



ロイヤルセラピスト協会認定  
ベビーマッサージ講師育成  
フォトグラファー育成  
栗山 弥生さん



ベビーマッサージ講師、子ども・家族写真撮影のママフォトグラファーとしても活躍中  
問合せ先： 咲~emi~ 090-1715-0336 / ブログ内申し込みフォームから

可能性は無限大!!

### 一回の人生、好きを仕事にして輝きたい!!

#### 仕事をはじめたキッカケは?

長男の育休中にベビーマッサージ講師の資格を取りました。次男を妊娠の機に、働き方を見直し、取った資格を生かしてお家で仕事を始めました。ママになっても自分の好きなことをして輝きたい!! そんな女性に向けて資格取得講座を開催し、今では働く時間も場所も収入も自分で決められる最高の働き方をしています。

#### 仕事と子育ての両立はどうしてる?

働く時間は自分で決められるので、子どもの送迎時間内でお仕事をしています。夕飯は、午前と午後の授業の合間に作れ

るので、子どもたちと遊ぶ時間もしっかりと取れます。子どもの行事、習い事などの予定に合わせてお仕事ができるのが嬉しいです。

#### 働く上で大事にしていることは?

雇われではない起業スタイルは、時間管理も全て自分次第です。つい楽しすぎてお仕事時間が長くなったりもします(笑)なので、子どもとの時間をしっかりと確保した上で、お仕事を入るようにはしています。商品ではなく「人」で選ばれるお仕事なので、常に自分を磨く努力もしています。

Instagram [emi.babylove](#) 栗山弥生 検索  
ブログ [三門市 ベビマ 咲](#) 検索



2020  
No.207

令和2年1月10日発行

# かるがも

## があさんからの子育て通信

発行 かるがも編集部 団体所在地 〒673-0403 三門市末広1-6-46 三門市社会福祉協議会 ボランティア活動プラザみき内 Tel 0794-83-0090 Fax 0794-82-6666

### information 知っ得情報 1

編集局員:のうとり

参加して  
きました

イベント

## 「HSP\*おはなし会」\*超敏感な気質

### 生まれ持った気質を理解し お互いに心地よい環境を考える

HSP(highly sensitive person)とは、生まれつきとても敏感な感覚・感受性を持った人たちのことをいいます。民族・人種を問わず、5人に1人いるそうです。病気でも障害でもない、その人が生まれ持った気質です。例えば、「すぐびっくりする」「服のラベルが過度に気になってしまう」「大きな音に敏感」...等。この気質を持つ人について、ご自身がHSPであることを自覚し、ブログなどでも発信している方を中心に、おはなし会が開催されました。

当日は、ご自身がHSP、またはお子さんがHSC(Highly Sensitive Child)だと自覚のある方、また「もしかして、



子育ての悩みや疑問を、子どもの「敏感さ」からアプローチした本



HSCの知識や対処方法がイラストでわかりやすく紹介されています

自分(または子ども)がそうかも?と思う方、そして三門市の子育て関連課から職員さんのご参加もあり、大変有意義な時間となりました。

今回は、自分や相手をHSP・HSCだとしっかり判定することよりも、この気質を理解すること、またその視点を持ったうえで、「どうしたら相手にも自分にも心地よい環境になるかを考えるのが大事」、ということをご一緒に共有しました。

このおはなし会は、継続して開催することになりました。関心のある方は、ぜひお気軽にご参加ください。

## イベント 「HSPおはなし会」

HSPの気質を持っている方で、それを上手に生かして社会で活躍される方もたくさんいらっしゃいます。HSPについて、まずは知ってみませんか。

1/29 水 10:00~11:30

●場所:三門市教育センター3階 セミナー室2(三門市福井1933-12)  
主催:まなびや・いちご塾  
問合せ先:manabiya.ichigojuku@gmail.com

