

伊豆市を楽しむファミリーのための子育てマガジン

familyizu ってなあに？

ふぁみりいず

familyizuは、伊豆市で子育て中のママたちがライターとなり、誌面の企画から取材、撮影、編集を行っています。コロナによるお休みを挟み、今回でvol.12となります。今年度からはInstagramでも発信を行なってきました。伊豆市での子育てを楽しむための情報を、子育て真っ最中のママたちがお届けします。伊豆市にずっと住んでいる方も、移住をご検討中の方もぜひご家族でご覧ください！



伊豆市を楽しむファミリーのための子育てマガジン
familyizu
ふぁみりいず

2023年
春号
vol.12

伊豆市を楽しむファミリーのための子育てマガジン

familyizu

ふぁみりいず

2023 Spring

vol.12



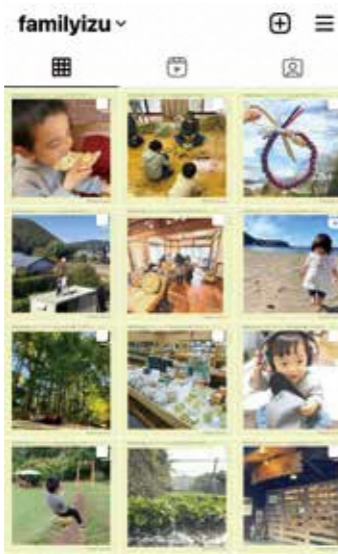
たとえば

こんな情報が載っています！



子育て団体応援補助金

伊豆市の魅力いっぱい！



familyizu Instagramピックアップ



親子の居場所作り制度

familyizuがよくわかる



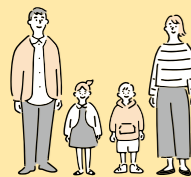
familyizuの1年

伊豆市オリジナル
充実の子育て支援制度



伊豆市の産後ケア制度&
桃太郎助産院の紹介

パピママライター随時募集中！



familyizuでは随時パピママライターを募集しています。特別なスキルは必要ありません！伊豆市での子育てを楽しみたい、新しいことをやってみたい、地域に貢献したいなど参加の理由は様々。ご興味ある方は伊豆市役所子育て支援課にご連絡ください。

伊豆市役所 子育て支援課 電話：0558-72-9864



【企画・発行】familyizu 編集部
【編集・制作】ISABUYA CREATIVE

【お問い合わせ】伊豆市役所子育て支援課

〒410-2413 静岡県伊豆市小立野66-1 修善寺生いきらびザイン
TEL:0558-72-9864 FAX:0558-72-1196
Mail:familyizunama@gmail.com



産前産後に頼れる

桃太郎助産院 のご紹介

ママライターが取材しました

伊豆市日向にある桃太郎助産院。主に伊豆半島全域の出産をサポートしています。妊娠中のママやお腹の赤ちゃんに寄り添い、お産から産後のケアまで伊豆の子育ての拠点となっています。今回は助産院についてや、産後ケアに対する想いなどをインタビューしました。

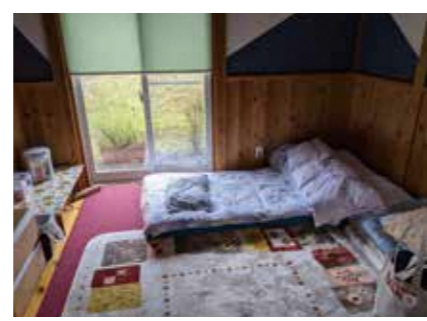


こやなぎ ふ さ
小柳 布佐先生(ふー先生)
桃太郎助産院院長。
関西出身で、夫の転勤により静岡へ。
総合病院へ勤めていたが、伊豆市
から産科がなくなることをきっかけ
に2007年に開業。



助産院って
どんな所?

