どものいるママたちにも重宝されているようです。春には桜の花が咲き、お花見も楽しむことができます。



Access & Information

南アルプス市飯野2777-1
TEL055-282-6394
(都市計画課)
終日開放
無休



↑馬場を2周するひき馬の料金は、親子ひき馬 1500円、子ども（中学生以下）ひき馬 610円、障害児ひき馬 305円。



↑乗馬クラブの「ノースランドライディングクラブ」が指定管理者として運営しています。

ポニーを中心に7頭の馬がいる公園。利用者が騎乗してスタッフが馬を引くひき馬体験、親子一緒に騎乗する親子ひき馬など、乗馬や馬とのふれ合いを楽しむことができます。本人が嫌がらなければ、1歳くらいの子どものみで一人で騎乗することができるのだとか。より小さい子どものために、ウサギのエサやり体験（100円）も用意しています。乗馬の前後はクラブハウスで休憩したり、お弁当を食べたりすることもできます。

ママの参加者も多いレディース乗馬、馬の手入れ・エサやり・散歩などを組み合わせた子どもむけの動物飼育体験など、イベント的に開催するプログラムもあり。乗る人たちの心を癒やし、また子どもの心身の発達にも効果があると言われている乗馬。その魅力を多くの人に伝えているのです。

Access & Information



南アルプス市塩前888
TEL055-285-8181
9:00～18:30
(10～3月は17:00まで)
水曜定休



やまなみの湯ふれあい公園

やまなみのゆふれあいこうえん



温泉施設として知られるやまなみの湯。施設南側に広がるのがふれあい公園です。4mの高さかららせん状にすべり降りるローラースタイダーをはじめ、ターザンロープやジャングルジムなどの遊具があります。温泉施設内にはお風呂だけでなく、レジャープールや幼児用プールもあり。プール用オムツとキャップを着用すれば乳幼児も利用可能です。

Access & Information



南アルプス市西南湖1299-1
TEL055-280-3340
終日開放／無休
※温泉施設は10:00～22:00
第2・4水曜定休(水曜が祝日の場合翌日休)



公園で外遊び！



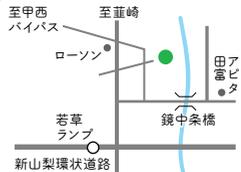
遊・湯ふれあい公園

ゆうゆふれあいこうえん



スポーツクラブと温泉施設がある「さくらの里いこいの家」に隣接する公園です。「子供広場」には、動物の形のスプリング遊具、2種類のすべり台があるコンビネーション遊具があります。子供広場の東側にあるターザンロープは、少し大きな子どもたちに人気です。また、気泡風呂や水風呂に加え、新設された露天風呂や壺風呂など、内外5種類のお風呂が楽しめる温泉施設は、幼児の利用も可能です。スポーツクラブには、幼児むけのダンスやテニスのスクールもあります。

Access & Information



南アルプス市鏡中条3782
TEL055-282-7610
終日開放／無休
※温泉施設は9:30～22:30、金曜定休





美しい芝生広場にカラフルな遊具の数々、富士山・南アルプス・八ヶ岳をぐりと一望できる盆地特有の眺望…。開放感たっぷりに外遊びを楽しめる公園です。すべり台やジャングルジムといったおなじみの遊具に、より小さな子どものためのスプリング遊具、さらにはパパやママの運動不足解消のためにも役立つ健康遊具「アスロビット」もあり、幅広い年齢の利用者に親しまれています。

公園自慢の天然芝のグラウンドで、ヴァンフォーレ甲府の練習が行われることでも知られています。管理棟西側の親水広場は、夏季（6月～9月中旬くらい）には水遊びスポットに。噴水とその周囲の小川を夏の遊び場として提供しています。石畳の地面から水が飛び出す噴水の広場は水深ゼロ。赤ちゃんも安心して遊べます。

公園で外遊び！

Access & Information



昭和町押越1500-1
 TEL055-267-9001
 終日開放
 無休(管理事務所は月曜日)



←夏季にはたくさんの人で賑わう親水広場。熱中症対策として、よしずの日よけも設置されます。



韮崎中央公園

にらさきちゅうおうこうえん



韮崎市の七里岩ライン沿いにある丘の上の公園。芝生広場には遊具や木製アスレチックなどが豊富にあり、中には子どもが自由に乗れる巨大カブトムシのオブジェも。この公園の一番の特徴は、日曜と祝日にミニSLが走っていること。蒸気を上げて走る本格仕様で、子どもはもちろんママもパパもはまりそう。料金も100円とリーズナブル（3歳未満無料、大人同伴）。その他古いSL車両も置かれ、乗り物好きな子どもは必見。夏場も木陰が多く、涼めます。

Access & Information



韮崎市藤井町北下条2531
TEL.0551-22-5857
終日開放／月曜定休
※ミニSLは4～10月の日曜・祝日
10:00～16:00運行



歌舞伎文化公園

かぶきぶんかこうえん

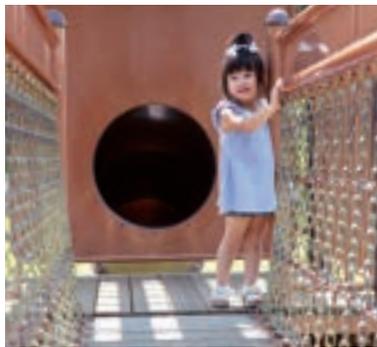


初代市川團十郎ゆかりの地に、歌舞伎をテーマに作られた公園です。オレンジ・緑・黒の歌舞伎柄のデザインが施された大きなコンビネーション遊具の他に、ターザンロープやトランポリン、南側には芝生広場もあります。夏は水遊びをする親子で賑わいます。公園内を流れる小川は水深も浅く、安心して水遊びを楽しむことができると、小さな子どもを持つママたちに好評。公園のシンボルにもなっているお城には、甲府盆地を一望できる展望台があります。

Access & Information



市川三郷町上野3158
TEL.055-272-5500
終日開放
無休



公園で外遊び！



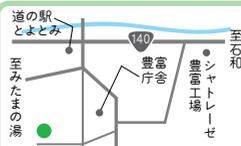
豊富シルクの里公園

とよとみシルクのさとこうえん



白いドーム状の遊具「まゆの丘」が、この公園のシンボリック的存在。トランポリンのように高く飛び跳ねることができます。かつて地域で養蚕が盛んだったことから、繭玉をイメージして作られた遊具です。高くネットが張られた「シルクのハンモック」や、ターザンロープ、木製のアスレチックなどもあり。公園内を流れる小川や滝のある池で、水遊びをすることもできます。

Access & Information



中央市大鳥居1619-1
TEL055-269-2280
(シルクふれんどりい)
9:00~18:00
(10月~3月は17:00まで)
無休



公園で外遊び!



山梨県森林総合研究所・森の教室

やまなしけんしんりんそうごうけんきゅうじよ・もりのきょうしつ



森に親しみ木にふれ合うことを目的とした施設です。屋外には約1haもの芝生広場があり、ターザンロープやすべり台、吊り橋のアスレチックやログハウスなど、木でできた遊具で遊ぶことができます。自然や生き物について学べる図書コーナーや木製おもちゃで遊べるおもちゃ室がある屋内施設は、雨天時にも快適にすごすことができます。木工体験も随時行われています。

Access & Information



富士川町最勝寺2290-1
TEL0556-22-8111
9:00~17:00
月曜・祝翌日休館
(7・8月休無)



「いいね！南アルプスで子育て」



**舞ママ・はな(6歳)
うた(3歳)**

妊娠中に東京からパパの実家の南アルプス市に移住。果樹農家をやっているの、シーズン時は子どもたちは毎日サクランボ狩りを楽しんでいます(笑)。おかげでフルーツ大好きに！



**沙穂ママ・宏行パパ
りゅうたろう(1歳)**

産前産後ケアセンターを利用しました。足湯に入ったり、ゆっくりご飯を食べてリフレッシュ。長野出身で初めての子育ては不安でしたが、たくさんの支援に助けられているのががんばれます。



**佑季ママ・えみか(5歳)
はると(4歳)**

特に嬉しかったのが、産前産後ケアセンターの日帰り利用の補助。宿泊が難しい環境なので助かりました。「いつもつながっていますよ」と、担当者のあたたかい思いを感じています。



**志保子ママ・とうあ(5歳)
はんと(3歳)**

街の人たちがあたたかく、子どもの声に耳を傾けてくれます。散歩中に「子育てががんばれ」と声をかけてくれたり、見守ってくれる雰囲気を感じています。秋田出身ですが、南アルプス市も大好きです。



**里奈ママ・丈洋パパ
かいと(3歳)・ゆずは(6ヵ月)**

支援センターや児童館で同年齢の子どもたちと遊んだり、四季を感じられる野外でのんびりお散歩を楽しんだり。小さな子どもたちが、室内でも野外でも気軽に遊べる環境がいいなと思います。



**美紀子ママ・ほたか(11歳)
いたる(6歳)・ふき(2歳)**

エコパ伊奈ヶ湖の野外イベント、図書館のおはなし会、児童館の幼児教室などを楽しんでいます。子どもたちはいろんな体験をしながら、そこからたくさんの学びをもらっているような気がします。

子どもとでかけるおいしいお店

和食に洋食、パン屋さん、そして親子カフェetc…
子連れ大歓迎のおいしいお店を紹介します



パンビオロジック 空我

ばんびおろじっく くうが



ピッツァマルゲリータ / 1080円



発酵バターのカロワッサン / 162円



ジャンボふんわり
フロマーージュ / 172円



チョココロネ / 162円



よいこのミルクパン / 216円



紅玉りんごのデニッシュ / 216円



アボカド入りBLTサンド / 324円

子どもとでかけるおいしいお店



食パンやバゲットはもちろん、惣菜パンや季節のフルーツを使った菓子パンなど、常時70種類ほどがズラリと並ぶパン屋さん。「ちゃんと作られた素材はやっぱりおいしいから」と言う内田信一店長が、国産小麦・天然酵母・発酵バター・平飼卵など、一つひとつの材料の質を吟味。放射能などの安全面にもケアしています。子どもに安全でおいしいパンを食べさせたいと願うママ・パパからの支持を得ている名店。

Access & Information



南アルプス市 藤田2154-1
TEL055-283-8040
11:00~19:00
月・火曜定休



田舎カフェオーチャード

いななかふえ おーちゃーど



(上) プロシュートとルッコラのピッツァ / 1580円
(下左) シフォンケーキ / 500円

石窯で焼いた本格ナポリピッツァや、ハンバーグなどのグリル系やパスタなど、丁寧に手作りされた約100種類の料理が楽しめます。シフォンケーキやティラミスなどドルチェメニューも豊富。子連れに嬉しいソファ席や個室を利用したい時は予約がベター。ピッツァはテイクアウトも可能です。

Access & Information

至 至
野牛島 南アルプス市徳永410
交差点 ハッピーパーク内
TEL055-280-5501
ハルニチ11:30~14:30LO
(土日祝は~15:30LO)
ディナー17:30~22:00
木曜定休

子どもでかけるおいしいお店



オステリア パノラミカ

おすてりあ ぱのらみか



Bランチ / 1550円 / 前菜6種盛り・タコのラグー・ドルチェ(カンノーリ)・ドリンク

甲斐市の人気店が2016年4月に移転。本場で修行したシェフが作る気取らないイタリアン。約10種のパスタや7種のドルチェから選べる写真のBランチの他、サラダ or スープ+パスタ+ドリンクのAランチ1050円も。地のものや旬の素材で作るメニューが黒板にびっしり書かれ、夜も訪れたいくなるお店(前菜520円~)。

Access & Information

至 至
南アルプス 南アルプス市桃園1685-1
警察署 TEL055-206-1251
11:30~14:00
18:00~21:00
水曜定休(不定休あり)



カフェ・ド・あんふあん

かふえ・ど・あんふあん



(上) おまかせランチ／1200円
(下左) スイーツ付きカフェ／1000円／45分の託児付き。

親子の広場「あんふあんワールド」内にある完全予約制の親子カフェ。ダシから手作りする1汁3菜の和食ランチを親子で食べた後、30分の託児サービスが付いています。その間ママたちはのんびりとティータイム。料理の作り方をスタッフに気軽に聞くこともできます。託児付きカフェメニュー（500円～）もあり。

Access & Information



南アルプス市百々3013-1
TEL055-269-7568
10:00～16:00
※要予約、時間外応相談

子どもとでかけるおいしいお店



こくりや

こくりや



(上) オムライス／1380円 (下左) フレンチトースト／530円

4～5日かけてじっくり煮込む自慢のデミグラスソースを味わってもらいたいと、ランチメニューはオムライスとビーフシチューのみ。ふわふわの卵でしっかりと巻かれたオムライスは、白州で平飼いされている鶏の卵を使用。親子で気軽に使ってほしいと、子ども用のイスやお子様ジュース（200円）なども用意しています。