参加無料

## ぶくちゃんクラブ まゆこさんの オススメえほん

### 1月のテーマ「ねずみの本」

2020年は子年ですので、テーマは「ねずみの本」の絵本をご紹介します。



ぐりとぐら

ねずみの絵本と言えば、まずはこれ。言わずと知れた1967年発行の絵本です。これだけでも十分古い作品のようですが、実はこのお話のもとになったのは1963年の「たまご」という作品で、「母の友」という福音館書店発行の月刊誌だったそう。時代を超えて愛される絵本の代表ですね。

なかがわりえこ/作  
おおむら ゆりこ/絵 (福音館書店)



ねずみくんのチョコッキ

もう一つ、この作品も1974年発行の古い絵本です。「おかあさんがあんでくれた赤いチョコッキ」を着たねずみくんのところへお友達の動物がやってきて「ちょっときせてよ」と次々にチョコッキを着ていきます。大事なチョコッキの結末は...?!シンプルな繰り返しのことばとやり取り、そしてユーモア。人気のシリーズは、全部で(たぶん)38冊。すごい!

なかえ よしを/作 上野 紀子/絵 (ポプラ社)



フレデリック

『スイミー』でお馴染み、レオ・レオニの作品です。副題が「ちょっとかわったのねずみのはなし」。冬に備えて周りのねずみたちがせっせとエサを蓄えようと働くなか、フレデリックだけは働いていない様子。「おひさまのひかり」、「いろ」や「ことば」を集めていると言います。人と違う考え方や物の見方、そして心の豊かさについて、みなさんはどのように感じられますか。

レオ・レオニ/作・絵  
谷川 俊太郎/訳 (好学社)



番ねずみのヤカちゃん

幼年童話から1冊。ドドさん夫婦の家に住む母さんねずみと4匹の子ネズミは、人に気づかれないよう静かに暮らしていました。ところが、未っ子ねずみの(やかまじの)ヤカちゃんの声がとても大きくて...。母さんねずみと子ねずみたちのやり取りの繰り返しがとても楽しく、幼い子どもたちにも理解し易いときどきハラハラの展開で、「もういっかい(よんで)」のリクエストが多い作品です。

リチャード・ウィルバー/作 大社 玲子/絵  
松岡 享子/訳 (福音館書店)

ご意見・ご連絡はこちらへ

情報掲載  
広告募集

子育て応援情報紙 かるがも通信は、奇数月10日発行(年6回)で、三門市全域の公民館や幼稚園・認定こども園等に配布しています(3,000部発行)。子育てサークル、地元のお店などのイベント情報、団体やお店紹介(取材に行きます!)広告等の掲載情報お待ちしております。詳細はかるがも編集部までお問い合わせください。

問合せ・連絡先: かるがも編集部 [karugamo.kosodate@gmail.com](mailto:karugamo.kosodate@gmail.com)

かるがも通信は、身近なお店や病院にも設置しています!!

- コープ協同学苑 ●コープ緑ヶ丘店 ●コープ志染店 ●イオン三木青山店 ●トニー緑ヶ丘店 ●トニー志染駅前店 ●イオン三木店 ●マックスパリュ恵比須店 ●マックスパリュ三木北店
- マックスパリュ別所店 ●ブックコスモ三木店 ●小児科神沢クリニック ●小島医院 ●里の家助産院 ●島田医院 ●宮崎小児科内科医院 ●藤本小児科内科産婦人科クリニック
- 成田青山診療所 ●浜本産婦人科医院 ●かわい子どもクリニック ●黒田東自由が丘診療所 ●北播磨総合医療センター ●三門市立図書館(順不同)

人形劇を  
見に行こう!

## イベント みき人形劇リレー

毎月 第4日曜日に人形劇グループが交代で公演する「みき人形劇リレー」。3月には人形劇まつりが開催されますよ。

●会場:三門市立中央図書館 視聴覚室  
●時間:11:00~11:30 ●申込:不要(入場無料)

主催:みき人形劇の会 後援:三門市教育委員会 三門市 ボランティア活動プラザみき  
問合せ先:ボランティア活動プラザみき Tel 0794-83-0090

1/26 日  
えんげKIDS

まゆと  
ブカブカブー

2/23 日  
ばくばく

さるかにがっせん

