

Face to Face

[フェイストゥ フェイス]
笑顔でつなぐコミュニケーション

Vol.176
TAKE FREE

発行
星野新聞堂

www.shinbundo.com

2021
8月号
August



Face to Face Talk

図工のじかん

ずこうラボ M 主宰

細野 麻樹

Maki Hosono

小学校時代、図画工作の授業を心待ちにしていたという人は多いだろう。そんな、誰もが心の中に持つ創造性に働きかけながら、日常生活の中で自然に楽しめるような身近なアート活動を行なう女性がいる。20年のキャリアを持つ元小学校教諭であり、2児の母、自身もイラストレーターの細野麻樹さんだ。子ども向けの図工教室を開くだけでなく、教育現場への関わり、母親たちへエールを送る作品展の主催などその活躍ぶりは多彩だが、細野さんが体現するのは、才能あふれる選ばれた人のためだけのアート教育ではない。育ちゆく子どもたちに寄り添ったり、地域の人たちが温かくつながるためのいわば触媒として、アートが持つさまざまな側面を使い分けているのだ。これまでの経験を活かし、アートをきっかけにして関わる人を笑顔にしようと、周囲の人と手を取り合っってさまざまなアイデアを形にする細野さん。その視線の先にはいつも、ここで暮らす人たち、地域社会がある。

主宰する『ずこうラボM』の活動を教えてください。

「3年前に教員を辞めた後、大好きな図工やアートに関する仕事を幅広く手がける『ずこうラボM』を立ち上げました。私自身、イラストレーターでもあるのですが、特に仕事内容は限定していません。そのため活動内容は多岐にわたりますが、わかりやすいものでは週に2日、5歳くらいから小学6年生までを対象とした図工教室があります。異なる年齢の子どもたちが交じりあって、身近な素材を使って季節や年中行事をテーマに絵を描いたり、工作をしたり。出来上がった作品の上手い下手ではなく、表現する過程を楽しむことをいちばん大切にしています。美術を学んできた者として、子どもたちが自分の表現したいものに最適な画材や道具を選べるよう、知識の面でも手助けをしています。参加するのは大半がものづくりが好きな子ですが、中にはきょうだいについてきただけの、図工に苦手意識のある子もいます。そんな子どもたちが時間とともに、表現することの楽しさに夢中になっていく様子は見ていて嬉しいですね。」



ずこうラボMの子どもたち

教員以外の道を考え始めたきっかけは？

「ひとつは育休です。それまで10年間仕事に打ち込んできましたが、育休中には子連れで出かけた先々で教員仲間とはタイプの違うママ友がたくさんできましたし、地域の多くの方とも新たな交流が生まれました。とても充実した時間で、視野が一気に広がった実感があったんです。その頃から、いずれは地域とのつながりの中で何かしたいと考えるようになりました。長女が生まれてからは、得意なイラストを活かして子どもの好きなものや思い出などを題材にしたT

シャツを作ったりしていたのですが、それを見た友人知人からイラストの仕事が頼まれることも出てきたんです。でも職場復帰して、教員の立場では副業もできないので、その依頼に気持ちよく応えられないジレンマも感じました。また SNSなどで自分の作品や思いを発信することも立法的に難しい。結局二度の育休を経て、自分の得意分野であるアートを使って地域社会に貢献できる活動をしようと退職を決断しました。独立してからは、図工教室以外にも知人や SNS 経由でさまざまな依頼をいただき、教育関係者向けの研修や児童館の親子工作講座の講師を務めています。最初の育休中の2011年に仲間と始めたのが『ママ、作っ展』です。当時、既製の子ども服に手を加えたり、不要な洋服を子ども服に作り替えるリメイクにハマっている友人がいて、『作品展をやるうよ!』と半ば強引に説得して、企画しました(笑)。会場は、当時できたばかりだった富士宮市の富士山環境交流プラザを借りられることになりました。展示のサブタイトルは『寝てるマにママが作るあれこれ』。周りに聞くと、自分の子どもに何かしらあれこれ作っているお母さんたちの多いこと！わが子のためだけに、その喜ぶ顔を思い浮かべながらおもちゃや洋服、小物を作っていることに、私自身が感動してしまったんです。この究極のオーダーメイドをぜひいろんな人に見てもらいたいという思いから生まれたのがこの展示です。お母さんと子どもの間だけで完結していたところに、展示という形でスポットが当たることで、見る人も作り手も共感や勇気をもたらえる場になっています。子育てをする中で、孤独を感じたり、理想の母になれているか悩んだりすることもありますよね。そんな子育て世代を、ものづくりを介して応援できる場がこの作品展。今後も、初期メンバーはサポートに回りつつ、次の世代のママさんたちへ代々引き継いでいけたらと考えています。」

