

SANKAKU

5月

～お互いを尊重し、個性や能力を発揮できるまち～

発行元：市民協働推進課

(女性活躍・多様性共生推進係担当)

Topic
01

「自分時間」で、自分をアップデート

「一時預かり事業」を活用して、夢を叶えるまで。



▶大阪から舞鶴へ。

生活の変化と「自分自身」への挑戦

今回お話を伺ったのは、舞鶴に移住して5年になる中元夏希(なかもと なつき)さん。4歳と2歳の女の子を育てる、とても明るくて気さくなママです。大阪出身の中元さんは、ご結婚後、ご主人の転勤を機に舞鶴へ。「最初は都会とのギャップに驚くことも多く、必死に車の運転を練習して克服したのも今では良い思い出です(笑)」と、慣れない土地での奮闘も明るく笑い話に。元々地元でインストラクターをしていた中元さんですが、育休中に「今こそずっと深めたかったピラティスの資格を取り、自分をアップデートしたい!」と一念発起。フレアスの「一時預かり」を活用した、資格取得への挑戦が始まりました。

▶託児ルームは「ママと娘、それぞれの頑張り場所」

一時預かりでは、個室での座学や鏡のある部屋での実技練習に励んだ中元さん。「90分という時間は、集中するのに絶妙でした」と語る一方で、嬉しい変化はお子さんたちにも現れました。最初は離れるときに泣いてしまうこともありました。次第に「ママは今からお勉強なんだ」とお子さんたちも理解し、応援してくれるようになったそうです。今では託児ルームでスタッフさんと楽しく遊びながら待っていただけるようになり、お迎えの時はお互い笑顔に。「夜は寝落ちしてしまうので、早朝に起きて勉強しました。土日は主人の協力もあり、家族みんなが支えてくれたのが力になりました」



楽しく待っているよ

▶「自分を大切にすること」が、優しいママでいられる秘訣。

同じように「何かを始めたい」と願うママたちへ、中元さんは温かいエールを送ってくれました。「預けることに罪悪感を持つママは多いですね。でも、自分を犠牲にしすぎて心に余裕がなくなると、お子さんに優しくできなくなってしまいます。だからこそ、ママ自身も自分のやりたいことを大切にしてほしいんです。サービスを頼ってママが笑顔になれば、その分お子さんに優しくなれるし、全力でサポートもしてあげられます。離れる時間に寂しくて泣いてしまっても、その分、一緒にいる時間をより愛おしく感じられるはずですよ」そう語る中元さんの笑顔に、心がふんわり温かくなりました。



仲良く姉妹で♪

▶やりたいことは無限大! 舞鶴ライフを「わたし」らしく。

見事、試験に合格された中元さん。「ゆくゆくは、舞鶴のママたちが定期的にお子さんを預けて、自分の心と体に100%集中できるようなピラティスの時間を作れたらいいな」と、素敵な夢を話してくださいました。

「舞鶴は子育てがしやすく、大好きな場所なんです」と中元さん。自分をアップデートし続けるその姿は、一人の女性として、そしてママとして、とてもキラキラと輝いていました。

フレアス舞鶴は、中元さんの挑戦をこれからも応援します!





舞鶴に引っ越してきたばかりのママも、舞鶴で過ごしてきた地元ママも、みんな集まれ！

「おすすめの公園は？」「近くに良い病院はあるかな？」そんな日々のちょっとした疑問や情報を、お茶を飲みながらゆったりシェアしませんか？

「てんつまCAFE」は転勤族のママはもちろん、「地元の情報を教えてあげたい！」「新しいお友達を作りたい！」という舞鶴出身のママのご参加も大歓迎です。

慣れない土地での「あるある」を共感したり、地元ならではの穴場スポットを教わったり。みんなで一緒に、舞鶴での毎日をもっと楽しく、もっと心地よくしていきましょう。

スタッフも温かく皆さまをお迎えします。お一人でも、お子様連れでも大丈夫。新しい出会いを探しに、ぜひ気軽に遊びに来てくださいね！

開催日 **5.14** 木

場所 フレアス舞鶴 多目的ルーム

時間 10:00～12:00 (時間内は自由に入退室できます。)

対象 転勤、結婚、移住で舞鶴に転入した方、または転勤や移住を予定している方。舞鶴出身で交流や、お友達を作りたい方も大歓迎です。

申込 0773-65-0055まで、お電話ください。
当日参加もOK。



今年度のスケジュール

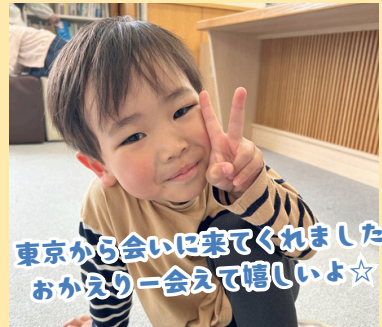
先月号でご案内いたしました「てんつまCAFE」の開催日程が変更になりました。予定を立ててくださっていた皆さま、ごめんなさい！新しい日程は以下の通りです。ぜひカレンダーにチェックを入れて、遊びに来てくださいね。



4月のフォト



東京へ引っ越しされた兄妹がフレアスに遊びに来てくれました！いつもフレアスと一緒に遊んでいた舞鶴のお友達と、久しぶりの再開！会っていなかった時間を忘れるほどすぐに仲良く遊ぶ姿や、よちよち歩けるようになった妹ちゃんの成長にビックリ&感動！お友達には弟くんも誕生していて、嬉しい再会に癒やされました♡♡♡



東京から会いに来てくれました
おかえりー会えて嬉しいよ☆



よちよち歩けるようになって
とってもかわいい♡



久しぶりの再会☆
2人とも大きくなったね！



はじめまして♡♡♡
ほく、弟ですよろしくね！！

▲男女共同参画センター▼

フレアス舞鶴 ☎ (0773) 65-0055

舞鶴市字余部下1167番地 (中総合会館5階) (平日 9:00～16:00)



Instagram