Access & Information



南アルプス市野牛島1828
TEL055-242-6129
11:30～22:00
(ランチ11:30～14:30)
火曜、第1・3水曜定休



なとり屋

なとりや



(上) 鳥もつ煮そばセット / 1100円
(下左) 芦安ふるさと弁当 / 1080円

老舗そば店で10年以上修行したという店主が、南アルプス山麓のおいしい水と国産そば粉を使って作る手打ちそばが楽しめるお店。2種類の鰹節を使い、丁寧にひかれた出汁が香る甘めのそばつゆは、子どもたちにも好まれる逸品。鳥もつ煮、肉めしなどもあり。店内には小上がりがあり、予約すれば個室の利用も可能です。

Access & Information



南アルプス市芦安芦倉726
TEL055-288-2025
11:30~14:00
火・水・木曜日休

子どもとでかけるおいしいお店



ママンムート

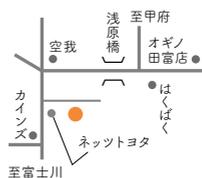
ままんむーと



(上) パンが器のビーフシチューセット (1600円)
(下左) ランチセットデザート (+ 450円)

デミグラスソースのハンバーグ・チキンソテー・パスタなどの手作り洋食メニューが楽しめるお店。パンを器にしたビーフシチューはじっくり煮込んだ牛肉と地元農家から直接買い取る新鮮な野菜を盛りつけて見た目も華やか。ランチメニューは全てライス or パン・サラダ・スープ付き。小上がりのテーブル席もあります。

Access & Information



南アルプス市浅原377-2
TEL055-282-8858
11:30~14:00
18:00~22:00
月曜定休



CREPE SYLPH

くれーぷしるふ

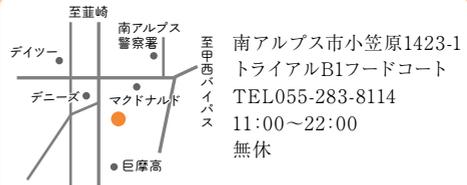


ソファ席があり子連れも使いやすいお店。約30種のクレープ(302円～)はハム・チーズなどおかず系も豊富。一番人気は6月から出る季節限定の楯形山のはちみつ＋クリーム。佐藤耕二店長自ら養蜂したはちみつ、手作りの栗甘煮や生チョコ、高品質なコーヒー(259円)など、こだわりの味がプチプライスで楽しめます。



(上) いちご / 486円、チーズフランク / 432円

Access & Information



子どもでかけるおいしいお店



カフェリンガフランカ

かふえりんがふらんか



英会話スクール・アイトゥアイに併設されたカフェです。手作りクッキーやオリジナルパフェなどデザートメニューが豊富で、お得なケーキセットやクッキーセットもあり。ドリンクメニューは定番のカフェラテや季節限定のドリンクなど30種類以上。子どもたちが遊べるスペースもあります。



(上) クッキーセット 500円、ケーキセット 600円

Access & Information





ベーカリー ルーブル

ベーカリー るーぶる



(上) 櫛形山あんぱん(粒・こし) / 140円、甲州ワインピールカレーパン / 194円など (下左) 土偶ちゃんパン / 194円

店内には40～50種類のパンが並びます。使用しているのはすべて国産小麦。地元農家と提携したフルーツや野菜を利用するなど、素材にこだわり作られています。市の文化財課とコラボした「土偶ちゃんパン」やおいしさを最大限に引き出した「二日目のほうとうパン」など、ユニークなパンも話題。

Access & Information

至南アルプスIC
中銀
小笠原橋
市役所
上町交差点
小笠原郵便局
ローソン

南アルプス市小笠原1654-4
TEL055-284-0252
9:00～19:00
日曜・祝日定休

子どもでかけるおいしいお店



こまばん

こまばん



(上) ミルクパン / 75円、あんぱん / 151円、メロンパン / 151円 (下左) 山食パン / 290円

2015年秋にオープン。「たくさんのお子もたちが来るお店にしたい」と言う店主の西島卓磨さんもまた、3人の子どもを子育て中のパパ。カレーパンやあんぱん(カレーもあんも手作り)などの定番の菓子パンから、フランスパンや全粒粉パンなどのハード系の天然酵母パンまで、毎日20～30種類を焼いています。

Access & Information

至葦崎
甲西支所
甲西中
おかじま
甲西バイパス
ローソン

南アルプス市鮎沢1044-1
TEL055-282-4321
10:00～18:00
日・月曜定休



cofucu

こふく



↑マシュマロ麻の葉柄カバーオール／15120円

マシュマロ麻の葉柄帽子／5184円
日本各地の優れた技術を持つアパレル工場と提携し商品販売を手がけるブランド「Factelier（ファクトリエ）」とのコラボ商品。
<http://factelier.com/products/baby/>



↑シェルマント／8424円
／貝のような美しい編みデザイン。軽くて暖かい。



→重ね着風カバーオール
／8424円／切り返しのデザインで、ハイハイ期もおしゃれに！

↓青海波ワンピース／
7344円／やわらかな袖
のモチーフと揺れる裾は
波をイメージ。



養蚕が盛んだったこともあり、かつて多くの製糸工場があった南アルプス市。小林メリヤスは製糸業を前身とし、昭和21年に創業したニット製造工場です。そのオリジナルの子ども服ブランドとして誕生したのが「cofucu」。着る人はもちろん、生産に関わるすべての人が幸せになるような物づくりをしたいという願いから、オーガニック素材にこだわり作られています。上品なデザインとやわらかな肌触り、着心地のよさなども加わり、日本だけでなく海外でも高い評価を得ています。

↓がらがら／1512円／
口にいれても安心のオー
ガニック素材。うさぎと
犬もあり。

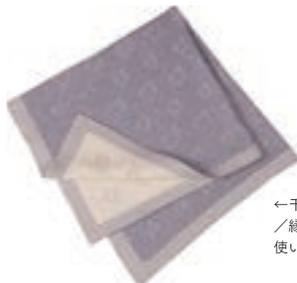


↑ボーダーニット&ふ
んわりパイルのスタイ／
2160円／異素材の組み
合わせが特徴。

↓リブ編みカーディガン
／6696円／伸縮性抜群。
自然素材で染められた色
合いがやさしい。



←スカラップトリング
ブーティー／2700円／
足を包み込む部分は手編
み。



←千鳥柄アフガン／6048円
／縁起がよいとされる千鳥柄。
使い方は多様。

Access & Information



南アルプス市桃園924
TEL0120-398-210
<http://www.cofucu.com/>

※伊勢丹、そごう・西武などの
ネット通販、もしくは高島屋
(東京)などで購入可能。

「いいね！南アルプスで子育て」



愛美ママ・きしん(1歳)

浜松出身です。豊かな自然に囲まれながら、市役所・福祉センター・公園…と、近くになんでも揃うのはすごい。静かだし、空気もおいしいし、子育てするにはぴったりの環境だと思います。



**ちとせママ・ひまり(7歳)
ゆずき(1歳)**

児童館をよく利用しています。妹と私がゆったり遊んでいる間、お姉ちゃんはバドミントンで遊んだり。通勤族ですが、スーパーの店員さんが子どもにやさしく声をかけてくれてびっくり。



**せりなママ・晃パパ
ゆうま(3歳)・よつば(1歳)**

子どもが病気がちだった時期があって、病児保育に助けられました。月の半分くらいを病児保育室「うらら」ですごしたことも。病児保育室「にこたす」もおいしいお昼ご飯が出てよかったです。



緑ママ・としや(1歳)

子育て支援センターや児童館がいくつもあって、子どもがたくさん遊びや人間関係を体験できるところがいいですね。親もまたスタッフさんに支えてもらって、子育てにゆとりができました。



美樹ママ・すばる(1歳)

とにかくフルーツがおいしくて、桃・シャインマスカット・サクランボは子どもも大好物。フルーツがもらえるなんて贅沢なことですよ。自然が近くにたくさんあり、原っぱや川原で遊べるのも嬉しい。



菜摘ママ・なさ(1歳)

人見知りなので外に出るのをためらっていましたが、あんふぁんねっとはとてもいい雰囲気。子どもがすぐにスタッフさんに慣れたのを見て驚きました。もっと早く利用していたらよかったです(笑)。

会って、つながることから始まる保健師の仕事

ママたちに大好評のおむつ券、県内で初めて行った産前産後ケアセンターの日帰りケアの補助、そしてコロナ禍でも途切れることなく続けてきた毎週水曜の健康相談…。南アルプス市健康増進課のリーダーとして、さまざまな母子保健の事業を進めてきた齊藤美穂さんに“保健師というお仕事”を語っていただきました。



Profile 齊藤 美穂
Saito Miho

南アルプス市福祉保健部健康増進課・課長。保健師として入庁し、母子保健をはじめ、介護保険事業、感染症予防など、さまざまな市の保健福祉事業に携わる。令和元年、母子衛生研究会の「母子保健奨励賞」を受賞。

毎週水曜にかがやきセンターで行っている健康相談には、たくさんの親子が訪れます。母親の中には、その子ども時代から知っている方もいて、なんだか不思議な感じもしますが、長く保健師の仕事をしてきた喜びもそこにあります。

臨床やお産の現場などで活躍する看護師・助産師に比べて、保健師という仕事は一般的にはわかりにくいかもしれませんが、看護師の資格を持ちながら、人々の生活基盤である「地域」での看護や健康指導にあたるのが保健師です。産後の訪問や健診など、親子に関わるシーンも多くあります。先輩からはとにかく、地域に足を運んで人と会うようにと指導されてきました。地域の人々とつながることで、その課題やニーズを聞いたり、市の取り組みを伝えたりすることの重要性は、今も昔も変わらないのだと思います。

水曜の健康相談は、そんな思いもあってずっと取り組んできた事業です。広いフロアに保健師・助産師・栄養士がいて、さまざまな相談にマンツーマンで対応しています。母子健康手帳の交付もそこで行い、地区担当の保健師が「顔見せ」する場にもなっています。特にコロナ禍では「親子を孤立させない」ことを考え、健診や各種教室を中止せざるを得ない状況下でも、この場だけは継続してきました。コロナ禍でも利用者が減ることなく、また「頼れる場所があった」との声を聞く度に、人々と会うこと、つながることの意義を感じています。今なおコロナの終息を見通すことができず、親子にとって手探りの日々が続くかもしれませんが、地域の子どもたちの成長を親御さんと一緒に喜ぶ行政のスタッフがいることが、子育てしやすい街づくりの一助になればと願っているのです。

南アルプス市の子育て支援

母子健康手帳の交付に始まり、マタニティスクール・新生児訪問・児童手当・医療費助成・一時預かり・各種相談など…。南アルプス市では、子育て中の家族の暮らしと子どもたちの健やかな成長をサポートするたくさんのサービスを行っています。

妊娠がわかったら

● 母子健康手帳交付

病院で妊娠がわかたらすぐに交付を受けることができます。交付場所は健康福祉センター。毎週水曜の9:00～11:00に交付しています(相談日に都合がつかない場合には連絡を)。

持ち物=印鑑・マイナンバーor通知カード

● 妊婦一般健康診査受診票等交付

医療機関で妊婦健診を受ける費用を補助します。母子健康手帳と一緒に交付。

● 妊娠・出産などに関するパンフレット配布

赤ちゃんの食事・予防接種・市のサービスなどに関するパンフレットを母子健康手帳と一緒にお渡しします。

● 妊婦健康相談

毎週水曜が相談日です。母子健康手帳交付会場にて、保健師等が対応します。電話相談は随時可能です。必要に応じて自宅への訪問も行います。

● マタニティスクール (P.54 参照)

赤ちゃんが生まれたら

● 出生届

生まれてから14日以内に手続きを行ってください。市役所本庁舎および各支所窓口サービスセンターで手続きができます。出生届と同時に様々な支援サービスの手続きもできます。

持ち物=母子健康手帳・健康保険証・印鑑・振込口座番号がわかるもの

● 乳児一般健康診査受診票交付 (2回分)

医療機関で乳児(1歳未満)健診を受けることができます。出生届と同時にお渡しします。

● 健やかな子育てに関するパンフレット配布

子どもの発達・予防接種・危険防止などに関するパンフレットを出生届と同時にお渡しします。

その他、以下の各種手続きは出生届と同時にできます。

● 出産育児一時金支給

● 乳児用おむつ用品支給 (P.54 参照)

● 児童手当・子ども医療費助成

● チャイルドシート・ベビーベッド貸出 (P.56 参照)

お
問
い
合
わ
せ

●健康増進課	TEL. 055-284-6000
●子育て支援課	TEL. 055-282-7293
●戸籍市民課	TEL. 055-282-6094
●国保年金課	TEL. 055-282-7248
●教育委員会学校教育課	TEL. 055-282-7776