教員時代は図工やアートとどのように関わっていたのですか？

「学校教育は画一的などの声もありますが、学校の図画工作にもいいところはあるんです。クラス30人みんなの作品を並べるとやっぱり迫力がすごい。それに、義務教育なのですべての子どもに対して働きかけが可能なんですね。上手に描かないといけないうというプレッシャーで図工に苦手意識を持っている子にも、アプローチ次第では興味を持ってもらえる、そんな種まきができるんです。教科である以上、成績をつけなければいけないという葛藤はありましたが、子どもたちが純粋に楽しいと感じられるように工夫していました。大成功だったのが、県立美術館から大量の粘土を借りて行なった『粘土の授業』。教室にブルーシートを敷き、体全体を使ってダイナミックに粘土遊びをするんです。足で踏んでみたり、好きな形を作ったり、隣の子とつながったり。豪快に遊べばクラスの雰囲気もよくなりますし、遊んで満足した子どもたちは片づけもスピーディ。満たされるとびっくりするほど切り替えが早くなります。この『粘土の授業』は今も富士と富士宮市内の小学校で続いていて、私も専門家の立場で学校へ出向きノウハウを伝えています。他にも、学校でアートを楽しめる可能性を常に模索していました。大きな階段の側面に一段ずつ色を塗って、離れて見ると富士山に見えるようにする、とか。春には教室から中庭を通して張ったロープに子どもたちが授業で作った鯉のぼりを吊るす、とか。いかにお金をかけず、いかに邪魔にならないようにして、児童を楽しませるだけでなく忙しい先生方も日常の中でアートに触れて癒やされてくれればいいなと、日々知恵を絞っていました。図工などの技能教科は経験者から教えてもらうことがとても大事なのですが、今は時間や人手が足りず、



『ママ、作っ展』の展示



スタッフのみなさんと



細野 麻樹

ずこうラボM 主宰

1976年3月28日生まれ(45歳)

富士宮市出身・在住

ほその・まき / 富士根北中、富士宮西高校、静岡大学教育学部(小学校課程図画工作科専攻)を卒業後、小学校教諭に。第一子の育休中、母親が子どものために作ったものを展示する『ママ、作っ展』を主催。今夏で11回目を迎える。第二子を出産後、2018年に退職し、同年7月に富士宮市栗倉にある実家敷地内に子ども向けの図工教室『ずこうラボM』をオープン。また地元の富士宮市富士根北地区をはじめ県内で子ども、親子、そして大人向けの工作講座を開催し、作品づくりの楽しさを幅広く伝える。一方で教員時代のノウハウを活かし、教員向け研修や育休中の教員・教育関係者向けの図工講座『図工カフェ』、小学校の図工の講師を務めることも。屋号の『M』は本人と二人の娘のイニシャルから。



アートの中で
みんなを笑顔に



現場の若手教員さんたちの苦勞は尽きません。富士市では授業の進め方などのスキルアップをしたい先生方のための研修会が行なわれており、そこで図工の講師をすることもあります。ある時は熱心な先生方が約70名集まり、絵の具の使い方や造形遊びの授業を子どもの立場で体験してもらいました。今までの経験を活かしながら先生方を支えるのも、現在の活動の重要な一部になっていますね。」

幅広い仕事ぶりですが、細野さんは昔から何でもやってみようというタイプなのですか？

「幼い頃は外遊びやお絵描きなど自由に遊んでいましたが、ひとつの考えにとらわれないところなんかは造園業を営む父の影響が大きいかと思います。父は型にはまらない人で、子どもに対しても考えを押し付けず、私が興味を持つことを一緒に楽しんでくれましたね。船を工作した時には、工夫を重ねて帆を完成させてくれたり、生き物の観察の宿題では、嫌な顔ひとつせずミミズの解剖に付き合ってくれました。ふつうの親だと止めるかもしれませんよね(笑)。今は生きものへの好奇心旺盛な私の娘たちの野外活動などに付き合っ、温かく見守ってくれています。自分自身の好奇心にも正直で研究熱心な人なので、造園業の傍ら有機肥料を使った野菜づくりなど試行錯誤しながら精を出しています。そんな父の姿を見て、私も自分で「これしかやらない」と決め

つけず、興味のあること、人が喜んでくれそうだと思うことを素直にやってみようと思えるようになりました。」

今後もまだまだ、やってみたいことは尽きそうにありませんね。

「最近、育休中の先生たちや教育関係者に図工の授業のヒントを伝える『図工カフェ』を開催したり、私の住んでいる富士根北周辺に群生するカタクリという花の保護活動にも取り組んでいます。それからじつは最近、実家でヤギを飼い始めました。昔、祖父がヤギを飼っていて、乳をよく飲んでいたので懐かしくてずっと飼いたかったのですが、ちょうどヤギに草取りをさせたいという実家の姉の思惑と利害関係が一致しました(笑)。飼ってみたら思わぬ好影響も出てきて、子どもたちの環境教育にも活かせることがわかったんです。通りかかる子どもたちがヤギの様子を見に来ることで人と人の交流が生まれ、エサをやるうと雑草に目を向ければ、草にもいろんな種類があって、一つひとつに名前があることもわかります。ヤギのフンが土の栄養になって作物を育てると考えたら、生き物と自然との共存や循環を意識しますよね。食べ物になるんだから安全でない、と感じれば農薬などへも関心が広がります。娘が『ヤギを学校に連れていきたい』と言ったときには、これは面白いかもと思い、『ヤギから環境を考える』という