母親主体の自然なお産をするところ。一人一人に合ったお産ができるよう、長年培った経験と知識で診察します。些細な心配事でも、気軽に相談できる場所であり、緊急であればご自宅へも伺います。立ち合い出産や、産んだ後もご家族と一緒に入院することができます。桃太郎助産院では、マタニティヨガやベビーマッサージ教室なども行っており、当院に通院してなくても、お子様連れでも参加OKです。



木のぬくもりを感じる入院部屋



栄養満点手づくりご飯(例)

先生の想い

出産するという事は、一人の女性が自分の命を懸けて新しい人間をこの世に送り出すということ。そうした産む人とその家族に寄り添い、新しい命に寄り添い、困った時に弱音を吐いて育児ができる場を提供しようと取り組んでいます。女性として産まれたのだから、出産することで、自分の人生がより幅広くなることを楽しみながら、自分の意思を持って子育てしていけるように寄り添っていきたいです。また、小中学校や高校に出向き、性教育の授業もしています。家族の大切さや命の尊さを伝えるため、幅広く活動しています。



桃太郎助産院

伊豆市日向670-1 | TEL.0558-72-5262

伊豆市で受けられる産後ケア

桃太郎助産院で受けられます

初めての育児で、わからないことばかり。
ちょっとした不安を誰かに聞いてほしい。
たまには息抜きしたい!
そんなときは一人で悩まず、
気軽に相談してください。

些細なことでも大丈夫!



助産院や自宅において、母子のケアや授乳・育児相談ができます

●利用できる方

出産後(退院後に限る)のママとそのお子さん(12か月未満)(宿泊型の利用は6か月未満)で、下記のすべてに該当する方

- (1)伊豆市民
- (2)お母さんの体調や育児に不安がある方
- (3)赤ちゃん、お母さんともに医療行為の必要がない方

●産後ケアの内容

母子の体調などにあわせて、下記のサービスを受けることができます。

- (1)ママケア(健康状態のチェック、産後の生活のアドバイス、心身のケア)
- (2)母乳ケア、授乳相談
- (3)赤ちゃんケア(健康状態のチェック、体重、栄養などのチェック)
- (4)育児相談、授乳・沐浴などの育児指導

※宿泊型は、24時間体制で助産師が常駐しています。

種別	宿泊型	日帰り型		訪問型
	助産院に宿泊 (1泊2食)	4時間以上 (昼食あり)	4時間未満 (120分程度)	4時間未満 (120分程度)
利用者負担額	1泊2日 3,000円	2,000円	1,000円	1,000円
利用日数	合計7日まで (1泊2日は2日と数えます)			

※非課税世帯はすべて半額で利用できます

●申し込み～利用の流れ



※利用希望日に定員を超える申し込みがあった場合は、ご希望に添えない可能性がありますのでご了承ください。
※利用申請書は、助産院で配布、または伊豆市ホームページからもダウンロードでき、助産院を通して提出することもできます。

利用された方の声



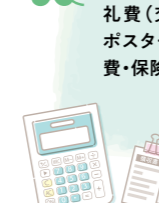

母乳育児の悩みが尽きず、助産師さんに診てもらうことで不安を解消したかったので利用しました。市から助成があることも利用の後押しになりました。アットホームな雰囲気で見ることができて、子育てに関する新しい発見や多くの情報を助産師さんに教えてもらったので良かったです。

ケース例
日帰り4時間未満 助産院へ訪問

「伊豆市子育て団体応援補助金」を利用して 【足育講座】を企画しました!

「伊豆市子育て団体応援補助金」とは、子育てや育児の悩みなどの情報を共有する場や交流の機会を応援するために、イベントや教室を実施するお母さんたちの団体に対して伊豆市が補助金を交付します。

手続きの手順

- 1  ママ向けに足育講座をやりたいな
- 2  開催予定日の1ヶ月~2週間前に計画書をつくり、子育て支援課へ提出する。
(こんなことをやりたいと相談していくのもOK!)
- 3  イベントを実施する補助の対象例は、会場費・講師謝礼費(交通費)・チラシやポスターなどの印刷製作費・保険料などです。
申請にかかった全ての経費の領収書の提出が必要なので忘れなく。
- 4  報告書を作成し、子育て支援課へ提出。かかった費用の半額を補助金として申請できます。

※2名以上で申請できます。1年間に利用できるのは、1団体2回まで ※補助金の限度額は10万円まで
※事業を主催する団体等に属する者への謝礼、所有する施設使用料などについては対象外となります。詳しくは子育て支援課まで

今回は、「伊豆市子育て団体応援補助金」を使って、三島で赤ちゃんやママの身体をサポートしている「マミーケアルーム38mw」の多田さんをお招きし、こどもの足育(あしいく)について講座を企画しました!