乳幼児期のサービス

- 産婦・新生児・乳幼児健康相談
毎週水曜が相談日です。母子手帳交付会場にて、保健師等が対応します。電話相談は随時可能です。
- 産後の産婦訪問 (P.54 参照)
- 産後ケア事業 (P.55 参照)
- 乳幼児健診 (P.56 参照)
- 2歳児歯科健診
- 離乳食教室 (P.56 参照)
- 子育て支援センター (P.6~11 参照)
- ファミリーサポートセンター (P.57 参照)
- 一時預かり (P.57 参照)
- 病後児保育 (P.57 参照)
- ホームスタート (P.55 参照)
- 子育て応援講座 (P.58 参照)
- やまなし子育て応援カード (P.62 参照) など

幼児～高校生を応援するサービス

- 子どもおよび保護者の健康相談・子育て相談
電話相談を随時行っています。
- 食に関する教室
親子料理教室を年数回行っています。
- 保育所・幼稚園 (P.63 参照)
- 小学校 (P.64 参照)
- 放課後児童クラブ (P.65 参照)

●予防接種

子どもを対象とした定期予防接種については、健康増進課が毎年春に発行する「健康づくり日程表」を参考にしてください。

マタニティスクール

またにいてすくーる



↑会場はいつでも南アルプス市健康福祉センター(かがやきセンター)で参加費無料(マタニティカフェは300円)。お問い合わせは TEL055-284-6000 (健康増進課)。

管理栄養士や保健師が食事や栄養に関する講座を開くマタニティカフェ。妊婦疑似体験・沐浴指導・先輩ママやパパとの交流などを行うパパママ学級。妊婦さんに大切な食事について学び、調理実習も行うマタニティキッチン。助産師・保健師が骨盤や母乳のケアなどを指導するプレママ教室。

妊婦さんとその家族を対象に、4つの講座を行っています。日程等は健康増進課作成の「健康づくり日程表」(P.58参照)にてお知らせしています。

乳児用おむつ用品支給事業

にゅうじょうおむつようひんしえんじぎょう

子育て中の家族に「おむつ引換券」を交付し、おむつ用品(紙おむつ・布おむつ・おむつカバー・おむつライナー・おしりふきなど)の購入を補助しています。1ヵ月2000円を上限とし、出生月の翌月から1歳になる月までの12ヵ月間交付します。

市が指定したドラッグストアやコンビニエンスストアなどで利用できます。利用時にはおむつ引換券と子ども医療費助成金受給資格者証の提示が必要(おつりは出ません)。南アルプス市独自の子育て支援策として、市内のママ・パパから好評を得ている事業です。



↑お問い合わせは TEL055-284-6000 (健康増進課)。

産後の産婦訪問

さんごのさんぶほうもん



↑お問い合わせは TEL055-284-6000 (健康増進課)。必要に応じて、妊婦のいる家庭への訪問も行っています。

出産後から4ヵ月健診までの間に、保健師または助産師が家庭を訪問します。原則1回ですが、要望や状況に応じて複数回訪問することもあります。子どもを迎える新しい生活や親子関係が、よりスムーズに進められるようにと行っている子育て支援です。訪問時には、授乳指導・赤ちゃんの体重測定・ママの健康相談・育児相談などを行います。いざという時に頼れる地域の保健師や助産師との「つながり」を築くことも目的にしています。利用者の側から訪問をリクエストすることもできます。



産後ケア事業

さんごけあじぎょう



↑ ゆったり休養するのか、助産師に体をケアしてもらおうのか、何を中心に利用するのかは利用者とセンターのスタッフが相談して決めます。利用前に市の窓口等で申請が必要。お問い合わせは TEL055-284-6000 (健康増進課)。

出産後、育児不安や体の疲れを感じているママが対象(産後4ヵ月頃まで)。笛吹市にある産前産後ケアセンターに宿泊して休養をとったり、子育てのアドバイスを受れたりすることができます。3泊4日まで宿泊料を県と市が補助し、利用者負担は1泊2食6100円となっています。センターには助産師が常駐。授乳や沐浴の指導・おっぱいケア・育児相談など、心身両面からママをサポートし、同時に育児に関する様々な知恵や技術を伝えています。

山梨県で一番最初に南アルプス市が同センターへの「日帰りケア」の補助をスタートさせました(3000円+昼食代900円で利用できます)。

南アルプス市の子育て支援



ホームスタート

ほーむすたーと

研修を積んだホームビジター(ボランティア)が子育て中の家庭を訪問。利用者の要望に応じたサポートを行う子育て支援です。サポート内容は、一緒に公園や支援センターに遊びに行く、食事や離乳食を作る、ちょっとした相談に乗るなど、比較的気軽に頼める事柄が中心(家事の代行やベビーシッターは不可)。子育て支援のNPO法人あんふぁんねっとがコーディネート役を務め、利用者とはホームビジターの間に立って活動内容や訪問日程等を調整します。ホームビジターと親子が仲よくなって、地域でのつながりが広がっていくこともこの事業の目的の一つ。年1回、ホームビジター養成講座を開催しています。



↑ 利用対象は南アルプス市在住で未就学児を持つママ(パパ)。週1回2時間×4回の利用で、利用料は無料。子育て支援課から委託を受けて、あんふぁんねっとが事業運営をしています。お問い合わせは TEL055-269-7568 (あんふぁんねっと)。

乳幼児健診

にゅうようじけんしん



↑会場はいずれもかがやきセンター。決められた日程に都合がつかない場合は応相談。お問い合わせはTEL055-284-6000(健康増進課)。

生後4ヵ月・10ヵ月・1歳6ヵ月・2歳・3歳が対象。月齢別に日を決めて、月2回ほど行っています(日程は健康づくり日程表で告知)。内容は診察・体重測定・栄養相談・歯科相談・育児相談など。4ヵ月時には「ブックスタート」として、2冊の絵本をプレゼントしています。別に「乳児一般健康診査受診票」を交付しているので、1歳未満の赤ちゃんは医療機関で2回の乳児健診を受けることができます。

離乳食教室

りにゅうしょくきょうしつ

生後7ヵ月の赤ちゃんとお母さんを対象に行っています。毎月1回、かがやきセンターで開催。管理栄養士による離乳食のお話では、食材・回数・量・形態など、離乳食の進め方を具体的に伝えます。調理室では、野菜・白身魚・ささみなどの様々な食材を用いての調理実習。離乳食の量や固さを実体験しながら調理、そして試食も行います。赤ちゃんとお母さんを見守ってくれる地域の愛育班員も付き添います。

9～11ヵ月児むけの教室も年に4回行っています。



↑かがやきセンターで開催。お問い合わせはTEL055-284-6000(健康増進課)。

チャイルドシート・ベビーベッド貸出

ちやいるどしーと・べびーべっどかかしだし



↑お問い合わせはTEL055-282-7293(子育て支援課)。

利用期間の短い赤ちゃん用のチャイルドシートとベビーベッドを無料で貸し出しています。利用対象者は市内在住で1歳未満の赤ちゃんの保護者(出産予定1ヵ月前から借りることもできます)。本庁の子育て支援課、もしくは各支所窓口サービスセンターで申請することができます。チャイルドシート・ベビーベッドともに委託業者が各家庭までお届けします。子育て中の家族の経済負担軽減および交通安全のために行っている市のサービス。毎年200～300の家庭が利用しています。



一時預かり

いちじあずかり



↑お問い合わせ先は
白根保育所 TEL055-285-3603
豊保育所 TEL055-282-0189
大明保育所 TEL055-282-1307
マコト愛児園 TEL055-282-1510

仕事・就職活動・通院・冠婚葬祭・リフレッシュなど、様々な理由で一時的な保育が必要な場合、市内の4つの保育所（白根保育所・豊保育所・大明保育所・マコト愛児園）に子どもを預けることができます。利用対象は、保育所や幼稚園に通っていない未就学児。事前の登録が必要です。利用時間は平日8:30～16:30。1日の利用料金は4歳以上1300円、3歳1500円、3歳未満1800円（マコト愛児園の利用時間・料金は直接お問い合わせを）。詳細は各園までお問い合わせください。



ファミリーサポートセンター

ふぁみりーさぽーとせんたー

子育てを手助けしてほしい人（おねがい会員）と子育ての手助けをしたい人（まかせて会員）との間を結ぶ子育て支援事業です。子育て支援課が両者をコーディネートします。支援の内容は、子どもの預かり、園や塾への送迎など。利用料は1時間800円（土日祝日や夜間は1時間900円）で、うち200円を市が助成しています。おねがい会員の対象は生後3ヵ月～12歳の子どもを持つ親、まかせて会員の対象は講習を受けた18歳以上の方で、ともに事前登録が必要。現在、両方の会員登録を募集しています。



南アルプス市の子育て支援

↑お問い合わせは TEL055-282-7293（子育て支援課）。



病児・病後児保育

びょうじ・びょうごじほいく



↑平日8:30～17:30に利用できます。お問い合わせはこもれびクリニック TEL055-269-6070 またはさくらんぼ保育園 TEL055-282-8111まで。

感染症や風邪などの病気のため、通常の園生活や学校生活が困難な子どもたちを預かる取り組みです。市内では、こもれびこどもクリニックの「病児保育室うらら」やさくらんぼ保育園の「病後児保育室つぼみ」などで実施（つぼみは病後児のみ）。市外の病児保育施設を利用することもできます。利用対象は園児およびおむね10歳までの小学生で、事前登録が必要。市民は利用料金1日2000円（課税状況に応じて0～2000円）、市外2500円。利用時には医師による診療情報提供書が必要。

子育て応援講座

こそだておうえんこうざ



↑毎年2回（5月と10月）開催。要項は市の広報、あるいは支援センターや図書館に置かれるチラシで告知します。お問い合わせはTEL055-269-7568（あんふぁんねっと）。

「完璧な親もいなければ、完璧な子どももない」。カナダ生まれの子育て中の親支援プログラム「ノーバディーズ・パーフェクト・プログラム」を行っています。安全・しつけ・ころこ・家族との関わりなどのテーマに沿ってグループトーク。参加者同士の話し合いの中で子育てについて学び合い、また親同士のつながりを深めることを目的にしています。託児付きの連続8回講座で、参加費は4000円。毎回のティータイムも参加者のお楽しみになっています。

健康づくり日程表

けんこうづくりについてひょう

健康増進課が年度ごとに製作。南アルプス市が行っている、市民の健康に関するサービスを紹介しています。妊娠から出産、乳幼児期のサービス、あるいは毎年のように変更がある定期予防接種の情報もわかりやすくまとめられています。子宮頸がん検診、乳がん検診、巡回検診や人間ドックなど、ママ・パパにとっても必要な大人の健康に関する情報も掲載しています。



↑お問い合わせはTEL055-284-6000（健康増進課）。

愛育会活動

あいいくかいかつどう



↑子育ての中で困ったことや気づいたことがありましたら近くの愛育班員さんにお声かけください。

南アルプス市の各地区には愛育会という組織があります。地域の誰もが健康で暮らせるように、ぬくもりを感じながら暮らせるように、行政と連携して活動している組織です。愛育会が日常の暮らしの中で一番大事にしている活動は声かけ・見守り。「こんにちは」と声をかけることが、健康で暮らしやすい地域を作っていく第一歩だと考えています。

また、離乳食教室での託児のお手伝い、健康フェスタでの虫歯予防の啓蒙（着ぐるみ劇）、地域独自の活動（ベビーマッサージ・ハイハイよちよち大会などの親子むけイベント）等も活発に行っています。

「いいね！南アルプスで子育て」



葵ママ・あやめ(1歳)

乳幼児健康相談で保健師さんや栄養士さんが子育ての相談に乗ってくれます。離乳食・睡眠・体のことなど、なんでも気軽に話すことができ、助かりました。予約なしで行けるのもいいところ。



**真理ママ・ひなみ(3歳)
はるたか(1歳)**

初めてのお産の後、産前産後ケアセンターを利用できたのがよかったです。母乳のことなど一通り教えてもらって、休息もとれました。そこで知り合ったママとは、今もママ友としてつながっています。



和ママ・よつば(11ヵ月)

千葉から甲府、そして南アルプスへと移住しました。スーパーなどがまとまっていて、車で一度に買い物できるのが意外と便利。そして富士山をこんなふうに毎日眺められるなんて最高！



紗智子ママ・ゆうと(1歳)

毎週水曜に、かがやきセンターで行っている健康相談がよかったです。1歳になる前は月1回ペースで行ってました。保健師・助産師・栄養士がいて、さまざまな相談に対応してくれます。



弥生ママ・さや(4ヵ月)

心身ともに大変だった産後3週間くらいのときに、保健師さんと助産師さんが訪問してくれました。パパも一緒にじっくり話を聞いたので、つらいときを夫婦でともに乗り越えた実感が持てました。



