

しらおが男女共生広報紙

# ハーブテイ

2006.3

Vol.15

ひと ひと  
～女と男をかんがえる～





# キーワードはバランス

## 充実した生活を工夫してみませんか。

充実した毎日をおくっていますか。仕事、趣味、家庭、子育て、地域活動など、人それぞれの生活スタイルに適したバランスがあると考えようになりました。

そこで、今回は生活スタイルの違う3人の女性にお話を聞いてみました。

### ボランティア活動 今は3つのボランティアをしています



いがらし たいこ  
五十嵐 泰子さん  
(篠津在住)

#### 白岡町母子愛育会

子育て支援、家庭訪問・声かけ活動。

#### リハビリ協会すこやか

町の事業のリハビリに参加しているかたのお手伝い。

#### 虹の会

ご高齢で一人暮らしのかたの交流会(会食会)のお手伝い。高齢者疑似体験のお手伝い。

最初白岡に引っ越してきたとき、地区の班長さんから勧められて愛育会に入りました。

子どもをおんぶしていたころで、同世代のかたはあまりいませんでしたが、学ぶことはたくさんありました。

子どもが幼稚園、小学校に入ると、PTA役員をするようになりました。そこで知り合った先生が、講習会など勉強する機会を与えてくれたので、自分を大きく変えたのだと思います。

リハビリ協会すこやかは結成のとき、応募者が少なく、愛育会に声がかかってきて引き受けることになりました。

50代のとき、介護保険ができるにあたって、社会福祉協議会でホームヘルパー養成研修講座があり、3級と2級の資格を取得しました。

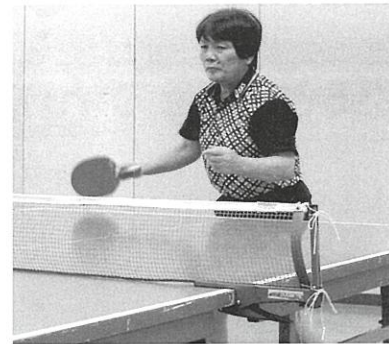
そのときの仲間と平成12年に虹の会を結成しました。当時はヘルパーの仕事をしながらの活動でしたが、去年やめて今はボランティアだけです。

### 応援するからがんばれ

平成13年、愛育会の会長をお引き受けするときは、ものすごく悩みました。

決心したのは「応援するからがんばれ」と夫が言ってくれたことです。

夫が理解して協力してくれたから、今の自分があるのだと思います。だから、土・日はなるべく家にいて家族との時間は大事にしていきたいです。



### 趣味は卓球

卓球のサークルに入っています。火曜と木曜が活動日で、時間があるときは1日中やっています。

ストレス解消にはとてもいいです。それと夫が計画してくれる旅行も、とても楽しみです。

### 家庭が一番

私の生活では家庭が一番です。家庭があるからすべてがうまくいき、今の自分があるのだと感じています。

繰り返しおっしゃっていた、家庭が一番！私も同感です。家族みんなの笑顔があるからがんばることができる。この気持ちを忘れずに毎日を過ごしていきたいですね。



にしざわ まゆみ  
西澤 真由美さん  
(新白岡在住)  
8歳6歳4歳1歳児の母

### 授かり物は3男1世

結婚してなかなか子どもに恵まれず、夫婦だけの生活かと思っていました。7年目に待望の赤ちゃん誕生。「自分は子どもが産めるんだ！」と感動しました。

夫婦だけの生活とは180度変わり、職場復帰1ヶ月前に2人目も授かりました。

やり残した仕事もあったような気もしましたが退職。今は小学校2年生、幼稚園年長、幼稚園年少、1才6ヶ月の4人の子どもたちの母親です。

### あっという間の1日

朝5時半から始まる生活。学校のスケジュール、幼稚園の行事、習い事の送迎も大事な私の仕事です。

しつけや教育には厳しくしています。いっしょにサッカーしたり、公園で遊んだりして、子育てはとても楽しく、そして忙しくあっという間の1日。可愛い寝顔に元気をいっぱいもらっています。

### バランスのとれた生活

自分も子どもたちもストレスをためないように、仲良く健康で過ごしたい。

それぞれ子どもたちへ100%平等の愛を与え、会話などを通して成長を確認しながら、バランスのとれた生活をしていきたいと思っています。

### これからの夢

一番下の子が幼稚園に入園して落ち着くまでに、英会話やパソコンの勉強をして資格や趣味を生かせる仕事をしたい。

今はこれからの夢を目指して、心身ともに自分磨きのときと思います。

### リラクゼーション

よく食べることで身体の中から栄養補給することとショッピング。子どもたちが寝た後にやっと自由時間が出来ます。その日の家事のやり残しやミシンで洋服や小物作り、ビーズでアクセサリを作ります。