テーマの総合学習の授業を企画し、娘の通う小学校で実施させていただけることになりました。メディアやインターネットが発達してどうしても受け身になることが多い現代。だからこそ、子どもたちには実体験を通して考える力や生きる力を持ってほしいと強く思います。その一助になれるような活動を今後も続けていきたいですね。アートが活動の中心であることに変わりはありませんが、結局のところ私はいろんな人に興味があって、みんなに笑顔になってもらいたいというのが原動力。生まれ育ったこの場所で、アートをきっかけにして子どもたちやお母さんたち、その後ろにいる家族を支えたいと思っています。やっていることがひとりで言えないので肩書も定まらず、独立して3年も経つのになかなか名刺が作れないのが目下の悩みなんです(笑)。」



撮影協力：富士山環境交流プラザ

Title & Creative Direction/Daisuke Hoshino

Text/Chie Kobayashi

Photography/Kohei Handa

ずこうラボ M



富士宮市栗倉 982-6
TEL : 090-4865-3070 (細野)
<https://zukolabm.amebaownd.com>



ママ、作っ展 vol.11
～寝てるマにママが作るあれこれ～
8/6(金)～9(月・祝)
富士山環境交流プラザ
富士宮市栗倉 1618-9
問い合わせ TEL : 0544-59-0050
メール : mamatukutten@gmail.com



Event ざんまい!

富士・富士宮周辺イベントスケジュール

参加にあたってはマスクを必ず持参し、
「手洗い徹底」「体温チェック」「体調不良時の欠席」など
感染防止対策を忘れずに!!
また直前中止や場所・内容変更の場合もあります。

ミャンマー人道支援パネル展

7/17(土)~19(月)



民主化への道のりから一転、今年2月の国軍クーデターにより国際社会の懸念が高まるミャンマーの今。その本来の姿、そして再軍政下の現状を伝えるパネル展です。各日約30分の語り合いの時間(聴講のみ可)、紙バンド支援「ミャンマー☆」の配布と寄付受付も行ないます。ミャンマー人道支援有志による主催(Facebook「ミャンマーの今を伝える会2」で検索)。

時 | 7/17 10:30~16:30 語り合い 15:00~
7/18 10:00~17:00 語り合い 15:00~
7/19 10:00~15:00 語り合い 11:00~
所 | 日蓮宗法源山正法寺(富士市伝法1830)

保護猫譲渡会

7/18(日)~毎週日曜 要申込

殺処分対象だった子猫たちを中心に保護しています。乳飲み子から育てているので性格の良い可愛い子ばかりです。命をお金で買わない選択を。譲渡条件あり(検索「子猫園ベルソーデシャトンズ」、インスタグラム「berceau1210」)。

時 | 14:00~16:30
所 | YAYAカフェ(富士市富士町16-1)
料 | ワンドリンク(活動費用にいたします)
問 | 080-4929-0117(ベルソー・デ・シャトンズ 赤石)
berceau1210@softbank.ne.jp

しましまの

7/22(木・祝)

ポスター、ストライプなどの「しましま」をテーマにしたおいしいもの、ステキな作品が50店舗以上集まります。ドレスコードはもちろん「しましま」です。7/31には三島楽寿園でも開催。詳細はインスタグラム「@eventnicoli」。

時 | 10:00~15:00(雨天順延7/24)
所 | あさぎフードパーク(富士宮市根原449-11)
問 | rosso616@yahoo.co.jp
(小粋なイベント屋さんnicoli)

地球を感じるフラ

7/23(金・祝) (受付締切 7/22) 要申込

富士山とハワイ・キラウエア火山は地下深くで、活火山として今でもつながっています。火の女神ペレの古典フラのリズムに合わせて踊り、私たちの魂と共鳴する地球を感じてみませんか?初心者・経験者問いません。

時 | 9:30~11:30
所 | 富士山環境交流プラザ(富士宮市栗倉1618-9)
料 | 2,000円
持 | 動きやすい服装、パレオやパウスカート(貸出有)、飲料、タオル、ウェットティッシュ(晴れの場合は中庭でも踊ります)
問 | 080-6181-3879(Meguhula 渋谷)
meguhula@gmail.com

ソーパークビング体験会 ☆ひとまずラスト

7/24(土) 要申込

石鹸を使った彫刻、タイの伝統工芸ソーパークビング。ナイフ1本で気軽に楽しめます♪ステキな作品ができます。3回目の今回で体験会はひとまずお休みですのでぜひこの機会に!

時 | 13:30~(1時間半~2時間程度)
所 | 富士駅南まちづくりセンター(富士市横割1-4-15)
料 | 材料費500円
持 | 持ち帰り用の袋や空き箱
問 | 050-7121-4443(サイトウ)
ajhv0129@yahoo.co.jp

ドッグマルシェ 富士山

7/24(土)・25(日) 要申込

毎月1回開催、ゆるい雰囲気でのんびり楽しめる犬好きのための小さなマルシェ。土曜はふだんより遅い開催で夕涼み。入場無料(オンラインチケット入手が必要。どうしても困難な方は会場での記帳でも可)。なお8月は21、22で開催予定。詳細はWeb→<https://fujiwan.wixsite.com/marche>