祐子ママ・かける(2歳)

おむつ券や子育てハンドブックなど、使い勝手がよくて他の市町村にはない取り組みに、子育て支援の手厚さを実感。健診のときも親身に話を聞いてくれるなど、市の職員の雰囲気もいいですね。

南アルプス市では、地震などの大規模災害時に備え、非常持出品の準備を呼びかけています。子育て中の家庭では、一般的な非常持出品に加えて、オムツやミルクなどの別の持出品が必要です。

子育て支援の専門家で、防災士の資格も持つ軽部妙子さんのアドバイスとともに、子育て中の家族の間で共有しておいてほしい防災情報を紹介します。



①災害時の非常持出品

飲料水・粉ミルク・哺乳瓶・哺乳瓶消毒剤・紙オムツ・お尻ふき・ウエットティッシュ・着替え・ガーゼのハンカチ・タオル・離乳食やベビーフードなどの食糧・子ども用のスプーンやフォーク・お気に入りのおもちゃ・母子健康手帳・お薬手帳・健康保険証・子ども医療費助成金受給資格者証など。

Q 災害時の非常持出品(①)として、どんなものを備えるとよいですか？

軽部 家庭に小さな子どもがいる場合、防災グッズも子どもとの被災生活を想定したものを備えることになるのですが、まずは普段のおでかけの際にマザーズバッグに入っているオムツ・ミルク・哺乳瓶・お尻ふき・着替え・タオル・母子手帳を準備してもらいたいです。

Q 他には？

軽部 それらに加えて、ビニール袋・マスク・ライトなど被災生活で役立つもの、あるいはチョコレートや飴など、大人も子どもも食べられるカロリーの高い食べ物も備えておくとういでしょう。準備するものは子どもの月齢や特性によっても違ってくるので、時々見直

すことも必要です。また、普段から外出時にペットボトル飲料を携帯したり、いつものマザーズバッグに小銭や飴などを入れておくなど、“いざというとき”を頭の片隅に意識しながら行動する習慣ができるとういいですね。

ダンゴムシのポーズ

Q 防災グッズ以外に準備しておくことは？

軽部 子どもが園に行っているときは？パパが仕事で遅いときは？…いろいろなケースを想定しておいて、災害時の待ち合わせ場所を複数決めておくなど、家族の約束事を決めておくのが大事です。

Q 災害が起きたその瞬間、子どもを守るためには？



②家具の転倒防止グッズ
タンス・冷蔵庫などの大型家具を固定するグッズ。テレビや電子レンジなどの家電も大地震のときには“飛んでくる”ので注意が必要。



③ダンゴムシのポーズ
ママのお腹に子どもの頭を入れ、お尻を押さえて守る。



④防災キャンプ
非常食を食べる、避難所で寝るなどの避難所生活を疑似体験する防災イベント。あんふぁんねっとが毎年開催。



⑤防災減災ノート
あんふぁんねっとが制作した、子育て中の家族むけの防災ハンドブック。コンパクトな防災の本があると、災害時にすぐ確認できるので便利。

Profile



軽部 妙子 さん
Karube Taeko

子育て支援のNPO法人あんふぁんねっと代表。日本防災士機構認定の防災士の資格を持ち、子育て中の家族むけの防災キャンプや「防災減災ノート」(⑤)作りに取り組む他、自治会や学校での防災ワークショップの講師としても活躍。

軽部 地震が起きたとき、死亡原因の多くは家具や家屋の倒壊による圧迫死です。寝室・キッチン・リビングなどの危険箇所を把握するとともに、家具や家電製品の転倒防止、ガラスの飛散防止グッズを活用(②)することをおすすめします。隠れる場所がない空間で地震に遭ったときのために覚えておいてほしいのが「ダンゴムシのポーズ」(③)。普段の遊びの中に取り入れて、いざというときに自然にできるようにしてもらいたいです。

防災を普段の生活の一部に

Q 防災イベントも行っていますね。

軽部 NPO 法人あんふぁんねっとの活動として、外出先で災害に遭ったことを想定して

の親子避難訓練、そして避難所に実際に宿泊する「防災キャンプ」(④)などを行っています。実際にビニール炊飯をしたり、寝袋で寝たりしながら、どんな防災グッズが必要なのか、子どもたちはどんな反応を示すのかを実感することができます。そんな手応えを感じているので、毎年の恒例行事になっています。

Q その他、防災対策についてアドバイスを。

軽部 がんばって“防災について考えよう”というのではなく、防災を普段の生活の一部にしていくのが理想だと思います。親子のスキンシップの一環としてダンゴムシのポーズをしたり、ときどき晩ご飯を防災食にしてみたり。ちょっと遊び心も取り入れながら、親子で取り組んでもらえたら嬉しいです。

やまなし子育て応援カード

「やまなし子育て応援カード」は、18歳未満の子どもがいる家庭、および妊婦さんを対象に山梨県が行っている子育て支援の取り組み。協賛店でこのカードを提示すると、様々なサービスを受けることができます。カードは子育て支援課、各支所窓口サービスセンターで受け取ることができます。受取時には免許証などの本人確認ができるもの（妊婦さんは母子健康手帳）が必要です。



南アルプス市内の子育て応援カード協賛店とそのサービス内容（平成31年3月時点）

- ① **タイヤ館南アルプス** | 桃園1735-1
→ 10%割引(特価・限定品除く)
- ② **ガスト山梨白根店** | 飯野3461-1
→ 第1日曜はキッズプレート各種(399~599円)を299円に割引
- ③ **ドラッグストア マツモトキヨシ** | 白根店・南アルプス桃園店
→ 会計時にマツキヨポイントを10P進呈
- ④ **ギフトプラザML** | 西南湖341-2
→ ポイント2倍、1万円以上購入でプレゼントあり、内祝1件あたり3000円以上購入で配送料無料
- ⑤ **フレッシュクリーニングすずや** | 甲西店・白根店
→ 20%割引
- ⑥ **眼鏡市場 南アルプス白根店** | 在家塚488-1
→ メガネ・コンタクト・サングラス全品5%割引(補聴器・販売備品は対象外)
- ⑦ **オギノ** | 峡西店・Carrot六科店
→ 毎週土曜はオギノグリーンスタンプポイントカード3倍サービス
- ⑧ **ドコモショップ南アルプス店** | 十五所685-3
→ 対象の携帯電話購入時に1000円割引
- ⑨ **山梨県民信用組合** | 白根支店・御勅使支店・櫛形支店
→ 個人ローン「バックアップ」(マイカー資金・教育資金・リフォーム資金)金利0.3%優遇
- ⑩ **甲府信用金庫** | 櫛形支店・白根支店
→ 個人ローン融資利率を0.3%優遇
- ⑪ **山梨中央銀行** | 小笠原支店・白根支店・甲西支店・八田支店
→ 教育ローン・マイカーローン・ライフサポートローンなど個人ローン金利の優遇

※最新の協賛店とサービス内容の詳細については山梨県のホームページ (www.yamanashi-kosodate.net) を参照

→お問い合わせ
南アルプス市子育て支援課
TEL.055-282-7293

保育所(園)・幼稚園

平成27年4月にスタートした「子ども・子育て新制度」によって、未就学児の保育・教育の枠組みが変わりました。保護者は1～3号の認定(下記脚注参照)を受けるための手続きを行い、所得に応じた保育料が決められます。詳細は子育て支援課または各園にお問い合わせください。



- ① 八田保育所 (公立) 榎原 558 | TEL.055-285-7600
- ② 巨摩保育所 (公立) 飯野 2912-4 | TEL.055-283-4251
- ③ 白根保育所 (公立) 飯野1 | TEL.055-285-3603
- ④ 百田保育所 (公立) 百々 2328 | TEL.055-285-3602
- ⑤ 白根東保育所 (公立) 西野 1394 | TEL.055-283-4271
- ⑥ 若草保育所 (公立) 藤田 35 | TEL.055-282-2730
- ⑦ マコト愛児園 (私立・認定こども園) 下今井 841-5 | TEL.055-282-1510
- ⑧ たちばな保育園 (私立) 鏡中條 700 | TEL.055-283-3246
- ⑨ 十日市場保育園 (私立・認定こども園) 十日市場 1911-5 | TEL.055-283-3608
- ⑩ 櫛形中央保育所 (公立) 小笠原 985-9 | TEL.055-282-2463
- ⑪ 櫛形北保育所 (公立) 桃園 165-8 | TEL.055-283-1262
- ⑫ 櫛形西保育所 (公立) 上市之瀬 724 | TEL.055-284-1602
- ⑬ 豊保育所 (公立) 吉田 804 | TEL.055-282-0189
- ⑭ さくらんぼ保育園 (私立) 桃園 337 | TEL.055-282-5154
- ⑮ 落合保育所 (公立) 落合 1128-3 | TEL.055-282-1079
- ⑯ 南湖保育所 (公立) 西南湖 738 | TEL.055-284-0409
- ⑰ 大明保育所 (公立) 鮎沢 1063-1 | TEL.055-282-1307
- ⑱ ポッポの家 (私立・認定こども園) 荊沢 175 | TEL.055-283-1162
- ⑲ バンビバイリンガル幼稚園 (私立) 徳永 1605 | TEL.055-280-0500
- ⑳ みだい幼稚園 (私立・認定こども園) 有野 4571 | TEL.055-285-2807
- ㉑ 小笠原幼稚園 (私立・認定こども園) 小笠原 210-1 | TEL.055-282-0700
- ㉒ にこにこキッズ保育園 (私立) 戸田 371-7 | TEL.055-267-9211
- ㉓ イノヴェ学園 (私立・小規模) 桃園 1361-10 | TEL.055-244-3833

※1号認定=満3歳以上で教育を受ける子ども(幼稚園、認定こども園を利用)
2号認定=満3歳以上で保育が必要な子ども(保育所・認定こども園を利用)
3号認定=満3歳未満で保育が必要な子ども(保育所・認定こども園を利用)

→お問い合わせ
南アルプス市子育て支援課
TEL.055-282-7293

小学校と通学地域

小学校に入学する年の1月中に、該当するお子さんのいる家庭へ「就学通知書」「入学通知書」を郵送し、入学する学校や入学期日をお知らせしています。また1月から2月にかけて行われる入学説明会の日程等も各家庭にお知らせしています。



- ① 八田小学校 六科区・野牛島区・上高砂区・下高砂区・徳永区・榎原区
- ② 白根飯野小学校 飯野1～11区・飯野新田区・曲輪田新田区・築山区・オーチャードヒル区
- ③ 白根東小学校 在家塚1～5区・西野1～6区・今諏訪1～6区
- ④ 白根源小学校 有野南・有野東・有野北・有野西・有野御勅使・有野北新田・源西区・福祉村団地
- ⑤ 白根百田小学校 百々1～13区・上八田1～5区
- ⑥ 芦安小学校 芦安東区・芦安西区
- ⑦ 若草小学校 下今井区・上村区・下村区・寺部区・十日市場区・加賀美区
- ⑧ 若草南小学校 藤田区・浅原区
- ⑨ 小笠原小学校 小笠原区・山寺区
- ⑩ 櫛形北小学校 桃園区・曲輪田区・上宮地区（田頭を除く）
- ⑪ 櫛形西小学校 高尾区・平岡区・あやめが丘区・上市之瀬区・下市之瀬区・中野区・上野区・上宮地区（田頭のみ）
- ⑫ 豊小学校 上今井区・東吉田区・西吉田区・十五所区・沢登区
- ⑬ 落合小学校 東落合区・西落合区・西新居区・湯沢区・秋山区・塚原区・川上区・神の木区・芦原区
- ⑭ 大明小学校 下宮地区・江原区・鮎沢区・古市場区・荊沢区・大師区・清水区・宮沢区・戸田区
- ⑮ 南湖小学校 田島区・西南湖区・和泉区・東南湖区・天神区

※一部地域については、複数の学校を選択できる複合通学地域に指定されています。詳細は教育委員会学校教育課へお問い合わせください。

→お問い合わせ
南アルプス市教育委員会学校教育課
TEL.055-282-7777

放課後児童クラブ

放課後児童クラブは、南アルプス市内在住の小学生(4年生以上は空き状況により応相談)を放課後に保育するための施設です。保護者の就労等による事情で、家庭での保育が受けられない児童が利用することができます。利用時間は授業終了後から午後7時(夏・冬・春休みなどは午前8時~午後7時)。



