

Minamisoma Life Plan Support Paper

南相馬市
ライフプラン応援
タブロイド
2024



Contents

実際どうなの？ 子育てのお金事情

子育てに戻込みしてしまう大きな理由のひとつが、金銭的な不安。でもそれって本当？ファイナンシャルプランナーの宍戸健一さんがズバリ答えてくれました。

「ママだけがんばる」はNO！

育児するパパも応援しています！

男性の育休取得を応援している南相馬市。育休を上手に使って子育てのスタートを切った夫婦に、お話を伺いました。

まだまだ知らない魅力がいっぱい

市内のおすすめ穴場スポット

市内には、思いっきり遊べるフィールドが充実。屋内や全天候型の施設も人気です。

学んでみる？息抜きする？

子育て中に読みたい本、
観たい映画や番組

子どもと一緒に出かけよう！図書館のススメ

こどもや子育てを サポートする さまざまな制度を 使いこなそう

こども・子育てを本気で応援したい。

南相馬市では
行政ができるさまざまな手段を考え
金銭的な応援はもちろん
たくさんのサポート体制を築いています。

市の取り組みを知っていただくため
これまでいろいろなかたちの発信を
してきましたが

今回は特に父親にフォーカスし
新しい発見や息抜きにつながる情報を
届けたいと考えました。

子育てを家庭だけで完結させずに
制度も、施設も、どんどん使ってほしい。
遠慮せずに周りを頼ってほしい。
育児に奮闘中の父親お母さん両方に
そして、こどもたちを見守るみなさんに
声を大にして伝えたいと思っています。

大人もこどもも、100年先までみんなが
このまちで豊かに暮らしていくように。
これからもさまざまな取り組みで
「こども・子育て本気で応援」を
かたちにしていきます。

BOOK&MOVIE

学んでみる？息抜きする？

子育て中に読みたい本、観たい映画や番組



『幼い子は微笑む』

長田弘／詩、いせひでこ／絵

人が赤ちゃんを純粋だと思うのはなぜでしょう。まだ何も知らないと思うからでしょうか。本能のままに生きていると思うからでしょうか。温かくも凛とした長田弘さんの詩に、いせひでこさんの柔らかな絵が添えられます。

講談社、2016



『子どもの心の育てかた』

佐々木正美／著

「こんな時はどうすればいいか」の解決法というよりは、「どういう心構えで子育ての問題に向かえばいいか」という根本的な意識を提示してくれます。多様性を重視する風潮の中で、子育ての迷いに流されないための錨になってくれる本です。

河出書房新社、2016



『夫が知らない家事リスト』

野々村友紀子／著

「子育て参加だ！」さて、何をしましょうか。こどもと遊ぶ？掃除？洗濯？料理？もちろん大切なことですが、「ちょっと気付いてやってくれると本当に助かる…」というジャンルの家事も意外と多いんです。「俺、なにすればいい？」を減らす処方箋になる一冊。

双葉社、2019



『赤ちゃんを科学する』

「3歳児神話」のような時代遅れの言説には、振り回されずにいたいもの。このシリーズではそこまでやるの？というガツツある観察や最新の実験から、赤ちゃんの生態に迫ります。赤ちゃんへのリスペクトと、エビデンスのある子育ての指針、両方を得られるはず。

2020年～／アメリカ

Netflixシリーズ

「赤ちゃんを科学する」パート1～2 独占配信中



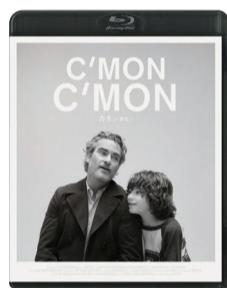
『オチビサン』

オチビサン、ナゼニ、パンくいの3人の日常を描いた1話5分の短編アニメ。原作の安野モヨコさんが「描きながら癒された」と語るように、四季折々を遊び尽くす様子にぐつときます。美しい作画とおしゃめな内容で、小さい子どもと一緒に鑑賞も◎。

2023年／日本

各配信プラットフォームにて好評配信中！

2024年5月29日[水] Blu-ray発売！



『カモン カモン』

映画コピーは「大丈夫じゃなくても、大丈夫」。叔父と甥の交流を描いた作品ながら、すべてのままならない子育てへの賛歌のような作品。メインストーリーの傍らで挟まれる、こどもたちが大人や未来に関して語る言葉にも、真摯に耳を傾けたいと思われます。

2021年／アメリカ

Blu-ray & DVD 好評発売中

Blu-ray: 6,600円(税込) / DVD: 4,290円(税込)

販売元：株式会社ハピネット・メディアマーケティング

©2021 Be Funny When You Can LLC.
All Rights Reserved.

おもちゃで遊べる & 借りられる

図書館には、本だけでなく、パズルや木の積み木など、さまざまな種類のおもちゃがあります。カウンターで職員に声をかければ、借りて館内で遊ぶことも、2個までなら2週間の貸し出しもできます。家にはない目新しいおもちゃにこどもも夢中！



こども向けイベントも豊富

「おはなしのへや」では月に1回第2木曜の11時から30分間、絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌などを用いる赤ちゃん向けのおはなし会を開催。読み聞かせのポイントも教われます。3歳くらいから小学生向けの「お話会」は毎週土曜日に開催。ほかにもこどもも大人も楽しめるイベントがたくさんあるので、HPや館内の掲示板をチェック！

Editor's note
編集後記

「Minamisoma Life Plan Support Paper-南相馬市ライフプラン応援タブロイド 2024-」をお読みいただきありがとうございます。サポート制度だけでなく、おすすめの本や映画、穴場スポットを紹介することで、より楽しく読んでいただけたら……という思いで作成しました。ご夫婦で読んでいただき、子育てについて考えるきっかけになりますように。

Information
問い合わせ
[発行元]

南相馬市 こども未来部
こども家庭課 こども企画係
〒975-8686
南相馬市原町区本町二丁目27番地
TEL: 0244-24-5229
MAIL: kodomokatei
@city.minamisoma.lg.jp

こどもと一緒に出かけよう！
図書館の
ススメ

広々としていて、座る場所もたくさんある南相馬市立中央図書館。「こどもの図書スペースは大人のスペースとは分けてあるので、静かにしなくちゃと緊張しきなくて大丈夫ですよ」と司書の高橋さん。子連れの束の間の息抜きにも、じっくり過ごすにも便利な面がいろいろあります。「本を借りなくても、遊びに来るだけでもいいのでどんどん利用して」とも話してくれました。