オープン間近のFamily cafe わっかの2階レンタルスペースを会場にかりました。



講師は整体師でもあり助産師でもある多田さんをお願いしました



講座後の個別相談も人気でした

3月オープンの「Family cafe わっか」を紹介します!

伊豆市で楽しく子育てするために『こんなところがあっていいな』を実現している十倉さん。(11ページを参照)活動の輪は広がり、なんと! 修善寺温泉場に「Family cafe わっか」を3月末にオープン。コンセプトは「子連れでもゆっくり過ごせる場所」「野菜いっぱいの安心ごはんを」。子連れにとっては「こんな場所がほしかった〜」がカタチになっています。



1階はカフェスペース



2階は畳の部屋になっています



個室として使える部屋もあり小さなお子様連れでもくつろげる空間に

~無料で利用できます!~ 親子の居場所づくり

伊豆市で子育てをしている方は、仲間づくり・保護者とお子さん同士の交流などを目的に、生きいきプラザ内の下記施設を無料で借りることが出来ます。用途は自由で、申込方法も簡単なので、グループを作って、仲間で利用してみたいはいかがでしょうか。
※妊婦時から小学校入学前までのお子様がいいらっしゃる方のご利用が可能です。

育児の悩みや日頃の想いを共有することによって息抜きになったりするので、是非、健診後や時間が合うときにグループで集まってみませんか。



- ◆貸出施設◆
市民ホール(席なし)、ラウンジ、会議室(第1・2・3・4)、1階和室、2階和室、工作実習室、栄養実習室
- ◆申込方法◆
子育て支援課の窓口にてグループの登録申請をおこなってください。
その際、利用の流れについて、説明があります。
- ◆注意点◆
・営利を目的とする活動にはご利用いただけません。
・1階和室、栄養実習室は健康増進や食育を目的とする利用に限ります。
・現在、生きいきプラザ館内は、ラウンジ・和室のみ飲食可となっています。



市民ホール(席なし)



ラウンジ



会議室



和室



工作実習室



栄養実習室



イベント(ハロウィンパーティー、クリスマス会、お誕生日会等)での利用もできますね!
栄養実習室で食育を、和室でパーティーをおこなったら盛り上がりそうです☆
食器の使用も出来ます。



市民ホールとラウンジはグランドピアノを使用できます。
ピアノ演奏に合わせて体操やダンスをするのも楽しそうですね。

Instagram

やっています😊

編集部メンバーがお出かけスポットや、日常の子育てのことなどをタイムリーに発信しています。ぜひ見てくださいね。



フォロー
いいね
❤️
おねがい
します



1. 中伊豆の町並み
お昼寝前のお散歩、初登園に初登校...子どもの成長を振り返ると、そこにはいつもこの景色が。

2. 自然の中でのびのび子育て
慣れない地で初めての育児。不安もあったけど、今では美しい山、海、川が揃った伊豆市が大好き!

3. 虹の郷サンクスイルミ
子ども会で夜の虹の郷へ。色とりどりのイルミネーションに子どもたちは大興奮!

4. 狩野川公園
恐竜モチーフの大型遊具やブランコ、スプリング遊具、砂場などがあり、公園デビューにも最適!

5. 温泉後の牛乳は最高!
温泉が身近な伊豆市。市民はお得な所も多く、「今日温泉行く?」というノリで行けちゃう!

6. 包み込んでくれる景色
朝の一人だけの時間。清らかな空気を胸いっぱい吸い込むと、身体が生き生きとしてくる。

7. 六仙の里で芝滑り
小学生男子は動く!動く!自然の中で体をいっぱい使って遊べる公園。

8. 修善寺温泉
お散歩しながら修善寺にお参り。自然あり歴史ありの伊豆市の魅力子どもたちにも伝えたい。

9. 土肥サマーフェスティバル
砂浜にシートを敷いて広々見られるのでファミリーにおすすめ!大空でナイアガラは圧巻!

10. 地引網体験
みんなで力を合わせて網を引き上げ、捕れた魚はその場でBBQ。食育にもなるイベント。

11. 絵本倶楽部コトトリイロ
絵本作家や作り手さんのイベントなどが行われる交流の場。大人が楽しめる絵本も並んでいる。

12. 手作りの正月飾り
地域のお飾り作りに参加。自分の手で稲藁を編んでいくと、新年に向けて気持ちが整っていく感覚に。

13. 麦わら細工体験
民藝麦わらの店 農〜あした〜でリース作り!工房ではイヤリングなども購入できるので要チェック!