時 | 7/24 15:00~20:00 7/25 10:00~16:00
少雨決行・荒天中止
所 | 富士ミルクランド(富士宮市上井出3690)
問 | fujiwan.marche2017@gmail.com
(富士山わんわんマルシェ実行委員会)

富士本町おかみさん会 楽々市

7/25(日)

毎月末恒例、富士本町の気楽で楽しい朝市。果物ジャム、淡路島玉ねぎスープ、味付がんも、新鮮野菜や惣菜、手作り小物、タロット占いなど今月も盛りだくさん。

時 | 9:30~11:30頃 雨天実施
所 | 富士駅北 そば食事処金時~ヤマダスポーツまで
問 | 0545-63-8027(香り処ギャラリー池田)

夏休み企画『子どもとお稽古』 (お友達同士でもOK)

7/25(日)~8/2(月) 要申込

家族やお友達と、夏休みに書道で日本文化を体験しませんか?夏休み宿題対策にも最適!硬筆、毛筆、写経、遊書など大人も楽しめます。書道具貸出で手ぶらOK!4人以上のお申込は貸切。空きがあれば当日申込可。

時 | 10:00~11:30
所 | 書道café Omoi(富士市大淵6番地)
料 | 1人1,000円(材料費込)
対 | 幼稚園~中学生と保護者
問 | 090-9029-4335(赤澤佳子)
keisin@aruku-omoi.com

色鉛筆体験教室

7/27(火) 要申込

色鉛筆で繊細な色を楽しむ塗り絵は、年齢問わず楽しんで思わず没頭してしまう魅力があります。ぜひ体験してみてください。初心者歓迎。詳細はお電話にて。

時 | 13:30~14:40
所 | 富士川ふれあいホール(富士市岩淵855-39)
料 | 1,500円
問 | 090-1781-0068(かわべ)

お供えアレンジ体験教室

7/28(水)~8/2(月) 要申込

前回好評につき追加開催!プリザーブドフラワーを使ってご仏壇やお供え用のアレンジを作ります。水やり不要で長期間飾れるお花です。各回1組、先着8名。



時 | ①10:30~11:30
②13:30~14:30
所 | Little Bridge(富士市伝法573-2)
料 | 3,850円(材料費込)
持 | 持ち帰り用袋
問 | 0545-67-2550(Little Bridge リトルブリッジ)
little.bridge.chichester@gmail.com

ヤングアーティスト展 スイッチを入れる!!

7/28(水)~8/8(日) (8/2休廊)

リュウギャラリー7月末~8月上旬の展示は、多彩な若手アーティストによるハードな作品群。出品作家は縣真吾、INK PARADISE、坂集治、仁羽崇元、よた、佐野弘翔。

時 | 11:00~17:30
所 | RYU GALLERY(富士宮市万野原新田3920-11)
問 | 0544-91-7043(リュウギャラリー)

真夏のセカンドライフ塾 ~現役大学生があの気になる“カタカナ”を徹底解説!!~

7/29(木)・8/5(木)・19(木)・26(木) 要申込

充実したセカンドライフを送るための入門講座。ユーチューバー・エスディー・エズ・インスタグラム・イースポーツなど、世の中の気になるカタカナを学んで新たなチャレンジをしましょう!複数回申込可。無料。

時 | 19:00~20:30
所 | コミュニティf(富士市吉原2-10-20)
問 | 0545-30-8850(富士市セカンドライフ相談室 今屋敷)
secondlife@yoshiwara.net

親子でなろう!生き物ハカセ ~へびの生きるチカラ!7つの特殊能力に挑戦!~

7/31(土) 要申込

へびは嫌われやすい生き物のひとつ。でも、へびには知られざる特殊能力がたくさん!きっとへびの事を知れば、誤解も解けますよ!一緒にへびの生きる力に挑戦してみませんか?

時 | 9:45~12:15
所 | 田貫湖ふれあい自然塾(富士宮市佐折633-14)
料 | 親子2名3,000円(1名追加+1,000円)
対 | 小学1年生以上とその保護者
問 | 0544-54-5410(田貫湖ふれあい自然塾)
info@tanuki-ko.gr.jp

ロゼこどもコンサート

7/31(土) 要申込

0歳から入場可能なクラシックコンサート。客席は家族ごとに間隔を空け、家族いっしょに座れます。小さなお子様のみマスク不要。チケットはロゼ公式Webにて→ <http://rose-theatre.jp>

時 | ①開場9:30 開演10:00 ②開場12:30 開演13:00
所 | 富士市ロゼシアター中ホール
料 | 3歳以上500円・全席指定
(2歳以下は保護者1名につき膝上鑑賞無料)
問 | 0545-60-2500(ロゼシアターチケット窓口)

第2回 吉原宿一の市音楽祭

8/1(日)

5月に実施し好評だった吉原商店街の野外音楽祭第2弾。バンドありアコースティックあり、様々なジャンルの演奏で楽しい時間を。車でお越しの際はなるべく乗り合わせのうえ、虹いろーどパーキングや市営駐車場をご利用ください。

時 | 9:30~13:30 雨天中止
所 | 富士市吉原商店街・長さん小路、他2カ所
問 | 090-3857-4662(大石)
temo28803757@ny.thn.ne.jp

ガラスと洋服と絵画の展覧会 ～沖縄を旅する気分～

8/1(日)~15(日)

