

# 東郷堂 Mama's 新聞

## TOGODO MAMA'S NEWS!

東郷堂エリア在住のママ達が記事を書いています

### 第11号

2020年9月発行

暮らしの中に新聞を  
**東郷堂**  
発行責任者：取締役常務 鈴木 永

お問い合わせ先 有限会社 東郷堂

住所：上田市材木町 2-12-6

☎：0120-24-7205 FAX：0268-25-3666

mail：mama@togodo.co.jp

### contents

- 育児の居場所「小さな活動編」
- 大人がつながる学びの場
- 特集 学校に行けない！ 行きたくない！
- 東郷堂からのお知らせ
- 日本酒興味ナシ子を振り向かせる最初の1本  
～日本酒入門編～

**○コンセプト**  
親と子がいっしょに遊ぶように、自然にアートに触れる場をつくりたいという思いではじめました。「お茶をするような感覚で、つくる時間を楽しんでもらいたい」というコンセプトから「本原カフェ」と名づけました。

### 「本原カフェ」真田町 アートで暮らしにちょっと彩りを♪



雨海 武さん・純子さん  
ご予約・お問合せ  
090-5548-1078



公的な育児サービスとは少し違う、独自の特色を活かして楽しく「小さな活動」をされている方々を、マmareポーターFが取材してきました♪

★各団体の場所・スケジュールなどの詳細や活動記録は、FBで公開しています。

### 育児の居場所 「小さな活動編」



- ☺ 育児の悩みを共有したい。
- ☺ 堅苦しくなく、気軽におしゃべりできる場所がほしい。
- ☺ 子どもと1対1の時間がほしい。
- ☺ 子どもはもちろん、自分も楽しくいられる場がほしい。

そんなふう思ったことありませんか？

**○コンセプト**  
「石や葉っぱがいろいろ個性を持っているように、すべてがその子らしさの原石である」というコンセプトから、「石ころの会」

### 「石ころの会」東塩田 自然・暮らし・子育てをみんなで いっしょに楽しむ会♪



代表・せきかすみさん

お問合せ  
kasumikeke712@gmail.com



**○取材してみても**  
アートという敷居が高いイメージがありますが、本原カフェの取り組みは、とにかく気軽なことが魅力だと思いました。

自分だけではなかなかゆっくりやらせてあげられない絵の具や工作も、ここではゆったりと楽しむことができました。



この日はフィンガーペイントの日。  
絵の具を手でべたべた。気持ちよさそう～！  
子ども 1500円 親子 1500～2000円  
大人 1500～2000円 真田ママ 1000円  
(お子様が増える場合追加料金あり)★要予約

**○現在の活動**  
「子どもの時間」「親子の時間」「大人の時間」「真田ママ」など対象を分け、さまざまな取り組みをしています。アートに限らず、持ち寄りランチ会をしたり、畑でじゃがいもを収穫したりと、あらゆる方が楽しめる内容を考えています。

### こどもとおとなの居間「だらっと」塩尻

なにもしなくてもいいし、  
なにかしてもいいようなところ。



代表 ふうさん(左)  
サバ子さん(右)

お問合せ  
daratto.ueda@gmail.com



**○取材してみても**  
数年活動を続けているということもあり、いつ誰がきても垣根がなく、ゆるやかで温かい雰囲気がある場所だと思っています。子どもだけでなく、大人も楽しいということも魅力のひとつです。



節分の行事食。  
なが〜い芋をすってとろろ汁作り。  
平日だいたい週1回  
参加費 300円～内容に応じて実費程度  
★要予約 スケジュールはFBから!