14. 鹿&自転車注意?!
ザ・伊豆市!な標識。これはどこにあるのでしょうか?わかるあなたはかなりの伊豆市ツウ☆

15. 子連れにおすすめ3B coffee
ボックス席があり、積み木などで遊びながら待つことができる。地元食材を使ったパスタやピザも美味!

16. 嫁に来て知った「つと豆腐」
巻き糎で絞った豆腐で、伊豆ならではの食材。煮崩れないので、砂糖と醤油で煮込むと味が染みて美味しい。

17. どんと焼き
無病息災や五穀豊穡を祈り、小正月に行われる伝統行事。小学生から年配の方まで一緒にできるのが素敵。

18. 日本一早咲きの土肥桜
12月から2月まで、万福寺や土肥金山などで見られる。鮮やかなピンクで一足早く春気分。

\お散歩しながら会話も弾む♪/\



修善寺温泉街の中心を流れる桂川沿いにある竹林の小径。石畳が続く遊歩道を歩いていくと、竹林の中に竹製の大きな円形ベンチがあります。子どもたちと一緒にあおむけに寝そべて上を見上げると…竹林の中に広がる川の流れる音。忙しい日々の中での贅沢な時間が身に沁みました。長男が学校のお話をしてくれたり、次男が大好きな歌を歌ってくれたり、子どもたちにも響くものがあったのかな？

Information
修善寺温泉街 竹林の小径
伊豆市修善寺1031-1
TEL.0558-72-2501(伊豆市観光協会修善寺支部)
Memo…空気が澄んでいて静かな朝のお散歩がおすすめ！
近隣の有料駐車場を利用

中伊豆ワイナリーでお馬さんに会えるんです！小屋には大きな馬が並んでいて、近くで見るとかなり迫力があります。今回は、親子で引馬体験に挑戦しました！3歳以上のお子さんは一人で乗ることもできます。事前予約も不要なので、気軽に訪れてみてください(^^)

\お馬さんに会ったよ/\

Information
中伊豆ワイナリー
伊豆市下白岩1433-27
TEL.0558-83-5111
Memo…引き馬：1人1,000円・親子乗り：1組2,000円



狩野川の本流で川遊びができるおすすめスポット。子どもたちが真っ先に向かうのは、マスのつかみ取り！長く足を入れていられないほど冷たい清流を悠々と泳ぐマスを、子どもたちは自分で捕まえます。塩焼きにしてもらっている間は川遊び！川から上がってくると、焼き立てのマスに楽しそうにかぶりついていました！

Information
水恋鳥広場
伊豆市湯ヶ島176-2
TEL.0558-85-1056(伊豆市観光協会天城支部)
Memo…水遊びは例年7月下旬から8月下旬まで

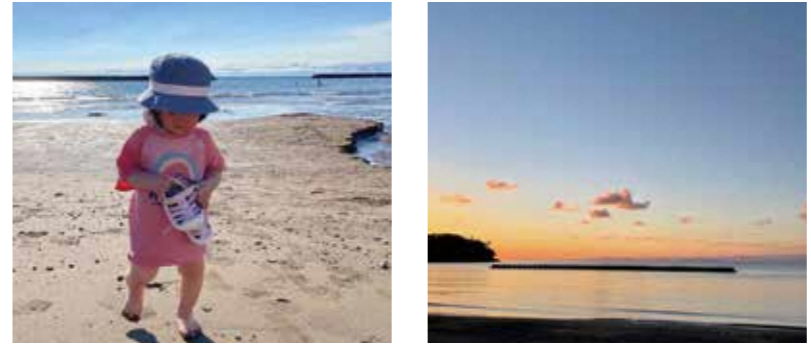
ロムニー鉄道に乗ったり、ローラー滑り台を滑ったり、虫を捕まえたり…夏には縁日が開かれていて、スーパーボールすくいやヨーヨー釣り、射的なども楽しめました！定期的にイベントが開催されるので、何度来ても楽しいです。たくさん遊び、たくさん歩き、帰りの車でぐっすりzzz