- ① 八田児童クラブ 榎原 794-16 (八田児童館併設) | TEL.055-285-2333
- ② 白根源児童クラブ 有野 438 (白根源母子愛育会館内) | TEL.055-285-6795
- ③ 白根飯野児童クラブ 飯野 1972-1 (白根飯野小学校敷地内) | TEL.055-284-7141
- ④ 白根東児童クラブ 西野 2392-1 (白根東小学校隣) | TEL.055-284-6201
- ⑤ 白根百田児童クラブ 百々 2299-1 (白根百田小学校敷地内) | TEL.055-285-0291
- ⑥ 白根百田第二児童クラブ 百々 2299-1 (白根百田小学校敷地内) | TEL.055-285-8810
- ⑦ 芦安児童クラブ 芦安安通 327 (芦安交流促進センター芦安ふれあい館内) | TEL.070-3343-4332
- ⑧ 若草第一・第二児童クラブ 寺部 740 (若草小学校敷地内) | TEL.055-282-3900
- ⑨ 若草南児童クラブ 藤田 1512 (若草なかよし児童館併設) | TEL.055-283-5346
- ⑩ 櫛形小笠原児童クラブ 小笠原 572-9 (市民活動センター隣) | TEL.055-283-3264
- ⑪ 櫛形小笠原第二児童クラブ 小笠原 258-1 (青少年児童センター内) | TEL.055-282-7324
- ⑫ 櫛形北児童クラブ 桃園 167-1 (櫛形北地区農村環境改善センター内) | TEL.055-284-2540
- ⑬ 櫛形西児童クラブ 上市之瀬 725-7 (櫛形西地区農村環境改善センター内) | TEL.055-282-8124
- ⑭ 櫛形豊・豊第二児童クラブ 吉田 753-1 (働く婦人の家内) | TEL.055-284-3720
- ⑮ 甲西落合児童クラブ 落合 1092 (落合小学校敷地内) | TEL.055-282-1186
- ⑯ 甲西大明児童クラブ 清水 24 (甲西児童館内) | TEL.055-282-7356
- ⑰ 甲西南湖児童クラブ 西南湖 3067-1 (南湖小学校隣) | TEL.055-282-1165

→お問い合わせ
南アルプス市子育て支援課
TEL.055-282-7293

「いいね！南アルプスで子育て」



真菜美ママ・嘉紘パパ
しゅんま(3歳)・みお(7ヵ月)

秋田出身です。子育て応援講座・一時預かり・健康相談など、さまざまな子育て支援を利用して助けてもらい、知り合いもたくさんできました。パパと一緒に参加したマタニティスクールもよかったです。



由佳ママ・めい(2歳)

「今日もあんふあん行く！」と、子どもはあんふあんねっごが大好き。スタッフさんがいろいろな子育て情報に詳しいので、わからないことはここで聞けば大丈夫。母子にとっての「ホーム」みたいな場所です。



菜採ママ・大了パパ
あいこ(10ヵ月)

子育て支援課で教えていただいた産前産後ケアセンターを利用しました。わからないことだらけだった子育てのスタートが、スムーズにできたと思います。ホームスタートもいつか使ってみたいです。



英未ママ
りゅうのすけ(10ヵ月)

産前産後ケアセンターや産婦訪問など、産後間もない頃からの支援ありがたい。スーパーの店員さんが荷物を運んでくれるなど、地域全体で親子を見守ってもらっているような安心感があります。



愛子ママ・ひなた(4歳)
はるた(2歳)・あらた(5ヵ月)

楡形のアヤメ、伊奈ヶ湖の紅葉、四季折々のフルーツ。子どもと一緒に豊かな自然を満喫して、私自身の楽しみも増えました。さまざまな体験が、子どもたちの感性を育てているように思います。



真里ママ・そなた(1歳)

御勅使南公園や楡形総合公園など、ベビーカーを押して気軽に行ける広い公園があるのが素敵です。ウォーキングしている人が声をかけてくれたりして、ここで子育てできてよかったと思います。

甲州弁「ずでダメ」に秘められた山梨県人の愛

『キャン・ユー・スピーク甲州弁?』を2009年に自費出版。山梨県内では当時、あの村上春樹の『1Q84』を超えるベストセラーとなり大いに反響を呼びました。五緒川津平太(ごっちょがわつっぺた)さん。“ふるさとの言葉”について、今何を思うのでしょうか？



Profile 五緒川 津平太



Goccyogawa Tsuppeta

南アルプス市(旧八田村)生まれ。東京での会社員生活を経て帰郷後、『月刊マイタウン』編集長を務める。2009年に『キャン・ユー・スピーク 甲州弁?』を自費出版。現在、甲州弁関連の講演会やTV出演などで活躍中。

勤めていた会社が潰れ失業保険も切れた頃、『キャン・ユー・スピーク甲州弁?』を作りました。私にとっての甲州弁は「面白いネタ」であり、正直これを残したいという思いはあまりなかったです。本の中のコーナー「山梨おかつさん日記」は、都会育ちの妻が山梨で家事や育児をする中で遭遇した甲州弁エピソードを元に作ったもの。「よくでる息子」(できのいい息子)の意味はわからず、「しゃあだに」(頻繁に)を虫のダニと勘違いし、「けつをあかさない」(おもらししても黙っている)の表現に驚き…。確かに甲州弁ってすごい言葉です。

取材であちこちの図書館に行きますが、南アルプスの図書館はすばらしい！子どもたちは恵まれてますね。私は本好きな子でした。本といっても『少年マガジン』とかの少年誌、そしてSFや推理小説。そう、真面目な本で

はなく、笑えて、何の役にも立たなさそうな本が好きなんです。やってることは今も昔も変わりませんね(笑)。甲州弁紙芝居を作って、小学校でそれを読むこともあります。子どもたちは「ももっちい」(くすぐったい)はわかるけど、「けける」(のせる)はわからない。いずれ甲州弁は消えてゆくのでしょうか。

好きな甲州弁は「ずでダメ」。「全然ダメ」の意味ですが、裏には「あいつはダメな奴だけど、何とか面倒を見てやるか」というある種の愛がある。キツイ表現をするけど、実はちょっとやさしい。甲州弁って、山梨県人の特性をよく表しているように感じます。いろいろ言わずに全てを許す「いいさよー」も好きですね。近い将来に甲州弁がなくなってしまうとすれば、こうした微妙な感情や、そこにある独特の人間関係もなくなってしまうのかな。それはやっぱり少し寂しい気がします。



南アルプス桃源ウィンドアンサンブル モモピヨ隊

みなみあるぶすとうげんういんどあんさんぶる ももびよたい

音楽が大好き！子育て中でも楽器を演奏したい！というママたちで結成された吹奏楽団です。楽器経験者であれば誰でも参加することができます。練習はもちろん子連れ。一緒に楽器を鳴らして遊ぶ子どもたち、赤ちゃんをおんぶしながら演奏するママの姿はモモピヨ隊ならではの姿です。演奏曲は、アニメソングやJ-POPから本格的なクラシックまでバリエーションも豊か。毎月2回、幼稚園や保育所、イベント会場などで演奏を披露。そして2年に1回、桃源文化会館にて自主コンサートも開催しています。



↑生の音楽にふれることで、子どもたちの感性も育まれます。

ひろがれ!つながれ!ママグループ

南アルプス市にはたくさんの市民グループがあります。ママの趣味のサークル、
ともに子育てをする自主グループ、先輩ママたちによる子育て支援ボランティア…。
生き生きと活動しながら、ふるさとで子育てする雰囲気を楽しく盛り上げる。
そんなグループを紹介します!



楽器経験者であればどなたでも参加OK!
子育て中のママでも参加しやすいようにと、
平日の昼間に練習を行っています。大人にも
子どもにも、もっと音楽を身近に感じてもら
いたいです♪

↓参加費は1回200円。メンバーは随時募集中!パパも大歓迎です。



活動日程=毎月第2土曜、および火曜(月2~3回)
活動場所=南アルプス市市民活動センター、桃源
文化会館など
tougenwind-e@hotmail.co.jp





「自然は僕らの先生だ」を合言葉に、大人も子どもも日々森の中で学んでいます。ぜひ一度、森の中を小さい人たちと一緒に歩いてみませんか。



活動日時=平日9:00~16:00(早朝・夕方預かりあり)

活動場所=伊奈ヶ湖周辺の森、富士川町春米地区の田んぼや畑、増穂ふるさと自然塾野営場など

TEL080-3404-8943(宇田川)

<http://kirakiraboshi.wooder.info>



伊奈ヶ湖周辺の森、富士川町春米地区の田んぼや畑、増穂ふるさと自然塾野営場など、南アルプス市・富士川町が主なフィールド。森の中をお散歩したり、焚き火や農作業を体験したり、川遊びや雪遊びを楽しんだり、森のようちえんの活動を行っています。認可外保育施設(幼児教育無償化対象施設)とし

て、平日に行う森のようちえんが活動が中心ですが、イベント的に森での遊びの場を提供する「プチ森」、月1回の無料体験日なども企画。地域の親子が森のようちえんを体験できる機会も設けながら、たくさんの大人たちが関わってともに子育てしていく場を作り出しています。現在、園児募集中。



「自然とアート」をテーマに活動をしていると、子どもの感性が開くときがあります。そのときの子どもたちの輝きの瞬間を、多くの親御さんに見てほしいと思っています。



活動日程=月1回程度
活動場所=鯨野地区の畑や神社、コミュニティハウスさとのんちなど
対象=親子一般(0歳児も参加できます)
TEL090-9320-9842(大久保)
Instagram: @asobikko_yu

ひろがれ！つなぐれ！ママグループ



野外を散歩したり、畑で虫や草花を集めたりする「外遊びサークルてんてん」。自然物を使った工作やオリジナルの絵本作り、氷にお絵描きするワークショップなど、アートを体験する「アトリエあそびっこ」。自然とアートを2本柱に活動を展開しています。

主宰者は、2児のママでもある大久保ゆうさん。ブドウの傘や果物を覆う袋にお絵描きするなど、南アルプス市で育った大久保さんならではの発想による活動内容がユニーク。身近にある豊かな自然とそこに暮らす人々の営みを活用し、それが子どもたちの五感を刺激し、創造力や社会性を培うことを願いながら活動を続けています。



不登校は決して問題行動ではありません。困ったことがあれば気軽に問い合わせてください。ママカフェやパパバーなど不登校の子どもを持つ保護者同士が集う場も企画しています！



活動日時=毎週火～金曜 10:00～17:00
(長期休みあり)
活動場所=南アルプス市在家塚 1409-2
TEL055-244-6482



不登校の小・中学生を対象にした体験型フリースクールです。「心身ともに傷ついた子どもが元気を取り戻すためにも、まずは安心してすごせる居場所でありたい」と、自身も子どもの不登校を経験したという主宰者の中西紀二さん。決められたタイムスケジュールではなく、一人ひとりの個性や自主性を尊重し

ています。博物館に出かけたり、たこ焼きパーティなどを行う週に1度の「グループ活動」、一輪車・ダンス・読書など自分がやりたいことを設定してやり尽くす「とことんタイム」、外部講師を招いた「1日先生」などの時間も。日々の体験活動を通して子どもの学びにつなげています。



不登校の子どもだけでなく、さまざまな子が参加しています。親も子も思っていることを人に話すだけでもスッキリしたり、ホッとすることができると思います。



活動日時=食べる会(月1回土曜)、ズームのお話会(月1~2回)
活動場所=金丸文化学園(上今諏訪 1610)
TEL090-1430-6640

ひろがれ！つながれ！ママグルーブ



「何かをしても、何もしなくてもいい場所を作りたい」と、主宰者の金丸直明さん。自身も不登校の子どもたちと一緒に悩む過程で、地域の子どもたちに家以外の安心安全な場所を作りたいと始めたのが金丸文化学園です。

「食べる会」では、カレーや焼きそばなどを参加者が煮炊きし、食事をとったり、自由に遊んだりしながら同じ時間をすごします。予約不要でいつ行ってもいつ帰ってもOK。参加者も子ども・行政職員・地域で活動する人々など、職業や年齢もさまざまです。オンラインの交流会「話す会」は不登校の子どもを持つ親の情報交換の場。同じ視点で交流するピアサポートが共感を呼んでいます。



赤ちゃん連れや子どもの手が離れたママなど、どんな方でも参加可能。子育ての話、日常の生活の話、まちづくりの話…とママたちの情報交換の場にもなっています。



活動日時=月1回
活動場所=南アルプス市市民活動センター
<https://www.facebook.com/yururin.mother>

「心をゆくりとほどこいて、自然体ですごせる時間になりたい」と、主宰者の河口緩美さん。月に1回親子が市民活動センターに集まり活動しています。午前中は手仕事として「wawatajikan」の横山由美さんを講師に迎え、綿くり・糸つむぎ・機織りなどの手仕事を行っています。午後はウクレレの時間。「さ

んさんウクレレ」の洲貝麻里さんと一緒に、『糸』や『カントリーロード』などを簡単なコードを使って歌いながら演奏を楽しみます。一人で黙々と作業を進めたり、仲間とおしゃべりしたりと、自分のペースで過ごす時間は、自分と向き合うことの豊かさを感じさせてくれるのだとか。