**○現在の活動**  
衣食住などの暮らしの延長にある、たとえば「衣」ならターバン作りや草木染め、「食」なら季節の行事食作りや野菜の収穫、「住」ならリノベーションのお手伝い、そのほかにも野外で自然遊びや工作など、どれも気軽に楽しみながらできることばかりです。

という名前にしました。参加してくれる方の得意を生かしたり、「こんなことやってみよう」という思いを形にしながらか、気軽に自然や育児を楽しむ活動をしています。

**最後に：**  
新型コロナウイルスの影響もあるなか、消毒や換気などの対策をしながら、少しでも育児を取り巻く環境を楽におもしろくする取り組みをしていることが印象的でした。  
大人と子どもの笑顔が集う小さな活動、ぜひご参加ください♪

**○取材してみても**  
「何もしたくない、でも誰かがいるところに行きたい」と思うときに「だらっと」に行くと、心が開放されるような気持ちになります。どこに行っても何かしなきゃと思ってしまうがちな現代社会のなかで、ここはまさに心の充電場所だと思いました。



日当たりのよい縁側で、思い思いに本を読んだり、おしゃべりしたり。  
平日週1回・参加費は1家族500円  
月に1回ソーシャルワーカーによる育児相談会もあります。  
★予約不要 スケジュールはFBから!

**○コンセプト**  
家でも学校でもない場所でホッと一息つける。誰かになにかを指示されるのではなく、子どもも大人も同じ立場で、好きなように「だらっと」していられる場所を作りたいという思いではじめました。

**○現在の活動**  
特別なプログラムは何もなく入りも自由です。置いてあるおもちゃ、持参のゲームで遊んでいてもいいです。集まった子ども同士がいっしょに遊びはじめることもありませんが、それを見守るのもその場の大人同士ができる範囲で。



## 大人がつながる 学びの場



### Q1 発足のきっかけを 教えてください

2007年1月、上田市で教育を考える会議に参加したことから始まります。集まった人たちから「私達自身も学ばなければ」「一般市民にも現状を知ってもらいたい、いっしょに考えていきたい」などの思いが語られ、その年の11月25日に「育てよう輝く子ども、輝く学校、輝く地域」と題したシンポジウムを企画しました。参加者は230名で、教育現場の実態や学校・地域での体験をもとに意見交換がなされました。その後、2008年2月に立ち上げたのが当会です。

### Q2 現在どのような 活動をしているんですか？

現在にいたるまで、多数の懇談会や学習会を続けてきましたが、毎年開催される「上小教育研究会」では「気になること何でも聞

こう！話そう！」の分科会を要望され、毎年続けてきています。話しやすい雰囲気も定評です。地域に開かれた話し合いを目指し、おかげさまで参加者は年々増えています。

### Q3 現在課題に なっていること

いろいろあるなかでも、学校給食のことは保護者の関心事です。市の「学校給食運営方針」に対して「自校給食をセンターに統合せず、現在行われている自校式の給食を存続させてほしい」という強い要望もあることから、関係者の話や市民の要望などを聞き、どうあるべきかについて話し合いを重ねています。

### Q4 課題の経過と 現状を教えてください

2011年6月上田市学校給食運営審議会は「次世代を担う子どもたちを育む学校給食」を理念として、「単独調理方式（自校給食）が望ましい」との答申を出しました。ところが教育委員会からは学校給食基本方針は作成されず、2012年に発表された第二次上田市財政改革大綱「アクションプログラム」では給食調理業務委託等民間委託化が出されました。

申の180度の転換で、これにより旧上田市内の自校給食室はすべてなくなることになりました。

また教育委員会は「センターでのアレルギー対応」を目玉にしましたが、1万食を作っている松本市、長野市に視察に行かれた方の話によると、手厚くとはいかないのが現状のようです。

教育委員会の「運営方針」に、各団体の皆さんとともに「大規模センター反対・2011年答申尊重」の署名を提出しました。

2018年の市長選では、「大規模センターの反対、現在稼働している川辺小と東塩田小はモデル校として継続」を公約にした現市長が当選。市長の指示により、教育委員会は方針の再検討を行うこととなり変更点が示されました。