\市民は無料！1日楽しめる！/\

Information
虹の郷
伊豆市修善寺4279-3
TEL.0558-72-7111
Memo…市民は駐車場も100円とお得！



\山派も恋する土肥の海/\



なんとなく山が好きだなと思っていた私も、土肥の海の透明度！砂の柔らかさ！そして、海と空の間をオレンジに染める夕陽の美しさに感動しました。海水浴シーズンには、砂浜に置いてある船が温泉になっていたり、海上花火大会や地引網体験も行われます。子どもたちは土肥港に発着する駿河湾フェリーを見るのも大好きです。

Information
土肥海水浴場
伊豆市土肥2657-6
TEL.0558-98-1212(伊豆市観光協会土肥支部)
Memo…駐車場やトイレが近くにあり、子ども連れに最適！
海水浴シーズンはシャワーも使える。

「子どもには新鮮な野菜を食べさせたい」「季節の地のものを楽しみたい」と思いませんか？JAふじ伊豆農協が運営している『農の駅』は、旬のおいしい野菜が手に入るおすすめスポットです。色とりどりの野菜が並ぶ棚を眺めながら、「どんな風に料理しようかな～」「子どもたちが喜びそうだな」と野菜を選ぶ時間は、至福の時間。珍しい品種の野菜や、伊豆市の特産品の山葵・豆腐なども置いてあります。

\旬の野菜をお得にGET!/\

Information
農の駅伊豆
伊豆市柏久保108
TEL.0558-72-4462
Memo…営業時間は9時～16時半。開店直後がおすすめ！



\学校を飛び越え 伊豆市の魅力を体験/\



市内の小学4年生から6年生までが参加できる『ふるさと学級』。真夏の土肥の海でカヌーや釣り、達磨山・伽藍山・金冠山を縦走したハイキングなどを体験させてもらいました。各学校から参加している、いつもとは違うお友達と初めての経験。回を重ねるごとに子どもの表情から成長を感じました。地元の方やふるさと学級を卒業した中高生がスタッフとなり運営されてるところも、あたたかさを感じます。ちょっと年上のお兄さんお姉さんとの関わりも楽しいようです。

Information
ふるさと学級
伊豆市社会教育課 TEL.0558-83-5476
Memo…毎年春頃に学校から募集案内が配布される

一日中体を使って遊べる自転車のテーマパーク！おもしろ自転車をはじめ、水上自転車、サイクルモノレール、ファミリーサーキットなど、大人も子供もつい夢中になって漕ぎまわってしまいます(笑)。長いスカイローラーで下ると、大きなトランポリンふわふわドームがあります。新しくなった立体迷路も家族で力を合わせてクリアすると盛り上がりやすいよ。

\親も子もいい汗をかける/\

Information
サイクルスポーツセンター
伊豆市大野1826
TEL.0558-79-0001
Memo…自転車の乗り方教室やMTBでオリンピックコースを体験できる日もある





こんな活動を
していました！

ママライターの1年



広報伊豆でママライター公募の告知発見！
ドキドキしながら子育て支援課に
参加希望と電話で連絡しました。



Instagramについて
教えてくれた
株式会社わたしたち
中野さん



写真の撮り方を
指導してくれた
カメラマンの
武智さん



初めての打ち合わせ！
Instagramを使うにあたって必要な知識や
写真の撮り方を教えてもらいました。



いよいよInstagramの投稿スタート！
週に1度交代制で投稿することに。
内容やハッシュタグは投稿前に
グループLINEで確認してもらいます。



月に1回のラジオ出演が始まりました！
FMIS毎月第4月曜日14時15分から15分間、
メンバーが交代で参加しながら出演しています。



桃太郎助産院さんに取材訪問！貴重なお話を伺いました。
これまでおすすめスポットの投稿などはしていたものの、
取材は初めて。動画も撮っていて緊張しました。



ついに冊子制作に向けて打ち合わせが始まりました。
どんな構成にするか、スケジュールは？
ベテランママにアドバイスを頂きながら進めていきます。

桃太郎助産院にて

移住者さんにインタビュー

子育てしながら、修善寺温泉街に Family cafe わっかをオープン

とくら あさみ
十倉 亜沙美さん

familyizuの仲間である十倉さんは、東京から移住して一年目のママでもあります。
4歳 男の子・2歳 女の子を育てながら、親子カフェ開業の準備もすすめるパワフルな彼女。
今回は、そんな十倉さんに移住のきっかけや伊豆市の魅力を語ってもらいました。