60～70歳の会員さんが中心。世代を超えてみんなが笑顔になれる交流の場です。親子プレイルームの募集は市の広報や中央図書館にチラシが置いてあります。お問い合わせや参加受付は市の健康センターでも可能です！



活動日程＝6月と10月の親子プレイルーム、離乳食教室の託児(年4回)、各種ボランティア活動やイベント出店など
活動場所＝南アルプス市榊形健康センター、社会福祉協議会榊形事業所
TEL055-284-6000(健康増進課)

榊形母子愛育会のOGで結成された子育て支援団体。6月と10月の年2回、1歳半から2歳までの子どもとママを対象にした親子プレイルーム(5回講座)を開催しています。レクリエーションや手遊びをしながら仲良しになって、工夫を凝らした楽しい工作、管理栄養士による食事指導、市の図書館司書を招いてのおはなし会、保健師による子どもの発達についての講座などもあります。連続して参加することでママたちも顔見知りになり、自然と仲良くなったママ同士がサークルを立ち上げる際のサポートもしています。他にも子どもたちの見守りボランティアやイベント出店など、ニーズに合わせて柔軟に活動しています。



地域の団体や企業さんとコラボして新しい企画を打ち出しています！ 地域に根付いた活動が認められ、山梨県や全国区の賞も受賞しました。



活動日時＝不定期(年間2～3回のイベント実施)
活動場所＝芦安地域周辺
Minamialps loco@gmail.com
<https://www.facebook.com/minamialps.loco/>



市内で情報発信やイベント企画を行うクリエイターチーム。芦安地域をフィールドに、ママ団体「芦安 mama」と親子むけイベントなどを開催しています。芦安温泉旅館の女将さんたちと一緒に作る手作り味噌の会、地域の妖怪伝説をなぞり仮装をして練り歩く「和ロウインパーティ」、地域の山に登りみんな

で一緒におにぎりを食べる「おにぎり100人会」など、地域文化を生かした企画には、芦安の自然や雰囲気を楽しみたいと市内外から参加者が訪れます。「芦安の豊かな自然や地域の人の温かさに触れてもらい、地域の魅力を再発見してもらいたい」と、スタッフの加賀美裕子さん。

「いいね！南アルプスで子育て」



美鈴ママ・そうすけ(9ヵ月)

上のきょうだいは、自然の中での遊びや昆虫採集、アート体験などをさせてくれる「あそびっこ」が大好きです。地域にそういう活動をする人がいるのも、南アルプスのいいところ。



**里恵ママ・いつき(4歳)
あさひ(1歳)**

おもつ券やコロナ禍での「南アルプス元気券」など、他の市町村より支援が充実しているように感じます。市内にたくさんある公園も芝生がキレイに整備されているので、裸足で遊んでも安心。



**恵理子ママ・正気パパ・りんり(5歳)
はじめ(3歳)・しずく(1歳)**

大明保育所の一時保育をよく利用しています。ただ預かってくれるだけでなく、お部屋や園庭で遊んでいる様子をノートに書いて教えてくれて、子どものことをきちんと考えてくれる姿勢に感動。



**千恵美ママ・ひな(5歳)
はる(3歳)**

支援センターで教えてもらったホームスタートを、妊娠中の体調が悪いときに利用しました。出産後は産前産後ケアセンターの宿泊ケアを利用。たくさんの人に産前産後を支えてもらっています。



**実歩ママ・佑樹パパ・ひな(8歳)
りょうへい(4歳)・ゆめ(9ヵ月)**

3人の子どもを産む度に、あんふあんねつとを利用していきます。その度に「おかえり」と迎えてくれて安心できます。上の子にとっても、自分のことをよく知る大人の存在は嬉しいのでは。



茜ママ・まほ(1歳)

あんふあんねつとに行くと、いろんな情報が得られます。スタッフの方が教えてくれるのはもちろん、先輩ママの声を壁に掲示していたり、市外のママとも交流できるなど、視野が広がりました。

子育て支援ネットワーク座談会 子育ての“南アルプスモデル”を！

子育て中のママ、子育て支援の
専門家、市役所職員…。
「南アルプス市子育て支援
ネットワーク」には、様々な
立場の人が参加しています。
そのメンバー4人に
南アルプスでの子育てについて
語ってもらいました。



河口 ママむけのヨガやワークショップ、子
育てに関する講座などでママ同士が学び合う
「ゆるりん母ゴコロ」という活動をしています。

藤田 市内ママグループのリーダーが集まる
「ママ WORKS」の事務局です。職業はネイ
リスト。私は北海道出身で20歳の時に山梨
に引っ越してきました。

名取 生まれも育ちも芦安。みなさんご存
じの通りの過疎地なので、地元を離れていく
人が多い。でも僕は自分の育った地元を盛り
上げたいという気持ちが強くあって、仲間と

「TEAM 芦安若
人」を立ち上げ
ました。

軽部 南アルプ
ス市で子育て支
援活動を行って

いるNPO法人「あんふあんねっと」の代表
を務めています。親子の広場の運営や育児講
座などを行っていますが、子育て中のママた
ちからは、南アルプス市は子育て支援セン
ターや児童館、図書館などの施設が充実して

いるという声をよく聞きます。

いいね！南アルプスで子育て！

河口 私は子育てのスタートが福岡でした。
子どもが8ヵ月くらいの頃に地域の子育て支
援センターに行きました。初めて行く時は勇
気があるんですね。でも外に出るようにな
るとお友だちができ、一緒にいると楽しい。
それから公園に行ったり、ベビーマッサージ
やお料理教室に行ったり。世界が広がった感
じがします。南アルプス市に帰ってきてか
らは、さくらんぼ
保育園の支援セン
ターによく遊びに
行っていました。

藤田 市内に6つ
ある児童館で親子
教室などのイベン
トをやっています
よね。ママたちか
らの評判もいいで
すね。



河口 綴美さん
Kawaguchi Hiromi

地域のママたちの学びの場「ゆ
るりん母ゴコロ」を主宰する3児
のママ。月1回程度のペースで、
子育てについて学ぶ講座や講演
会、ママむけのヨガ教室や各種ワ
ークショップなどを企画。

軽部 南アルプス市の子育て支援センターや児童館は上手に連携しているように思います。イベントの日にちをずらしたり、お互いの施設を紹介し合ったり。変な縄張り意識がないのがいい。ママたちも施設の個性をわかった上であちこち利用しているようです。

名取 芦安は遊び場があまりないから、地域のママたちを中心に「芦安日和」っていう広場を自主的に作っちゃった。やっぱり同じ立場でつながり合えるのは大事。

軽部 私は山梨に来たばかりの時、大きい公園やプールや図書館が、車でほんの数分の圏内にあることにビックリしました。

河口 都会に比べると公園も駐車場も広し無料。ありがたいですよ。

名取 そう思うと南アルプス市って、子育てするにはなかなかいいのかも。医療費も高校生まで無料になりましたしね。



藤田 2016年にスタートした「産前産後ケアセンター」ですが、県内では南アルプス市がいち早く、宿泊だけでなく日帰りケアの補助も出しましたよね。とてもいいことだと思います。私は県外出身だから、産後間もないママがゆったり休めて助産師さんからケアを受けられるって、とてもありがたい支援だって感じています。ママたちにはどんどん利用してもらいたいですね。

お金だけの支援でいいの？

河口 子育て支援が充実するのはよいことだと思うのですが、子育て中の家族の経済的負担をどんどん減らして、子どもをどんどん預けやすくして、でもそれだけでいいの？って

思うこともあります。なんだかもったいないな。ママやパパにもっと子どもと向き合う時間の大切さを伝えたり、親として成長していけるような支援のしかたを目指していったほうがいいと思います。

軽部 本当にそう思います。医療費無料はいいんだけど、「お金かからないんだから、とりあえず病院行けばOK」みたいな子育てじゃなく、どうしたら病気にならずにすむか日頃から考えるようなママ・パパになってほしいな。

河口 与えられるばかりだと、ママたちが本当は持っている力がなくなっちゃう気がする。

藤田 いろんな子育て支援の財源も、元は私たちの税金ですからね。

名取 実際、お金の支援も本当ありがたいってのはある。でも、求めている支援って人それぞれ違うからこそ、いろんなライフスタイルに合わせた支援が選択できるようになればいいなって思います。

藤田 だからこそ、ママたちはもっと声を上げていった方がいいですね。

軽部 南アルプス市はママたちの声に耳を傾けてくれるし、当事者ともつながっている方だと思う。私たちの「南アルプス子育て支援ネットワーク」みたいに現役のママたちが入っているのは珍しいですよ。行政側としても、形だけじゃなくてママたちの声を実際の施策に生かしていきたいっていう視点があるように感じています。



 **藤田 亜由未さん**
Fuzita Ayumi

市内のママグループの代表が集まって作った「ママWORKS」の事務局を担当。自宅を利用したネイルサロンを経営する他、福祉ネイリストとしての活動も行っている。2児のママ。

河口 私たちママにとっても、リアルタイムで行政からのいろんな話が聞ける場があることはありがたいです。さらには支援者同士、ママ同士が困った時に相談できたり、できることをお願いし合ったり、持ちつ持たれつなところがいいなって思います。

人と人の距離が近い

藤田 南アルプス市って人と人の距離が近いなって思う。

河口 子育てに限らず、地域づくりとかアートとか自然とか、いろんな団体がいろんなところにあって、ゆるくつながってるイメージですよ。

名取 うちの芦安だから逆に濃すぎて具合悪くなる時もあるけど(笑)。でも一緒に地域のことを考える仲間がいるっていうのは実感してる。それも楽しんでやってるから、みんな続けられてるのかなって。

軽部 「ホームスタート」は、ボランティアさんが子育て中の家庭に行って様々なサポートをするっていう支援なんです。県内でも他に2つの市でやってるんだけど、南アルプス市は協力したいっていう市民がすごく多い。

40時間も講座を受けて、無償なのに…。こんな市町村は他にないって言われています。

藤田 何かやりたい、誰かのためになりたいって思っている市民が多いのかも。

軽部 実際、ボランティア団体やNPOも多い市なんですって。いろんな活動があるから

こそ、得意分野を生かしてお互いが協力していけばいいですよ。

河口 ってことは最終的にはやっぱり、地域のつながりが大事になってくるのかな。

藤田 子育て支援も小学校に上がったらずっとつながっていかれたらと思います。

子どもが大きくなったらもう行けませんじゃなく、小さい子も高校生も大人もお年寄りも、いろんな人がいてつながれる場所があったらいいのに。そしてお互いがいろんなことを気軽に頼れるような雰囲気になればいいなって思います。きっとこれから思春期の悩みとかも出てくると思うんだけど、どこかに頼れる人や場所があるだけで、気持ちが全然違うと思うの。

名取 そこで思春期のお父さん座談会とかもあったらいいな。

子育てするなら南アルプス市

軽部 少子化なんて言われていて、実際に子どもの数も減っていますね。いろんな課題があると思うんですが…。

藤田 まずは住んでいるママたち自身が「子育てするなら南アルプス市がオススメだよ！」って自慢できるような市になるといいですね。

河口 私自身は子育てで自分の世界が広がった。子育てから学んだことやつながりつ



Profile 軽部 妙子さん
Karube Taeko

子育て支援のNPO法人あんふぁんねっと代表。親子の広場や親子カフェの運営、家庭訪問型子育て支援・ホームスタートなどを行っている。子育て中に横浜から山梨へ移住。



てたくさんある。子育てって本当に素晴らしい、楽しいってみんなが思えるようになれば、いつかは結婚したい、子どもを育てたいっていう人が増えていくと思う。

軽部 そうなるためには働くママの問題もありますよね。ワーキングマザーで、結構辛い思いをしている人もいます。働きたいけど子どもの体調や都合で帰らなきゃならない時もあるじゃない。そんな時に「また休むの？」なんて心ない言葉をかけられたりね。「また子ども産むの？」なんてマタハラを受けている人もいます。でも会社だって経営が大変なところもさっとありますよね。なので、例えば市でいろんな仕事ができるママを登録して、いざ急に休みになった時に違うママを派遣するシステムを作るとかね。そういう画期的な支援もあったらいいのに。

河口 南アルプス市は教育の選択肢が多いですね。幼稚園・保育園・小学校・中学校まで公立も私立も選べる。そういう意味では教育には恵まれているのかな。芦安小と楯形西小はユネスコスクールにも認定されていますよね。私の友だちで学区外から子どもを通わせている人もいます。



名取 大介 さん
Natori Daisuke

TEAM芦安若人のメンバーとして芦安地域の活性化に取り組む。イベント開催時のダンボール迷路やキャンプ場の再生など、パパならではの発想で地域を盛り上げる。女の子3人のパパ。