8月は、glass studio三日月/奥村源基・弥生(ガラス)と、沖縄の作家jii/宜野座順子(洋服)、メグ ワゾウスキー(絵画)の各作品を展示します。夏の爽やかな旅情を感じに来てください。

時 | 10:00~17:30(会期中無休)
所 | 芸術空間あおき(富士宮市青木平243)
問 | 090-6203-6010(芸術空間あおき 屋久(やひさ))

三日市風鈴祭マルシェ

8/1(日)・15(日)

7/4~8/15まで、三日市浅間神社では疫病退散を願い奉納された風鈴約2千個が飾られる「七夕風鈴祭り」を開催。8/1、8/15にはマルシェが開かれます。

時 | 10:00~15:00 雨天中止
所 | 富知六所(三日市)浅間神社(富士市浅間本町5-1)
問 | 090-7438-3118(島田)

ロゼシアター映画上映会 『バイプレイヤーズ』

8/5(木) 要申込

2021年日本映画界が誇る超豪華<名脇役>!?が本人役で大暴れ!撮影所を舞台に巻き起こる、ほぼリアル?エンターテインメント誕生!!出演/田口トモロヲ。
チケットはロゼ公式Webにて→<http://rose-theatre.jp>

時 | ①14:30~16:10 ②19:00~20:40 (15分前開場)
所 | 富士市ロゼシアター中ホール
料 | 1,300円・全席自由 ※未就学児不可
問 | 0545-60-2500(ロゼシアターチケット窓口)

プログラミングって何?親子で挑戦!

8/6(金)と13(金)・8/8(日)と15(日)

(受付締切 8/5) 要申込

これからどの教科にも必要になるプログラミングの基礎をわかりやすく体験します。金曜コース、日曜コースそれぞれ2回で1セットです。

時 | (金コース) 16:00~17:30
(日コース) 13:00~14:30
所 | PCデポ富士店(富士市蓼原152-1)
料 | ¥3,000(2日間)
対 | 小・中学生(保護者同席可)
持 | パソコン(Windows8以降)かタブレット
問 | 050-3492-8448(ニクス 塩澤)
mail@nyks.co.jp

女性とわかものから まちと企業へのラブレター

8/7(土) 要申込

女性とわかもの目線には地域活性化のヒントがたくさん!豊かな人材活用を目指す企業さんや活気あるまちづくりに取り組む団体さん、そして地元での生きがいを求める女性とわかもの皆さん、これからの持続可能な富士市を一緒に考えましょう。静岡大学教授の荻野達史氏による講演では富士市内高校生の意識調査結果を解説。その他、企業の事例紹介も。会場定員30名、ZOOM定員15名(先着順)。無料。お申込は電話(富士市多文化男女共同参画課/0545-55-2724)か下記QRコードで。



時 | 13:30~15:30
所 | 富士北まちづくりセンター(富士市米之宮町288)
ZOOMオンライン参加も可
問 | 090-4866-0228 (Power up Fuji 小楢)
kazuko.1030@nifty.com

丸火★星座観望会

8/8(日) (受付 8/1~5) 要申込

星座や天体を望遠鏡・双眼鏡で観察するおなじみの観望会。定員30名(抽選)。
詳細はWebで→<https://www.fuji-marubi.jp>

時 | 18:50集合 雨天曇天中止
所 | 富士市立少年自然の家
料 | 4歳以上200円(資料・保険代等)
3歳以下100円(保険代等)
持 | 上履き(スリッパ可、館内で使用)
問 | 0545-35-1697(富士市立少年自然の家)
info@fuji-marubi.jp

ふじパパママ応援学級

8/8(日)・9/5(日)・10/17(日)

(受付締切各日2日前) 要申込

今回はパパも主役!地域の助産師によるランチ付き両親学級です。パパとママと一緒に迎えるお産のお話や、実際に育児を取得したパパの経験談も。ランチは、栄養士さん監修のパパも作れる簡単ごはん(テイクアウト可能)。助産師や先輩パパとゆったり話してみませんか?各回4組限定。Webにて受付中→<https://papamama-support8.peatix.com/>

時 | 10:30~12:30
所 | 菜桜助産所(富士市宮島1062-8)
料 | 1家族2,500円(おひとり参加は1,500円)
対 | 妊娠5か月以降の妊婦さんと家族
問 | 0545-63-1608(NPO法人妊婦子育てネットふじ 伊藤)
naojyosanjyo@gmail.com

親子でなろう!生き物ハカセ ～すごい捕れる虫あみ作りに挑戦!～

8/14(土) 要申込

夏休み、すごい捕れる虫捕りあみを自分で作っちゃおう!自分で作った道具で虫を捕まえた時の喜びは格別です。

時 | 13:00~16:00
所 | 田貫湖ふれあい自然塾(富士宮市佐折633-14)
料 | 親子2名3,500円(網1本追加/1名追加 +500円)
対 | 小学1年生以上とその保護者
問 | 0544-54-5410(田貫湖ふれあい自然塾)
info@tanuki-ko.gr.jp