「老朽化著しい第二センターの建て替え、その後、第一センターの建て替えをする。ただし川辺小・東塩田小の自校給食は、当初方針どおり廃止」というものでした。

自校給食施設は、災害時に温かい食事を身近で提供できる施設としても重要であり、地域からも求められています。

今後も、自校給食の存続について考えていこうと思っています。

### Q5 これからの目標や 大切にしていきたいことは？

先生たちと市民一人ひとりがつながり、学び合い信頼関係を深めることが、子どもたちの健やかな成長につながると確信を持っています。悩みや疑問をみんなを持ちより、話し合っていきたいです。

### 勉強会に参加した ママレポーターHの感想

私が驚いたのは、小学生も参加していたことでした。

リアルな子どもたちの声を大人が吸い上げる姿勢を見せられただけでも、この会の存在意義を強く感じました。

また、いろんな立場の人が積極的に声を上げられる雰囲気づくりに感心し、感謝しました。

一般の人たちの声をもっと聞ければ、何かできるんじゃないかとワクワクしました。

### 取材を終えての感想

私は子育てが一段落しましたが、悩みながらここまでできました。子育てを含め、教育は親としての課題であり、難しいことでもありません。子育てに奮闘中のママたちには、いろいろな場を知ってもらおうことはお互い励みになり、子どもたちを健やかに育むためにも、つながり考えていくことは大切だと思います。

お問い合わせ

0268(24)9613(渡辺)

## 「上田市の教育を 考える会」ってなに？

### Q1. なにをしている会なの？

上田市の子どもたちの健やかな成長を願い、私たち一人ひとりが上田市の教育について学び考え話し合う会です。

### Q2. どんな活動をしているの？

学習会や講演会などを企画・開催しています。

### Q3. どんな方たちが運営、 参加していますか？

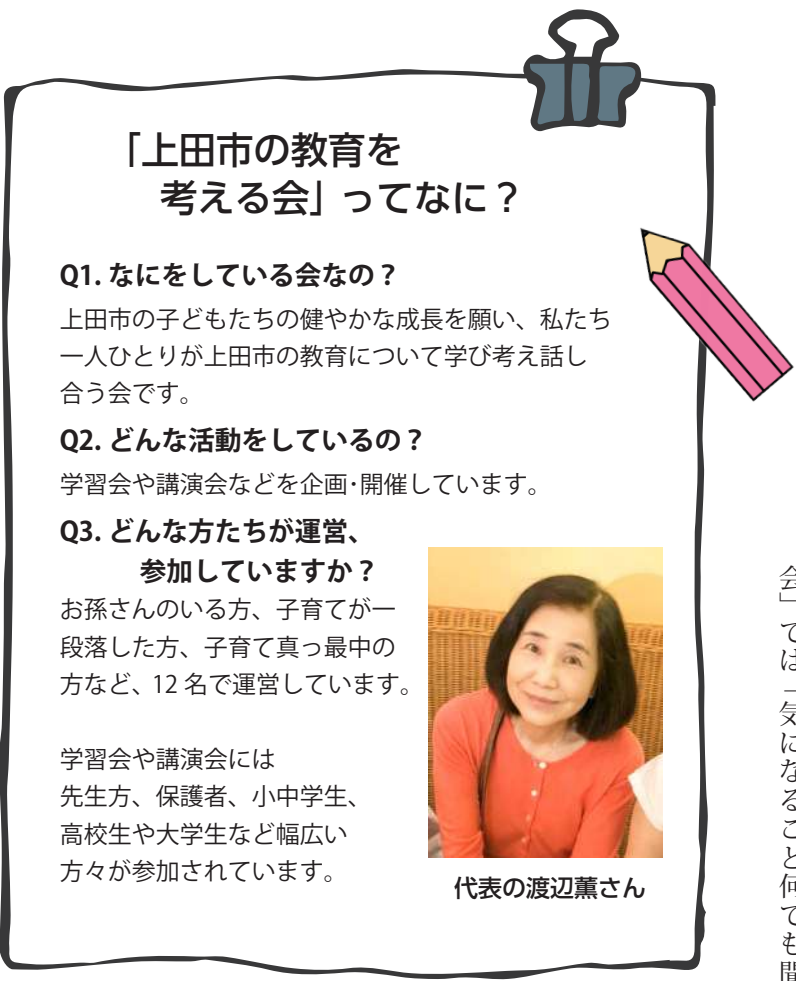
お孫さんのいる方、子育てが一段落した方、子育て真っ最中の方など、12名で運営しています。