Q.移住して驚いたことは？

A.一番驚いたのは、人脈が広がっていくのがはやいことです。初対面の方でも、知り合いの知り合いだったりするので、話が弾みやすいです。

Q.移住後、子育ては どう変わりましたか？

A.以前住んでいた東京ではマンションやアパート住まいだったので、大きな音を立てないように気を遣って暮らしていました。でも、伊豆に移ってからは、広い庭で好き放題遊べて、音を気にする必要もなく、のびのび過ごせるようになりました。

Q.伊豆市で実現したいことはありますか？

A.移住後、地域の方々と交流するうちに伊豆市が大好きになり、次第に『田舎の子育てをもっと楽に！もっと楽しく！』をコンセプトにした親子カフェを開きたいと思うようになりました。今は、3月末オープンに向けて、地域のママさんを中心に、たくさんの方たちとワクワクしながら開店準備を進めています。（4ページに登場する「Family cafe わっか」が、十倉さんの経営するカフェ）

Q.移住を考えたきっかけは？

A.中高校時代を過ごした徳島のような自然豊かな土地で子どもを育てたいと考え、第一子妊娠中に移住を考えはじめました。2021年秋に伊豆市移住情報センター 9izu（くいず）のランチミーティングに参加し、伊豆市で暮らしたいと思うようになりました。

Q.移住前に準備したことはありますか？

A.移住後も仕事を続けられるように、在宅ワークが可能な仕事にシフトしました。フリーランスとしてWeb マーケティングの業務を請け負っています。夫も、勤め先に相談し、数年かけて半分リモートワークで働き続けられるように体制を整えました。首都圏へ通勤できる伊豆市だからこそ叶ったライフスタイルだと思っています。

Q.移住してよかったことは？

A.ご近所の若いママさんや、おじいちゃんおばあちゃんなど、幅広い世代の方と交流できるのがうれしいです。駿河湾のお魚や地元野菜などを食べられるので、食べ物への有り難みを感じやすい環境で子育てできています。子どもの食育にもよいと思います！



ママライター紹介

- ①伊豆市在住歴
- ②子どもについて
- ③参加したきっかけ、参加してみたの感想

①24年
②イヤイヤ期突入した1歳boy
③ママになったらやってみたくて、ドキドキしながら申し込みました。毎月の打ち合わせで、育児やお仕事をしながら様々な活動をしている皆さんとお話する時間が、日頃の息抜きであり楽しいひとときでした！

あやか

①10年
②野球選手に憧れる10歳boy、こびとづかんと餃子が大好き7歳boy
③familyizuの第1号目から参加させていただいていますが、伊豆市の中でも紹介したい場所がまだまだあります。そして素敵なママたちと楽しく活動させていただいています。ぜひ、一緒に伊豆市の子育て情報を発信してくれる仲間を募集中です！一緒に子育てを楽しみながら発信しましょう♪

けいこ

①5年
②ゴジラが大好きな4歳boy、いつもニコニコ1歳boy
③はじめは、familyizuでの出会いや活動が楽しくて参加していましたが、だんだんと、好きな街のお役に立てるって嬉しいなと思うようになりました。

まいまい

①25年
②10歳と8歳の仲良しboys
③このまちで子育てをしながら「楽しい」「嬉しい」と思っていたことを伝えたいと思い、参加しました。どのように発信しようかとみんなで考え、ワクワクしながら活動できました。こんな風に、伊豆市で子育てを楽しむパパ・ママの輪が広がっていったら嬉しいです。

Nao

①1年未満
②警察になりたい4歳boy、おてんば2歳girl
③移住する前familyizuに出会って、こんな冊子があるなんて伊豆市のママは元気だ~と思っていたので、私も参加してみたいと思いました。

あさみ

①4年
②サッカー少年8歳boy 戦いごっこ大好き4歳boy
③familyizuの活動とおして、様々な経験ができ、沢山の刺激を受けました。今後も「伊豆市での子育て」を楽しんでもらえるようなイベントの取材や情報発信を行ない、輪を広げていきたいです。

よしえ
子育て支援課担当者