名取 芦安では学校で登山をやったり、森を管理したり、自然を活用した体験学習をしたりしています。自分たちが子どもの頃からやってることなので、一つの文化って言うていいと思います。そう

いうのに魅力を感じて、市内の別の地域から芦安まで通ってきている子どもたちもいますよ。

軽部 普通じゃ経験できない環境だもの。プレーパークもすぐできそう。

名取 プレーパークって何？

河口 子どもたちが自由に遊べるように、いろんな禁止事項を少なくした公園。今はそういう遊び場が少なくなっちゃったでしょ。場所によっては火を使ってもいいし、穴を掘ってもいい。

名取 芦安ならすぐできそうじゃん。

軽部 ぜひツリーハウスを作ってほしい！自然の豊かさは南アルプス市のアピールポイント。生かしていかないとね。こういう素晴らしい環境で子育てをしたいって、県外から移住してきた家族もたくさんいるんですよ。

藤田 「森のようちえんきらきら星」みたいに、ママたちのグループが自然の中での子育てを自主保育的にやったりもしますよね。



軽部 自然の中での活動を大切にしている幼稚園や保育園もあります。私たちが開いている親子の広場も、ある程度ママたちが仲良くなったり子どもが大きくなったら、やっぱり自然の中で土や水や風を感じながらすごしてほしい。

藤田 南アルプス市はママたちもアクティブだし市民活動も盛ん。これに自然環境の豊かさも生かしながら、南アルプス市らしい子育てのやり方をみんなで考えていければいいなと思います。

あそびうたが生まれる時 いつもそこに子どもたちがいる

Interview

カワクボメガネ インタビュー



全国の保育士らがあそびうたを競う
「A1あそびうたグランプリ」で2年連続優勝。
南アルプス市の6人の保育士で結成したあそびうた
ユニットが「カワクボメガネ」です。
あそびうたの原点を子どもたちとの遊びに置く
彼女たちの、歌への思い、子どもたちへの思いを
綴るインタビュー！



↑カワクボメガネ結成のきっかけとなったあそびうた「おすしでポン」。保育園でお昼寝前に歌っていた鼻歌を元にしてできた一曲。



Profile



カワクボメガネ
Kawakubomegane

川窪めぐみ・中村和子・伊田久美子・田中真由美・舛田理恵・川崎ちさと。南アルプス市にある大明保育所とポッポの家の6名の保育士によるあそびうたユニット。2012年と翌年の2013年に「A1あそびうたグランプリ」連続優勝。

カワクボメガネ 「A1 あそびうたグランプリ」に応募したきっかけは、たまたま見たチラシなんです。元々ポッポの家と大明保育所の保育士たちは、普段の保育の中でオリジナルのあそびうたを作っていて、その中で子どもたちに受けがいい「おすしでポン」を出したら面白いんじゃないかという話になり…。

Q するとカワクボメガネは、あそびうたグランプリのために結成したユニット？

カワクボ そうなんです。それが初出場で決勝まで残り、その翌年に優勝、そして2年連続優勝という思いがけない結果に。次の年から“殿堂入り”ということになったのです。あそびうたグランプリの出場者のみんなは「打倒山梨！」って言ってました。

Q カワクボメガネが優勝した理由は？ どのところが評価されたのでしょうか。

カワクボ 審査員の方たちからは「あそびうたの中に子どもたちの姿が見える」って言っていただきました。

Q 子どもといかに楽しく遊べるかが大きなポイントなんですな。

カワクボ 審査員は長谷川義史さん、中川ひ

ろたかさん、新沢としひこさん…。すごい人たちばかり。“ピアニカ王子”の友友剛さんも毎回審査員を務めています。

子どもたちが一番の審査員

Q あそびうたはいつも誰が作るんですか？

カワクボ 作詞・作曲・振り付けは6人全員がやります。テーマを決めてみんなで案を出し合ったり、普段の保育の中から突然生まれたものを持ち寄ったり。楽譜が書けるメンバーもいるので、感覚だけで作ったものが曲として成立するかどうかを確認してもらったり、逆に整いすぎている曲を自由な発想でアレンジしたりと、それぞれの持ち味を生かして作っています。でも一番参考になるのは子どもたち。大人とは違うツボを持っているので、



私たちが彼らに寄っていった方がうまくいくことが多い。子どもたちは一番初めの、そして一番厳しい審査員ですね。



↑あそびうたのグランプリ優勝曲などを収録したCDはネット販売などで入手可。<http://hoick.jp/products/>

Q カワクボメガネの秘密は、普段の保育にありそうですね。

カワクボ 「いとたのし」というクモをテーマにした歌があるのですが、これは保育園で子どもが見つけたクモをきっかけに生まれた歌です。子どもがすぐくクモに興味を持ったので、その年はたくさんクモを見て、クモの巣の工作をしたり、クモの劇をやったり、いろいろやった。そこから「いとたのし」も生まれました。

Q 持ち歌はどのくらいあるんですか？

カワクボ グランプリで披露した歌などでCDに収めていただいた曲が14曲。その他イベントで時々歌う曲や普段の保育の中で歌う1フレーズだけの曲とかもあるので、一体何曲あるのでしょうか？ 構想中の曲もあります。

Q あそびうたのいいところは？

カワクボ 何もなくともその場でできるところかな。あそびうたって駄菓子みたいなもので、子どもにとって絶対なくてはならないものではない。私たちは「あそびうたで子どもたちを高めましょう」と思ってやってるわけではないんです。もちろん、子どもたちを静

かにさせたり、言うことを聞かせるためにやってるわけでもない。子どもたちとの間に、ちょっと楽しい時間があればいい。一緒に歌って楽しい、ふれあって楽しい、目が合っ
て楽しい。そんな遊びのツールとして、子どもとのひとときが楽しくてやっています。しっかりきっちり覚えさせる必要もなく、遊びを通しての、心の共有ができればと思っています。



すべては遊びの中から始まる

Q カワクボメガネの活躍を、園長さんなど園の関係者はどう感じているのですか？

カワクボ これは本当にありがたいことなのですが、「やってごらん」と園長が背中を押してくれる。普通の園だとあり得ないと思うのですが、「子どもにとって楽しいことはどんどんやりなさい」というスタンスなんです。

Q 普段からそういう雰囲気なんですかね。



↑南アルプス市ファミリーフェスタなどのイベントには多くのファンが駆けつける。



カワクボ 「すべては遊びの中から始まる」という保育観は、カワクボメガネの6人に共通しています。遊ばないと何も始まらない。遊ぶことで子どもは心と体が成長します。そして遊びの中から出てくる彼らの表現を、見逃さずに拾い上げていくのが私たちの仕事なんだと思います。上から指導するのではなくてね。逆に子どもから教えてもらったり、気づかされることもたくさんあります。

Q 子どもを下に見ないということですか？

カワクボ 子どもと一緒にすごしていると、彼らを甘く見ちゃダメだなんて思うことがたくさんあります。あそびうたの世界でもそうですね。「子どもなんだから、こうすれば楽しいでしょ」みたいな気持ちで作ると、「いや、楽しくないよ」と返ってくることもある。保育の仕事もあそびうたも、子どもが真ん中にいないと成り立たないという点では一緒かもしれせん。

「カニの川」「迷路のコース」のある環境

Q 南アルプスで子育てする上で、いいところってどんなことですか？

カワクボ のどかで自然環境のいいところ。ポッポの家でも大明保育所でも、よくお散歩に出かけます。いろんなコースがあって、「カニの川」でサワガニを探したり、農道が入り組んだ「迷路のコース」を探検したり、地域の人が飼っているウサギやヤギを見に行ったり。すると道で出会ったおじさんが声をかけてくれたりする。そんな環境は素晴らしいと思います。

Q そんな中から新しいあそびうたも生まれてきそうですね。

カワクボ 「お散歩」をテーマに一曲作ってみようかな。最近嬉しかったことは、あそびうたグランプリでいつも審査員をしていた大友剛さんが南アルプスに引っ越してきたこと。子育てするにはいい環境だと思ってくれたみたいです。今は私たちにピアノを教えてくれたり、いろんなアレンジのしかたを教えてくださいます。あそびうたグランプリで知り合ったミュージシャンが、近くに住んでいるなんて不思議な感じ。いつか一緒に、子どもたちのためのコンサートができたならなんて思っているんですよ。

「いいね！南アルプスで子育て」



文子ママ・康幸パパ・あき(7歳)
こうき(3歳)・ゆき(1歳)

市の子育て応援講座に参加し、友だちがたくさんできました。子育てや家事のことなど悩みを共有したり、子育ての情報交換できたりとよいことばかり。相談できる仲間が近くにいるのはありがたいです。



知佐ママ・拓崇パパ・せな(4歳)
しゅんき(1歳)・ゆうひ(1歳)

あんふあんねつで開催している双子の会はおすすめ。双子の先輩ママたちからのおさがりがもらえたり、情報交換もでき、参加してよかったです。今度は私も他のママをサポートしていきたいな。



文子ママ・雅樹パパ
ゆうが(9ヵ月)

初めての子育てで不安いっぱいだったのですが、子育て応援講座に行き、子育てに正解がないことを知って気持ちが楽になりました。声をかけたり目を見たり、子どもとの大切な関わりが学べました。



彩子ママ・こうせい(4歳)
さくら(2歳)

南アルプス市の支援センターの手厚さは全国にも誇れると思います！子どもに、家庭に必要なことは何かという視点で応援してくれています。支援センターごとに個性があり、目的によって選べるのもいい。



絵里香ママ・ちさと(4歳)
いちや(1歳)

1歳まで使えるおむつ券はとても重宝しています。出生届のときに1年分もらえるので、ありがたく使っています。さらに2歳までになったらいいのになあ…。ちょっとした支援でも嬉しく思います。



千絵ママ
ゆな(4歳)・れな(1歳)

自然が多くて、たくさん公園があるところが素敵です。規模の大きい御勅使南公園・やまなみの湯ふれあい公園・秋山川すももの郷公園にはよく遊びに行きます。公園の緑エリアが多いのもいいところ。

遊びの中で見つける生きるチカラ

学校の長期休みになると古民家が集まってくる子どもたち。NPO 法人森の劇場が運営する「私的学童じいじの家」です。子どもたちは子ども同士の遊びを通して心も身体も成長していくと話す主宰の深沢さやかさん。子どもにとって、地域にとって、どんな場所になっているのでしょうか？



Profile 深沢 さやか
Fukasawa Sayaka

NPO 法人森の劇場代表理事。舞台俳優としての経験を生かし、地域の子どものから大人までが参加してプロの俳優と一緒にステージを作る劇の企画・演出を行う。2021年からはフリースクール「森の学校」も開校。

私が子どもの頃は、森や川で遊んだり、基地を作ったり。周りには遊びがいっぱいありました。とにかくひたすら遊んでいたのに、今は時代の変化に伴い、ここ南アルプス市でさえも子どもが安心して遊びを満喫してよい場所が少なくなってきたように思います。

2014年、とにかく子どもたちを遊ばせたい！と、長期休みに合わせて始めたのが「私的学童じいじの家」です。ここでは1日中子どもたちが自由な発想で遊びを楽しんでいます。廃材で工作をしたり、野草を摘んでおやつ作りをしたり、虫捕りをきっかけに虫の生態や生きている環境について調べてみたり。ルールも子どもたちが自分たちで決めています。多数決ではなく、譲り合ったり交渉したりしながら、自分たちが納得する答えを見つめます。自分がどんな場所でどんなふうにごしたいのか、どんな自分でありたいのか。

いろんな感情と向き合い自分が心地よい環境を見つけていく作業は、自分たちがどんな社会で生きていきたいのかを、自分たちで考える練習のようなものかもしれません。

じいじの家ではサポータースタッフとして、元教員や子育て中のママ、不登校経験者の若者など、多様な大人たちが関わっています。大人は何かを指導したり、ジャッジするのではなく、間違ったり失敗する機会を奪わないように見守るのが役割です。子どもの主体性を尊重するためには、大人も自分の価値観や視野を広げていかなければなりません。実は大人が子どもから学ぶことの方が多いようにも感じています。子どもも大人も、自分で考え生き生きと自分らしくすごす。じいじの家がそんな地域の居場所になっているといいなと思います。

「いいね！南アルプスで子育て」



**友希ママ・一郎パパ
ゆずき(3歳)・かなた(1歳)**

子育て支援センターが主催したパパのベビーマッサージ教室に参加しました。パパ友もでき、一歩踏み出して参加してよかったです。パパ同士がつながるきっかけがもっとあるといいですね。



**真理ママ・ゆう(3歳)
かえで(1歳)**

市の女性起業支援講座があり、ファミサポを利用して参加しました。いつか何かやってみようと背中を押してもらった気分。時代に合わせて、さまざまな講座やセミナーを開催していて興味深いです。