学習会や講演会には先生方、保護者、小中学生、高校生や大学生など幅広い方々が参加されています。



代表の渡辺薫さん

ママレポーター初のYが向かったのは「上田市の教育を考える会」。実は私、この会の新人です。今回は読者目線で取材に行ってきました！子育て真っ只中のママレポーター二人とともに、代表の渡辺薫さんにお話をうかがいました。立ち上げ当初からのメンバー中村真奈美さんにも同席いただきましたが、連れていった子どもたちも賑やかで、和やかな雰囲気なのか取材がはじまりました。





特集

学校に行けない！  
行きたくない！



暑さもだいぶ和らいできましたね。夏休みも終わり、子どもたちも二期期の生活に慣れてきたところかな？と感じます。

実は、わたしママレポーターHの娘、学校に行かないまま一年ほど経っています。

前号のママズ新聞「ある日子どもが学校に行かなくなった」を取材させていただき、学校に行けなかった子どもたちや、それに関わったお母さんたちは、当時どんな思いで過ごしていたのかな？と疑問が湧いてきました。

そこで今回、不登校と向き合い、さまざまな経験をされた方々のお話を聞いてきました!!



## お母さんAの体験記

### Q1 きっかけは？

息子が高校生のときでした。理由は不明。離婚と重なったので、頑張りすぎていたかもしれません。高校まで10km以上もあり、自転車での通学も大変だったのかも？

### Q2 何をして過ごしていた？

とにかくゲーム。

自転車で、別居中の私の家まで通っていました。強く注意すると、警察を呼ばなければならないほどの家庭内暴力になってしまったこともありました。

### Q3 現在は？

もう一度学び直したいと学校に通っていましたが、今年卒業しました！

その学校には、個性の強い人や気持ちが荒れている人と向き合うプロがいました。子どもの言いなりになれば収まると思ってそのように自分を変えましたが、「親なんかいくら変わっても、本人の意識を変えなきゃ変わらないんだ」と言われて目が覚めました。

### 感想

不登校になると親に問題があると思いがちだけど、そんなことないんだなあと感じました。親が背負い込みすぎないようにしたいと思いました。



## お母さんBの体験記

### Q1 きっかけは？

小3で担任が変わったこと。少し体罰のような、子どもたちにプレッシャーをかける大人だったようです。当時の娘は隠していましたが、食べられない給食を食べると無理強いして閉じ込められたことなど、大人になってから話してくれました。

### Q2 何をして過ごしていた？

私と公民館の教室に通ったり、祖父と畑仕事をしたり、幼稚園に遊びに行ったり、お友だちにクッキーを焼いたり、堂々と過ごしていました。

### Q3 現在は？

もう社会人で仕事をしています。でも、当時の担任とのことはまだ忘れられない傷になっていると思います。PTSDのような症状が出たことを話してくれたことがありました。もし、不登校で悩んでいる人がいるなら、命を守る選択をしてほしい。

### 感想

子どもが虐待を受けると、人生が180度変わってしまう。それでも無理やり学校に行かせていたらと思うとぞっとします。「とにかく命を守ること!!」お母さんの言葉が胸に刺さりました。



## 現在中学生の親子の体験記

### Q1 きっかけは？

小学校中学年のころ、クラスでいじめられている子がいて、黙っていられず声をかけたら、今度は自分がいじめられるようになり、だんだん行かなくなってしまいました。

### Q2 何をして過ごしていた？

最初はインターネットで不登校の掲示板で会話をしたり、YouTubeをみたり、ゲームをしたりしていました。担任の先生へ報告や相談をしながら、中間教室へ通いだし、社協ボランティアで老人ホームなどへも行くようになりました。

