

みんなの居場所

今回は焼津市内にある3つの「居場所」取材してきました。どんな「居場所」があるのでしょうか。それぞれの活動内容や利用者の声、代表者の想いを伺いました。

女性のほっとできるスペース みもぞ



代表者
増田かおりさん、増田則子さん

みもぞには様々な女性の悩みを聴く支援をしてきた経験者やボランティアのスタッフがいて、女性や子どもが安心して過ごせる居場所づくりをしています。みもぞの日には会場の“まる”を女性専用に使わせていただき、無料の飲み物やお菓子と共に、一息つきながら自由に過ごしていただけます。1人でんびり過ごす方、折り紙や編み物をする方、ただお喋りに来る方、スタッフに相談をする方など様々です。毎月来てくれる方もいれば、通りすがりにふらっと寄っていく方もいます。

ここでは年齢やその人の属性は関係なく、仕事や家族の繋がりがもないので、安心して気持ちを話せます。「その人の抱えている問題（困り事）は社会の問題である」と捉え、1人の人間としてその人の人生を尊重しています。誰かに話を聴いてほしいときや、少し疲れたときに気軽に寄ってください。帰りにちょっとだけ、お菓子や生理用品のお土産もありますよ。

また、今後は女性の居場所づくりと共に、援助を必要とする女性をサポートしていくことも目指しています。



みもぞでのグループ会話のルール

- ♡安心・安全：批判、中傷しない
 - ♡秘密を守る：外で話すのは自分のことだけ
 - ♡公平性：それぞれの時間を大切に
 - ♡話す人：わたしが主人公、言わないのもあり
 - ♡聞く人：お話を妨げない、質問しない
- 聴いていて出てきた不満や葛藤は、この場に返して置いていく

寄せられる相談内容

- ・家族関係
- ・娘・妻・母・祖母という役割へのモヤモヤ
- ・同居人がいても拭えない孤独感
- ・就労の不安や不満感
- ・ひとり暮らしの困りごと
- ・体調・病気への不安 等

利用者アンケートの声

- ・本名ではなく呼ばれたい名前（ニックネーム）で過ごせるのが良かった（自分で好きな名前を書いた名札を付けてもらっています）
- ・女性だけの空間で、肩の力を抜いて安心してゆっくりできた
- ・自由に過ごせる空気感や、居心地の良さが嬉しい

information

予 約	不要
場 所	みんなの公民館まる（焼津市栄町4丁目2-5）
対 象	原則女性のみ
日 時	不定期（毎月月末の週末12：30-16：30に開催。詳細はインスタグラムまたは公式LINEをご確認ください。）

みもぞ



焼津市第5自治会 地域未来部

焼津市第5自治会「地域未来部」は「地域の未来みんなで創ろう」を合言葉に、2025年4月にできた新しい部会です。自治会や世代の枠を超えて、地域全体で親子リトミッククラブや親子スポーツデーなどを企画運営しています。

自治会長 すずきいさお 鈴木 勲さん



私は地域の中で、次世代を育てる機会があればと思っており、また若い方たちの感性を応援したいとも思っていました。そのような中で出会った、尾原さんを始めた若い方たちはとても明るく、アイデアもたくさんあり、いつも感心しています。

自治会や地域の発展のためには、若い世代の発想力を活かすことが欠かせません。第5自治会では、地域で行っている行事や活動を若い世代に繋げたいという想いで「地域未来部」を作りました。餅つき大会など地域の伝統文化を途絶えさせないためにも、そのような活動に家族ぐるみで、また子どもの頃から参加することは良い経験になると思います。皆さんが積極的に地域と関わってくれと嬉しんでいます。

地域未来部部長 おはらもも 尾原 桃さん



「こんな人がいたんだ!」「こんな楽しいことができるんだ!」そんな発見を大切に、地域をもっと身近に感じてもらえたらと思い、地域未来部を発足しました。若い世代にとって自治会は少し堅苦しいイメージがあるかもしれませんが、地域に目を向けると、素敵な人や事業者さん、昔から受け継がれてきた行事など、世代を超えて楽しめるものがたくさんあります。