気がつくときと疲れて夜中2時ごろ寝てしまうこともあります。

ガーデニングが大好きで植物が生きている感覚を子どもたちといっしょに楽しみます。

子どもたちの寝顔にそっと「おやすみなさい！」と語りかける優しい母親と挑戦を続ける力強い行動力に圧倒されました。



### 美味しそら!

雑誌の中のシフォンケーキに惹きつけられ、お店を始めて6年。店内ははぎれのよい明るい声と、笑顔でいっぱい。早朝5時から厨房に立ち、ケーキ作りに精を出す多忙な毎日。



きかき まりこ  
坂木 真理子さん  
お菓子店店長  
(千駄野在住)

食べることに料理が大好きで、中学生のころから食べ物の関係の仕事に就きたいと考えていた。

短大で栄養師の資格取得後、食品関係の会社に入ったが、やはり作る仕事をしたいと、調理師免許を新たに取得し、料理学校の助手をつとめる。

その後、母のお友達にお茶うけのお菓子を作って出すと好評で、近所でも評判になり、シフォンケーキの店を出すことになる。

シフォンケーキは、保存料・着色料などいっさい使わず、アレルギーを持ったお客様の相談にも応じる。クリスマスケーキとバースデーケーキは、さまざまな種類の生地とクリームとの組み合わせ、さらにトッピングする材料の要望にも丁寧に応じてくれる。

### 趣味は生活

家のこまごましたことも好きで、カーテンやちょっとした雑貨をよく作る。

いろいろと飾り立てるのではなく、生活をよりよくしようと常に考えるのが好き。

思い立ったら、すぐ、材料を買いに走る。「趣味は生活！」と楽しそうに答えてくれた。

夫の休日は、お弁当を持ってドライブし、公園でのんびり過ごす。

### これからのこと

日々、新しいお菓子を作り出すことを考えている。また、新しく白岡に引っ越してきた人や、若い人たちが入りやすいような店の雰囲気作りにもこだわっている。

息子の1歳のバースデーケーキを予約、小豆シフォンにチョコ生ケーキに旬のフルーツをトッピング、ちょっと冒険でしたが、なかなかの美味、子どもたちもベロリと食べました。



健康な体にはバランスのとれた食事が必要なのと同じように、生活の中のバランスが人生を豊かにしています。

今しかできないこと、今できることを楽しみながらあなたにとってバランスのとれた充実した生活を工夫してみませんか。



# 白岡のおともだち、大集合

## ころころクラブにおじゃましました

～0歳児とお母さんのふれあいあそびの場～



～はびすしらおか～

NOV. 15' 05 Photo.by



### 編集後記



鈴木 多美子

今回の取材を終えて私のバランスは？という反省することばかりですが、この2年間取材で出会ったかたや編集委員の仲間から、たくさんのお話を学ばせていただきましたことに感謝し、私自身の向上に役立てていきたいと思っています。

石井 久美子

取材などで白岡町の素晴らしいかたがたにお会いでき、感銘を受けました。また編集を通して、自分らしい自分に合った生き方を自分で選ぶたいせつさを感じています。

落合 利次

ただただ驚くばかりです。子どもを育てるお母さんたちの底知れぬエネルギー。自分の子育ては・・・どうだったのかなあー？と思わずにいられません。

佐藤 君代

初めての体験を通し、よい人たちとの出会いに多くの感動を受けました。また白岡町の行政が男女共同参画に理解のある事も知ることができました。



表紙の絵：油井 久美子さん  
(町内在住)  
「春がきた！」



### おはなしのろうそく

代表 飯野 恵美子

昔話とってイメージするのは囲炉裏端で夜、お年寄りが仕事を終えた大人や子どもたちに冒険話・動物話・笑い話等を語って聞かせるというものではないでしょうか。私たち「おはなしのろうそく」もそんなゆったりした、楽しい時間を子どもたちと分かち合えたらと思って活動しています。お話を生の声で耳から聴いて想像を膨らませる。絵本の読み聞かせを通して上質な物語に触れ、豊かな心を持つ子どもに育ってほしいと願っています。子どもたちの心に楽しかったという貯金をたくさん作って、生涯にわたって本を楽しめる手助けができればと思います。そして私たちも子どもたちからたくさんエネルギー、笑顔ももらっています。毎月1回小学校、図書館でお話を開いています。興味のあるかたの参加をお待ちしています。 問合せ先 飯野 TEL 92-0296

発行  
編集

白岡町広聴広報課

TEL 0480(92)1111 内線 354

FAX 0480(92)9096

E-mail kouhou@town.shiraoka.saitama.jp

しらおか男女共生広報紙編集委員会  
ご意見、ご感想をお待ちしています。

地球環境保護のため再生紙を使用しています。