### Q3 現在は？

学校のイベントなどがあると、不登校時を思い出しフラッシュバックすることもあります。楽しく学校に通っています。

### 感想

「一人で抱え込まず、とにかく周りに相談を」と、お母さんが言っていたのが印象的でした。取材中「とことん家族で向き合い、お互いを信頼し尊重している」と親子で話してくれました。それは不登校だけではなく、多くの家族に大事なことだと深く感じました。

今回お話しをうかがい共通することは、①学校とのやりとりは味方になってくれる人(支援者・経験者)とつながりながら。②わが子の行きたくない気持ちや選択をなるべく尊重する。(一番に子どもの命を守る!!)③勉強は後から取り戻せる。気力を戻すための休養を第一に。④長い目で見たら決してマイナスじゃない。そして世界は広い!!ということでした! 長野県でも子どもの自殺はあとを絶ちません!! 子どもたちが我慢していることは少なくないと思

います。学ぶことは大切です。たとえ休んでしまったとしても、それは、安心安全に学べるための土台づくりと考えていきたいですね。



## 東郷堂からのお知らせ

### ● ママゼミ中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受け、参加者および関係者の健康・安全を第一に考慮した結果、多数の参加者が集うイベントの開催を中止することにいたしました。毎年楽しみにしてください。みなさまには申し訳ありませんが、ご了承いただけますようお願い申し上げます。新型コロナウイルスの一日も早い収束をお祈りしています。

### ● ママズ新聞アンケート

日ごろからママズ新聞をお読みいただき、ありがとうございます。11号より、アンケートフォームからお答えいただけるようになりました! ぜひ、みなさまの声を聞かせください。

2021年のママレポーターを募集しています! ママズ新聞をいっしょに作りませんか! [mama@togodo.co.jp](mailto:mama@togodo.co.jp)

アンケートはこちらから↓





鎌原

和田龍酒造 オススメの1本



和田龍登水 美山錦・生酒

(あだりゅうとうすい みやまにしき・なまぎけ)



- ★こんなお酒です！  
ジューシーな香りと味わい。  
柔らかくて透明感があり、キレがある。  
(透明なお猪口やワイングラスでどうぞ)
- ★このお酒には、このおつまみ！  
味の濃い料理、とんかつ、洋食、  
エスニックなどジャンルを問わずOK！

※ 蔵直売所

社長：和田 澄夫 さん  
上田市中央西1-14-14  
☎ 22-1903  
営業時間 9:00 ~ 17:00  
日祝日定休



上田の酒蔵は仲がよく、よい仲間でききりイバル。みんなで手を組んで日本酒を盛り上げていきたいです！

柳町

岡崎酒造 オススメの1本



信州亀齢 ひとつごち純米吟醸

(しんしゅうがれいひとつごちじゅんまいぎんじょう)



- ★こんなお酒です！  
香りが華やかで少し甘味がある
- ★このお酒には、このおつまみ！  
野沢菜（野沢菜漬けを細かく刻んで板酒粕を細かくちぎって、砂糖とみりんを入れて炒める）

※ 蔵直売所

杜氏：岡崎 美都里 さん  
上田市中央 4-7-33  
☎ 22-0199  
営業時間 10:00 ~ 16:00  
ほぼ年中無休



今回ご紹介したお酒は稲倉の棚田米を使っています。このお酒が愛され、棚田の維持につながればうれしいです！

塩田平

若林醸造 オススメの1本



つきよしの 美山錦純米吟醸生原酒

(つきよしの みやまにしき じゅんまいぎんじょうなまげんじゅ)



- ★こんなお酒です！  
フルーティーで甘め
- ★このお酒には、このおつまみ！  
シンプルな料理、きゅうりと味噌マヨ、  
冷やしトマトと塩、酢の物

※ 蔵直売所

杜氏：若林 真実 さん  
上田市中野 466 ☎ 38-2526  
営業時間 9:00 ~ 16:00  
※土曜の営業は HP 要確認  
日祝日定休



地元の果物を使った 100% ストレートジュースや、ラブレ菌（植物性乳酸菌）発酵甘酒などのノンアルコール類もあります！日本酒が苦手な方にも親しんでもらいたいです♪