私たちが大切にしているのは、子どもたちに地域での出会いを通して感動を届けること。その感動は子どもたちの地域への愛着や誇りに繋がっていくと思います。そして子育てを家庭だけで抱えず、地域みんなで応援する「居場所」になれば嬉しいです。スポーツや文化体験などを通じて、子育て世代が自然に地域と繋がれる楽しい機会を増やしていきたいと思っています。ご協力いただける方がいましたら、ぜひ教えてください。「地域って良いね」「また参加したいね」そんな声が増えいくことを願いながら、これからも皆さんと一緒に楽しく活動していきたいと思っています。



親子リトミッククラブの様子

広い畳の部屋で音楽にあわせて体を動かすことで、楽しみながらリズム感や表現力を養います。

リトミッククラブ講師 はすみあきこ 蓮見 晶子さん、なかむらかおり 中村 香さん



私たち ECO a ♪ ECO ka は、ピアノ教室を主催しています。地域活動として、高齢者の皆さんと歌謡曲を歌いながら交流する「生きがいつくり」や、親子が音楽あそびを通して笑顔になれるような「居場所づくり」に取り組んでいます。

地域未来部の「親子リトミッククラブ」では、主に未就園児のお子さんとお母さんが集まり、ピアノの生演奏に合わせて歌ったり踊ったりして楽しく過ごしています。親子で体を動かしながら遊べる場所、何より一緒にいるお母さんが楽しく子育てできる場所を作り、それが地域の活性化にも繋がれば良いと思います。

information (親子リトミッククラブ)

予 約	予約優先ですが当日参加も可
場 所	第5自治会コミュニティ 防災センター2階和室
対 象	0歳から何歳でも ※第5自治会以外の方もOK
日 時	奇数月第3金曜日10：00～10：30
参 加 費	300円（プチおかし付き）

他にも楽しい行事を不定期で開催。詳細は地域未来部のインスタグラム、または第5自治会の公式HPをご確認ください。

地域未来部



スープ屋 Hygge

とにかく食べることが大好きな、元特別支援学校教員の吉田恵美子さん。教員引退後はデンマークへ留学し、障害のある人もない人も共に学ぶ学校で過ごしました。オーガニックや地球に優しい暮らしへの関心もあり、「スープなら子どもからお年寄りまで、みんなが食べられるかな」と思ったことが、お店を始めるきっかけでした。

自然に広がった“居場所”

Hyggeでは現在、親子カフェやヨガ教室、チクチク部（編み物や縫い物をする会）、抹茶の会、まちの保健室、ココミラ+（不登校支援）、ベビーマッサージなど、さまざまな活動を行っています。



最初から「居場所をつくらう」と思っていたわけではなく、続けていくうちに「ここで何かやりたい」と言ってくれる人が増えていきました。好きだから来る、人と繋がりたいから来る。理由は何でもいいんです。

“好き”で繋がるコミュニティ

昔みたいな地域の繋がりは少しずつ減っているかもしれません。でも、“好き”や価値観で繋がるコミュニティはこれからの時代どんどん増えていくと思うんです。何かをきっかけに人が集まり、一緒に食べたり飲んだりする時間が、人の安心感に繋がるのだと思います。今の子どもたちが生きていく未来を考えながら、コミュニティを作っていけたらいいですね。

おやかカフェいろいろ@ Hygge

ゆったり過ごせる親子の居場所

Hyggeの活動の1つ「おやかカフェいろいろ」は、木のぬくもりを感じる落ち着いた空間で、親子がゆったり過ごせる居場所です。

子どもを抱っこしながら食事を楽しむ人もいれば、スタッフに子どもを見てもらい、久しぶりにゆっくりご飯を味わう人もいます。

利用者からは、「実家みたいで落ち着く」「家でゆっくり食事をする時間が少ないので嬉しい」といった声が多く聞かれます。



●生きていれば必ず悩みは出てきます。それを我慢するのではなく、1人でなんとかしようと思うのではなく、とにかく誰かに聴いてもらった、環境を変えようというのが大切だと思いました。少し視野を広げれば近所にもそのような居場所があるかもしれないですね。④