癒やしのハーバリウム教室

8/21(土) (受付 7/30~8/8) 要申込

おしゃれなお部屋のインテリアとしてもお楽しみいただけるハーバリウム。作り方は簡単、ボトルの中にプリザーブドフラワーやドライフラワーを入れ専用のオイルに浸すだけ。初心者OK。お申込は当館窓口かハガキ・FAX(0545-81-1003)にて。

時 | 10:00~11:30
所 | 富士川ふれあいホール(富士市岩淵855-39)
料 | 3,300円(材料費含む)
問 | 0545-81-2333(富士川ふれあいホール 深澤)
fukasawa@fuji-kousya.jp

宮JAZZ 金森もと Trio 2ndアルバム "Invisible World" リリースコンサート

8/21(土) 要申込

『宮JAZZ』に2度目の登場!ベース金森もとい、ピアノ田窪寛之、ドラム山田玲のトリオに、富士宮公演ではスペシャルゲストの弦楽カルテットが加わり、厚みを増した音でスタンダードからオリジナルまで奏でます。

時 | 開場14:30 開演15:00 終演17:00頃
所 | 富士宮市民文化会館(富士宮市宮町14-2)
料 | 前売 一般2,000円 高校生以下500円
当日 一般2,500円 高校生以下700円
問 | 0544-23-1237(富士宮市民文化会館)

カフェミナージュ®体験 アクセサリートレイ作り

8/21(土) 要申込

既製品に布やリボン等を貼ってエレガントにデコレーションする神戸発のハンドクラフト『カフェミナージュ®』で、アクセサリ、ネクタイピン、眼鏡、鍵、体温計などを載せて便利なトレイを作ります。各回5名。

時 | ①9:30 ②13:00 ③15:00 (各回約1.5時間)
所 | 地域活動支援センターゆうゆう(富士市大淵2815-1)
料 | 材料代1,400円
問 | 0545-35-2911(社会福祉法人昭隆会)

富士ジュニアオーケストラ 第13回 定期演奏会チャリティコンサート

8/22(日) 要申込

世界の舞台を目指す小学~高校生のオーケストラ定期公演。今回はサクソフォンの戸村愛美さんをゲストに迎えます。入場無料・要整理券(ロゼシアター、タンザワ楽器富士店、すみや楽器ショップ富士店、かやはら音楽教室にて配布)。会場チャリティボックスは富士市コロナ対策へ全額寄付いたします。

時 | 開場13:00 開演13:45
所 | 富士市ロゼシアター大ホール
問 | 0545-51-3780(かやはら音楽教室内 事務局)

イベント募集中!

次回締切 7/19(月) 17時

対象イベント期間 8/14(土)~9/19(日)

応募は Face to Face 公式 Webサイトから →
www.facetofacefuji.com



産後1年以内に亡くなった女性の

死因第1位は自殺です

赤ちゃんが生まれ、家族や友人の祝福を受け、幸せいっぱいなのは女性の襲う恐ろしい病「産後うつ」をご存じですか? 発症のきっかけとなる原因が明らかなる場合もありますが、家族の協力もあって、夫との関係も良好、赤ちゃんも特別手がかかるわけでもないという場合でも起こります。

出産後に約半数の女性が「マタニティーブルー」と呼ばれる気持ちのゆらぎを経験します。その多くは出産後1ヵ月くらいまでの間に治まりますが、産後うつは、出産した女性の約10%にみられ、1ヵ月以降も症状が続いたり、出産後しばらくは問題がなくても、数ヵ月してから症状が出現するという場合もあります。

東京都内の妊産婦の自殺(2005~2014年)について調査が行なわれました(順天堂大学・竹田省ほか)。妊産婦10万人あたり8.5人が自ら命を絶っており、その約1/3が妊娠中、2/3が産後1年未満で、同世代の一般女性の自殺者数の約2/3以上を占めているという結果でした。妊産婦死亡率(妊娠中~産後42日未満の妊娠・出産に関連した死亡の割合)

が10万人あたり3.3人であることを考えると、その多さに驚きます。

産後うつになると、ほんの少しの失敗(たとえばオムツ交換中に赤ちゃんにおしっこをされて洋服が濡れて着替えが必要になったなど)をただけでも、自分はすべてができないダメな母親だと嘆いたりします。赤ちゃんに起こるすべての心配事を自分のせいだと一人で抱え込んでしまったり、赤ちゃんは日に日に成長しているのに、今の状態(夜泣きで夜眠れないなど)がずっと続くと思いついたり、何から何まで絶望的で終わりのない負の感情に苦しみます。

子育て中の女性が自殺をほのめかしたり、取り乱して泣いてばかりいたら、心配な状態であるとすぐにわかるのですが、無表情でぼーっとしながら赤ちゃんのお世話をしている、食欲がなく痩せてきた、妙に動作がゆっくりで要領が悪いなど、いつもとは違う様子が見られる場合にも、産後うつを疑ってみてください。たくさんのサポートを受けていながらこんな状態になってしまっているということに強い罪悪感を持ってしまい、気持ちを抑圧しているかもしれません。