**由貴ママ・そうま(4歳)
あさひ(2歳)**

近くの畑に子どもと一緒に収穫に行きます。お米は粳まき、稲刈りをして自家製のものを食べます。ブドウやサクランボは近所でたくさんもらったり。日々豊かな暮らしを感じています。



**安奈ママ・しおん(1歳)
そら(8ヵ月)**

ホームスタートを利用しました。ホームビジターさんと一緒に支援センターに行ったり、上の子との時間を作れてよかったです。ファミリーサポートにも登録しているので、病院や急用のときも安心。



翠ママ・かほ(2歳)

出産で市外のクリニックまで通っています。市内に産科があるといいですね。子育て支援センターや児童館などに行く、いろいろな子育て支援の制度を教えられるので使いやすいです。



瑛奈ママ・うた(1歳)

ママたちの口コミで聞き、絶対南アルプス市で子育てがしたかったんです。産婦訪問から子育て応援講座まで、いろんな制度を利用しています。市全体で子育てを応援してくれている雰囲気◎！

私の中に、巨摩中の先生たちと同じ思いがある

宿題なし、定期試験なし、教科書よりも合唱・劇・絵画などの表現活動を重視。昭和30年代末から十数年間実践され、全国的にも注目された「巨摩中教育」。その教育を受けた一人の女子中学生はやがて、幼児教育に携わる道を選びます。永照寺幼稚園・吉田孝子さんの“原点”を探るインタビュー。



Profile 吉田 孝子
Yoshida Takako

南アルプス市(旧白根町)生まれ。巨摩中学校(現白根巨摩中)が独自の教育スタイルを進み始めた同時期に同校に入学。その後、幼児教育の道に進む。以来2016年3月まで、甲府市にある永照寺幼稚園副園長を務める。

いつも誰かがどこかで歌っている。そんな中学でした。いわゆる「巨摩中教育」は、久保嶋信保さんという美術教師が中心になって進めた教育です。「おまんとう(お前たち)、家で勉強なんかしちよ(するな)」が先生たちの口癖。その代わり国語の授業では「作者は何を言いたいのか」と問われ、美術の授業では「自分の絵を見てどう思う?」と、また問われる。子どもたちに何を思い、どう表現するかをつきつめて考えさせる授業で、先生の熱気もすごかった。やがては遠足や修学旅行の計画も、子どもたち自身が作るようになります。子どもは大人に従うのが当然という時代。先生たちには「子どもが不自由すぎる」「これでは自分で考えられる人に育たない」という思いがあったそうです。

大人になった私は幼稚園教諭になりました。鮭の卵をふ化させて稚魚を川に放流する。大

きな鮭をさばいて料理して、食べる。そしてその鮭を絵に描く…。絵画一つでも、様々な角度から題材を見て、感じて、心の中に生まれたものを表現する。そんな教育を実践してきました。巨摩中教育を幼稚園に落とし込んだわけではありませんが、確かに私の中に、当時のあの先生たちと同じ思いがあるのを感じます。それは子どもをもっと自由にしたい、そして彼らが自分の人生を自分で選び取るようになってほしいという願いです。子ども時代の自由な感性や表現が認められることが、子どもの幸せにつながるのだと信じています。

数年前、久保嶋先生は巨摩中の生徒が描いた多くの絵を私に託してくれました。絵以外のものも託されたのかな? あの巨摩中教育を今の時代に再現するのはとても難しいと思います。でもその一端がこの園にあるのなら、それは受け継いでいかないとはいけませんね。

子どもが主役の学校は 毎日が自由で忙しい

Interview

南アルプス子どもの村小・中学校

堀 真一郎さん

インタビュー



宿題もテストも、学年の壁もない。
学びの中身も学校のルールも、子どもが決める。
そんなユニークな小・中学校が
南アルプス市にあります。
創立者である堀真一郎さんに聞きました。
子どもの可能性の引き出し方、向き合い方。

↑ 2021年度の秋祭り。子どもたちがすべてを企画して開かれる。すべての種目に誰でも参加できる。



↑算数と国語に相当する「基礎」の授業も各教師のオリジナル教材を使う。



→解体して集めた金具の本数と重さを図る。その後は、鉄屑として買ってもらおう。

Profile



堀 真一郎 さん
Hori Shinichiro

1943年生まれ。元大阪市立大学教授。1992年にきのくに子どもの村学園を設立し、現学園理事長。南アルプスの小学校は2009年10月に開校。現在、同学園には全国に5つの小学校と4つの中学校があり、和歌山には高専もある。

Q 1日見学しましたが、文科省認可校でもここまで自由にやれるんですね。驚きです。

堀 そもそも授業が学年と教科の分けではなく、異年齢学級の「プロジェクト」が中心です。クラフトセンター・おいしいものをつくる会・むかしたんけんくらぶ・劇団みなみ座・アート&クラフトの5つのプロジェクトの中から、1年間どこで学ぶのか4月にそれぞれが選ぶんです。

Q 畑に出かけたり料理をしたり建造物を作ったり…朝から夕方まで、1日の活動量がすごいですね。

堀 さらに学校のバスで見学や旅行に行く日もありますよ。1クラスが25人ぐらいだからフットワークが軽い。特にここ南アルプスは、空き家を貸していただいて山に拠点を作ったり、果樹や養蚕のアドバイスをもらったり、地域の方のサポートも心強いです。

Q この学園を堀さんが設立した背景には、どんな思いがあるのでしょうか？

堀 古くは非行、今はいじめや不登校の問題が深刻です。私は、子どもがもっと「ぼくは自分が好きだ」とか「生きるってこんな

に素晴らしいんだ！」と感じながら生きられる場が必要だと思ったんです。「世界で一番自由な学校」と言われるサマーヒルを創ったA.S.ニール(英国の教育者)の理論と実践をベースに、国内外の事例からいいとこどりさせてもらいました。根っこにあるのは「感情、知性、人間関係が自由であることが、人が幸せであるための前提」という考えです。自己決定・個性化・体験学習を3原則に、クラスの学習計画も行事もルールも子どもが作る。でも一方で、例えば秋祭りはどの競技に出てもいいし、全く出なくてもいい。個性や個人差があるのが自然な姿だからです。大人(先生)を友だちみたいにニックネームで呼ぶし、宿題やテストもないですね。

Q 週1の全校ミーティングは圧巻でした。全校生徒約150名が集まって話し合う。古代ギリシャの直接民主制度のようですね。

堀 今回の議題は「おやつが消えてしまった件」でした。何か問題が起きたら、議題を





↑ 養豚に挑戦する中学生。アニマルウェルフェアについて学んでいる。かわいがって育てた後は出荷する。



↑ 建物の設計、測量、基礎工事、木材加工と組み立て、サッシの設置、トタン屋根をふくこと。すべての仕事を中学生たちが行う。ホンモノの仕事であることを大切にしている。

出して解決策を話し合う。大人も子どもも一人一票です。「〇〇禁止」ってルールを作るのは一番簡単なこと。でも結局、本当に納得しなければ再発してしまう。いろんな立場の人の意見や気持ちを知って代案を考えたり、「〇〇なときは、やってもいい」というルールを作り出す方がいい。だから話し合いがとも多い学校です。子どもたちは『『自由でいいね』ってよく言われるけど、自由ってすごく忙しいんだよ』と言いますね。

体験学習で学力はつくの？

Q 一方で、社会に出てやっていけるの？学力は大丈夫？という声もありますか？

堀 よく聞かれます。我慢する力は身につくんですか、とかね(笑)。むしろ体験学習の方



がいい意味でのしつこさが身につくと思いますよ。シナリオもないし指示もない。大人は

相談されても「こうしましょう」とは言わず、「どうしよう？」と問いかける。だから

克服すべき問題を自分で考えられるようになる。「子どもだけでこんなこともできるんだ」と驚くほどです。とはいえ、高校に入ったとき、テストに戸惑う子は多いみたいですね。でも以前卒業生のデータを取ったら、入学時は平均で3分の1番目ぐらいの成績だったのが、3年生ではほぼ全員がトップクラスになっていました。かつやま子どもの村(福井)の卒業生は、高校1年の期末テストで、平均238人中28番。詰め込み学習や宿題やテストをやらなくても知的な力は身につくという証です。あと生活面では、「高校の同級生を幼く感じる」ということはよく聞きます。「どうして一緒にトイレに行きたがるの？」とか、周りが指示を待つことに戸惑うようです。

家庭でもできる子どもの村流子育て

Q 子どもの村流のコミュニケーションのコツはありますか？

堀 そうですね。大人ってつい先回りして答えを言いたくなるけど、例えば「教えて」と言われても、「困ったねえ」と。「えー、知ってるんでしょー」「どーかな〜」って時間稼



←料理をする機会が多い。「おいしいものをつくる会」というプロジェクトでは、小麦を育て、製粉し、麺作りにこだわっている。



ぎするんです。そうすると、自分で考え始めます。あとは否定も肯定もせず、言ったことをただ反復するとかね。学校の大人たちは週1回じっくり話し合いを持ち、4校合同で研修もしています。あとは大人自身が幸福で自由であることが大事。そうでないと子どもの自由を尊重できないところがありますから。

Q 子どもが自ら育つ力を引き出すために、家庭でできることがあったら教えてください。

堀 5つほどポイントがあります。まず第1はスキンシップ。今日も私の膝に子どもが乗っていましたが、6年生で乗ってきてもいい。十分甘えさせてください。第2は、否定的な言い方をなるべくしないこと。「まだ半分しか食べてないじゃない」ではなく「もう半分食べたんだね」と認める。「言葉で抱っこする」とよく言っています。第3は、説得をしない、聞き役に回る。言い聞かせたり、裁判官のように判断をしないこと。ぐっと堪えて聞き役に徹すると「聞いてくれた、わかってくれた」と感じて、子どもは自分で解決策を見つけ出すんです。第4は「私メッセージ」をすることです。

Q 私メッセージ？

堀 道徳だとか世間を持ち込まず、“自分の”気持ちを伝えるんです。例えば、昔息子が銃のおもちゃを買ってとせがみました。でも私は買いたくなかった。正直に「お父さん、そういうの好きになれへんのよ」と伝えて、頑として(笑)譲りませんでした。第5は子どものしんどさをわかってあげようということ。先生の言った通りにしろって言われたり、もしかしたら子どもって思う以上に学校でがんばってるかもしれませんよ。そういう前提に立つと、接し方も自然と変わってくるかもしれませんね。「近頃の子どもは」とか言う人もいるけど、おかしくなっているのは子どもでなく、取り巻く社会の方かもしれません。「毎日がなんだか楽しい！」と感じて生きているような子は、失敗を恐れなしい好奇心も旺盛です。だからまずそういう状態を作れるといい。そうすれば、子どもは本来の生きる力をいつでも発揮し始めると思いますよ。



南アルプス市子育てハンドブックは 電子書籍版でも読むことができます。

南アルプス市のホームページより
アクセスしてください。



www.city.minami-alps.yamanashi.jp

南アルプス市の子育てに関する情報を、行政・民間の垣根をなくして一冊に…。「南アルプス市子育てハンドブック」はそんな声からできあがった書籍です。南アルプス市の0歳から小学校低学年のお子さんがあるママ・パパのために制作しました。母子手帳発行時に、すべての新生児

家庭にお届けする他、市の子育て支援センター・市役所の子育て支援課・各窓口サービスセンターなどでも希望者に配布いたします。みなさまの子育てライフにお役立ていただくと同時に、「もっとこんな情報を載せてほしい」などのご要望もいただけると幸いです。

南アルプス市子育てハンドブック
minami-alps city guide book for child rearing
2022.4.1 発行

発行元／南アルプス市子育て支援課
〒400-0395 山梨県南アルプス市小笠原376
TEL.055-282-7293

企画・編集／南アルプス市子育て支援ネットワーク

南アルプス市子育て支援課

深澤つぎ江（南アルプスの子育てを考える会）

松上八千代（南アルプスの子育てを考える会）

堀江陽子（南アルプスの子育てを考える会）

軽部妙子（NPO 法人あんふぁんねっと）

内藤道子（ゆりかごの会）

内藤純子（ゆりかごの会）

三枝絢子（Lien ネット）

河口緩美（ゆるりん母ゴコロ）

藤田亜由未（ママ WORKS@南アルプス）

名取大介（TEAM 芦安若人）

新津幸（南アルプス LOCO、ちびっこぶれず編集部）

藤原佳奈（ちびっこぶれず編集部）

加々美吉憲（ちびっこぶれず編集部）

デザイン／若岡伸也

制作／ちびっこぶれず編集部

印刷・製本／内田印刷所

掲載情報は 2022 年 4 月現在のものとなりますので、
ご留意ください。

本誌掲載の記事・写真の無断転用を禁じます。

©南アルプス市 2022

Guide Book for Child Rearing