塩尻

沓掛酒造 オススメの1本



福無量 純米吟醸ひとつごち

(ふくむりょうじゅんまいぎんじょうひとつごち)



- ★こんなお酒です！  
香りが華やかで甘め
- ★このお酒には、このおつまみ！  
あっさりした料理、きのこおろし  
魚の塩焼きなどの和食

※ 直売所郷の蔵・オンラインショップ

専務：沓掛 正敏 さん(左)  
杜氏：沓掛 浩之 さん(右)  
上田山下塩尻 35 ☎ 21-9232  
営業時間 火~土 10:00 ~ 17:00  
日祝 10:00 ~ 16:00 月曜定休

最近ではインターネットを通して県内外のお客さまと直接やりとりする機会が増えており、どうしたらお客さまに喜んでいただけるか、今まで以上に真剣に考えています！

※お酒の価格はすべて税込です

上田4蔵のお酒を取り扱っている酒屋さん♪  
・地酒屋宮島…上田市真田町長 5913-1  
TEL. 72-4039  
・酒の原商店…下記参照  
(リモート飲み会でお世話になりました！)

日本酒は健康維持には欠かせない必須アミノ酸がすべて含まれていて、アルコール類のなかでは最も豊富！  
適度な飲み方で美容や健康にも期待が！！



番外編

日本酒ビギナーさんにオススメの小瓶♪

飲みやすさも量も値段も試しやすい 300ml

- ・福無量吟醸生貯蔵酒(沓掛酒造) ¥565
- ・つきよしの純米酒(若林醸造) ¥586
- ・和田龍純米生酒(和田龍酒造) ¥550



4酒蔵共通してオススメいただいた純米吟醸酒は、敬遠されがちな一昔前の日本酒のイメージ(重くて酒臭い等)とお違い、香りが華やかで口当たりもよく、初心者にも挑戦しやすいです♪

リモート飲み会で味わった！

7月某日の夜、4つの酒蔵のオススメ銘柄を味わうリモート飲み会を開催。日本酒経験はばらばらの記者M、T、H、S、I、編集Kに加え、アドバイザーとして「酒の原商店」女将・原有紀さんにご参加いただきました。有紀さんは「酒師」や発酵プロフェッショナルなどの資格を持つプロ。4つの銘柄・蔵元を日本酒愛たっぷり語り、参加者の質問にも豊富な知識と体験を交えて答えてくれました。

初心者におすすめの飲み方は「無濾過・生原酒」を冷やで、「お酒をひと口飲んだら水をふた口飲む」とのこと。無濾過・生原酒はお酒本来の味と旨さが好印象につながりやすいのだとか。また日本酒はアルコール度数が高いので、



↑今回は Google meet でつなぎました



←記者 T のおつまみ。野菜の乳酸発酵漬け、高菜と酒かすの炒り煮、豚肉の味噌漬け焼き、素干しホタルイカ、梅干しおにぎり。日本酒の万能さを堪能しました～！

お水で中和することで悪酔いを避けられます。さらに、各地の杜氏、ラベルから読みとく味の傾向、酒米や水など、話は尽きません。

参加者の感想です。「日本酒イコール酔いつぶれると思っていたけれど、有紀さんの話を聞いて日本ならではのステキなお酒だと気づいた」「こんなに奥が深いとは思わなかった」「ずっと地元だけ、地元の酒蔵のことを知らなかった」「おつまみに合わせるとお酒の味わいが変わり、おいしさが増すのに驚いた」「妻が楽しんでいる様子を見ていた夫から『毎週やればいいじゃない』いただきました！」。

想像以上に楽しく、あっという間の1時間半でした！

信州イゲタ味噌醸造蔵元

酒の原商店

上田市上塩尻 260

☎ 22-1941

営業時間 9:00 ~ 19:00  
水曜休み