母子を守るために何より大切なことは、早く適切な治療を開始することです。子育てに慣れてくればそのうち治るだろう、ちょっと疲れているだけに違

いない、もう少し家族で頑張ってみようと思ってしまう、先送りにしても、こじれるばかり。母親になったのだからしっかりしろと叱咤激励するようなことはもってのほかです。

心配な状態が見られたら、まずは地域の助産師や保健師に相談してみましょう。受診の手配やアドバイスをもらうことができます。また富士市内の母子に関しては、私を含む有志の助産師が立ち上げたLINE公式アカウント『妊産婦こころほっとLINE』もおすすめです。利用は無料で、ご本人はもちろんご家族からの相談にも地域の助産師が対応します。



『妊産婦こころほっとLINE』

← 友だち追加はこちらから
(LINEアプリが起動します)



ほった くみ
堀田 久美

菜桜助産所 代表
助産師・保健学博士

富士市宮島で助産所を営み、出産・産後ケア・育児相談から、更年期以降の女性の健康管理まで、出産を経験する女性の一生をサポートする「ママたちのお母さん」。母親のための各種教室も随時開催中。

● 菜桜助産所

富士市宮島1062-8 TEL 0545-63-1608
www.nao-sanba.com

● 訪問看護ステーション 菜桜

www.nao-kango.jimdofree.com

ぷろぐ ~お店からの最新情報と粋な話題をお届けする紙上のブログ~

お盆のお供えに「枯れないお花」を



ご自宅のご仏壇やお盆・新盆のお供えには、まるで生花のようなみずみずしさが魅力のプリザーブドフラワーがおすすめ。水やり不要で真夏の室内でも長期間飾れるため、毎年大変喜ばれています。オリジナルデザインでご予算・ご要望にも柔軟な対応が可能。コロナ禍で法事や訪問ができない方には、宅配便にてお届けします。

プリザーブドフラワー&アーティフィシャルフラワーのお店

Little Bridge

Little Bridge (リトルブリッジ)
富士市伝法 573-2 TEL 0545-67-2550
営業時間 9:30~18:30 駐車場あり
火曜・第2第4日曜日定休

富士市 リトルブリッジ 検索



涼を感じる夏のフレンチ



桃を添えたブランマンジェ

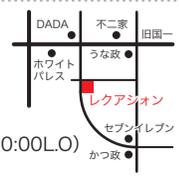
ランチ 2,000円(平日限定)・3,300円・4,600円・6,600円
ディナー ハーフコース..... 4,950円
フルコース..... 6,600円
シェフお任せフルコース..... 8,800円
スペシャルフルコース..... 11,000円

ウイルス対策として席数を減らしておりますので、事前のご予約をおすすめいたします。上記コース料理の価格はすべて税込です。

cuisine française
L'Equation

レクアシオン
富士市津田町 101-1 TEL 0545-52-2525
11:30~14:00(13:00L.O) 18:00~22:00(20:00L.O)
月曜・第2火曜定休 駐車場あり

レクアシオン 検索 http://www.lequation.jp/ ブログ 全席禁煙



やけどにも効くあせもの薬

かゆみ・あせも・水いぼ・にきび・おむつかぶれ・やけどには『ホノザルベ』。棒がついているので、つねに清潔につけられます。炎症をとる漢方薬配合なので、皮膚にやさしい塗り薬です。イエダニに刺された際のかゆみなど、皮膚トラブルの対処法に加えてみてください。爪水虫には『アンカビンミック』がおすすめです。



ホノザルベ (30g)
1,507円(税込)

ご来店が難しい方は電話での相談や商品の郵送にも対応いたします。また、各種漢方薬に関するご相談も承っております。 店主 神谷



かみや潤天堂

かみや潤天堂(旧薬局ファーマシーかみや)
富士市本町 16-6-2F TEL 0545-61-4000
受付 10:00~18:30 日曜・祝日定休
臨時休業あり 隣接駐車場あり

かみや潤天堂 検索



伝統の先に見えるもの

日本料理はせ川は、特別な日の会席料理をはじめ本格的な和食が味わえる、明治38年創業の老舗。現社長・小口頼一さんのお子息で5代目としての修行に励む小口竜太郎さんに、116年続いてきた店を継ぐことの重責について尋ねると、意外な答えが返ってきた。

「子どもの頃から、料理人になりなさいと言われた記憶はありませんし、大学生までのびのびとやらせてもらいました。でも、いつか自分も店に立つ日が来るのだらうと漠然と思っていましたね。」

22歳から東京の料理店で修行を始めた小口さん。中学校を卒業後すぐに料理の世界に入る人もいるなかでは遅いスタートだった。少しでも早く実力をつけたいと願い、休日も店に顔を出し、先輩から学んだという。カウンター割烹の店など複数の店舗で約6年修行を積み、地元の富士に戻ってきたが、個室でお客様のプライバシーを守りながら食事を楽しませるはせ川と、カウンターに座るお客様の目の前で料理を振る舞う修業先という店のスタイルの違いに、はじめは戸惑った。

「帰ってきたばかりの頃は、東京でやってきたことを早くはせ川で活かしたいと躍起になっていました。けれど今振り返ると、僕は目の前のことしか見えていませんでした。社長にはいつも、全体の調和を大切にするように言われます。店が長く続いてきたのは、お客様がいらっしゃることはもちろん、一緒に働いてくれる従業員さんたちを大切にしてきたからですが、私はそれを頭でわかっているつもりでも、まだまだ行動に移せていないんですね。」