●最近何となく、地域との結びつきが薄くなってきたなと感じていましたが、取材を通して、色々な世代の方たちが様々な方たちと繋がることの必要性を感じて「居場所づくり」をしていることがわかりました。自宅以外にもホッとできる場所があると嬉しいです。⑥

●地域の中に安心して過ごせる居場所があること、人と人の繋がりがだけでなく、好きなことを通した繋がりの大切さを改めて感じました。こうした繋がりが、親子だけでなく、様々な悩みや不安を抱える人たちの支えになっていると感じました。④



Hyggeでは、なるべくオーガニックの食材を使用した季節のスープ、お菓子3品、ご飯、デザート、3年番茶のセットを提供しています。

「まずやってみよう」と思える場所に

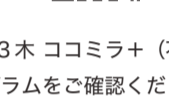
私には、「女性を応援したい」という思いがあります。子育てや介護などで、自分のやりたいことへのハードルが高くなってしまいう人も少なくありません。「まずはやってみよう」と思える場所になれば嬉しいです。

若い頃はいろいろな人に助けってもらったので、恩返しではないですが、Hyggeの中で人と人との優しい繋がりが循環すればいいと思います。

information

住 所	焼津市西小川5丁目20-10
開 店 日 時	水～土曜日 不定休有（第4土曜定休） 11：00～19：00（15：00以降要予約）
T E L	054-628-9846
駐 車 場	3台
スケジュール	月1回 ヨガ教室、第3水 まちの保健室、第3木 ココミラ+（不登校支援） 不定期開催の活動も多数 詳細はインスタグラムをご確認ください。

Hygge



子育てを支える あたかなまなごし

「ミルクあげましょうか?」や「おむつ替えましょうか?」など、スタッフが自然と掛ける声に驚く利用者も多いです。

和室があり、広すぎない落ち着いた空間だからこそ、初対面同士でも自然と会話が生まれます。育児の悩みだけでなく、地域の情報交換なども気軽にできる場になっています。

スタッフは6人（吉田さん含む）。助産師、看護師、保育士などの専門職も在籍し、全員が子育て経験者です。それぞれの経験を生かしながら、この場所を支えています。

親も子どもも安心して過ごせる「おやかカフェいろいろ」には、忙しい毎日の中でも、ほっと肩の力を抜ける時間が流れています。



information

開 催 日 時	第2、4水曜日10：00～13：00
定 員	1日5組まで（完全予約制）
対 象	0～2歳時（年少入園前まで）の子とその親

詳細はインスタグラムまたは公式LINEをご確認ください。

おやかカフェいろいろ



読者の声

Aしおかせ前号（69号）の読者からご意見・ご感想が寄せられました。一部抜粋して掲載します。前号の特集は「若者が考える男女共同参画とは?」です。過去のAしおかせは市HP（右のQRコード）からご覧いただけます。



今回の感想もお待ちしています↑

ジェンダーギャップ指数のことは知らなくて…まだまだ差別がある日本だとは思っていましたが、まさかそんなに下位だとは思っていません。この時代を共生していくには、自分を振り返ることを大事にしたいと思っています。（60代）

今の学生からしたら、「女だから」「男だから」と言わないことが当たり前になっているので、自分より年代が上の人の意見が聞けました。小林さんのバイトの話を知り、将来働くときはそういう考えの人も関係を楽しめないといけないので、心の準備ができた気がします。（20代未満）

若い世代の方々の考えを自分の中に入れて一緒に生活、仕事、話しをしていきたいと思っています。（60代）