小口さんが使う包丁を見せてもらった。6種類ほどあり、それぞれの包丁には、職人技が存分に発揮

モノものがたり ⑧ 日本料理 はせ川 小口竜太郎さんの包丁

きるよう手が加えられている。たとえば、鰻を卸す鰻裂き包丁は、切り刃の角度を使う人に合わせて削って調整されている。他人の包丁を使うと刃が引っかかってしまい、前に進められないという。道具ひとつとっても、料理人の色が表れるのがわかる。つまり包丁はその料理人の蓄積してきた経験の象徴だ。竜太郎さんが愛用する包丁にも、東京での修行時代からの技術や料理人としての思いが込められている。



愛用の柳包丁(上)、鰻裂き包丁(下)と菜箸

「店の賄い料理は、誰が作ったのか食べればすぐわかります。レシピ通りに作っても、最後の微調整に大きく個性が出ますね。体調によっても味覚は変わるので、いつも自分の体調の変化を観察しています。疲れがあるときには18～30時間くらいのプチ断食をします。すると味覚が戻って、肌つやも良くなるんですよ。」

新型コロナウイルスの感染が拡大した影響により団体客が減った一方、これまでよりも家族や個人客の割合が増え、小口さんが修業時代に学んだことを活かせる機会が多くなったという。

「団体の場合はスピードやコストが重視されますが、個人のお客様相手ですと一人ひとりと向き合いやすいので、メニューに自由度が広がり、料理の構成が変わりました。召し上がった方が喜んでくださる姿を



はせ川 小口竜太郎さん

想像しながらメニューを考えることが楽しいです。」

はせ川がこれまで積み上げてきたものを守りつつ、いつかは自分ならではの新たな価値の提供にもチャレンジしたいと小口さんは話す。

「お客様が楽しんでいる雰囲気が僕たちにも伝わるような店です。それはお客様のご要望に応えやすくなるのと同時に、はせ川で働いてくれている人たちにとっても、仕事の充実感につながります。」

歴史を辿るとはせ川は、吉原に芸者がいた頃から接待などで使われ、現在はランチ営業や弁当の販売をし、時代の流れに合わせて変化してきた。けれど、お客様、従業員、それぞれの“人”を大切にする心はこれからも変わることはないだろう。

(ライター／針ヶ谷あす香)

日本料理 はせ川

富士市吉原 3-3-14

TEL: 0545-52-0343

www.fujihasegawa.com

7月28日は土用丑の日

吉原で長年ご愛顧いただいている当店自慢の鰻を、ご家族やご友人とお楽しみください。



店内でのご提供

うな重

3,080円(税込)

自慢の鰻2枚(1匹分)
肝吸い / 漬物 / デザート

テイクアウト

うな折弁当

2,980円(税込)

自慢の鰻2枚(1匹分)
御飯 / うなだれ / 漬物



日本料理 はせ川
しゃぶしゃぶ
日本料理 はせ川
富士市吉原 3-3-14 TEL 0545-52-0343
11:30～13:30(L.O) 17:00～20:00(L.O)
日曜夜定休 駐車場あり



はせ川 検索 http://www.fujihasegawa.com/



ご家庭・オフィスのゴミ回収や
不用品の処理は当社にお任せください!



◎見積無料 ◎迅速対応 ◎安心確実

1年365日～数ヶ月に1回程度の回収まで

お客様のご希望に合わせて対応いたします!

まずはお気軽にお問合せください。

(有)富士清掃センター

(有)富士清掃センター
富士市津田 189-1 TEL 0545-55-0174
富士市一般廃棄物処理業 第1-17号
富士市一般廃棄物処理業 富士市第34号
静岡県産業廃棄物処理業 第02201024394号



twitter

つい撮ったー。

日常の中で見つけた、つい撮ってしまいたくなるあんなモノやこんなモノを紙面上で共有♪



投稿者

ようようさん

今年初めて購入したベルフラワーの花が、約3週間で満開に咲いてくれました。

まさに満開! 玄関にお花があるだけで、お出かけ時の気分も明るくなりますね♪(編集部)



猫種：雑種
トムくん ラムくん
(オス：14歳) (オス：14歳)
飼い主：やじん さん



いつも仲良しな
ボクたちは
毎日の毛繕いで
ごあいさつ♪



それぞれの性格や
チャームポイントを教えてください

2匹で保護してからずっと一緒のトム・ラムです。
お互いに毛繕いをしてあげる彼らですが、ときどき逆毛になってしまっていて……(笑)。それもまたかわいいです。
少し怖がりだけどいつもキリッとした顔のトムと、母が大好きで甘えてばかりのラム、性格は全然違うけど、違うからこそこんなに仲良しなのかもしれません。

あなたの大切なペットを「Face to Face」の紙面で紹介してみませんか？
詳しくは公式WEBサイトから



読者プレゼント

応募方法

A 和洋菓子はせがわ 水まんじゅう



ひんやりとした喉ごしとぷるぷるの食感
5個セット 5名様
【和洋菓子はせがわ】富士市吉原3-2-4

B スーパー銭湯 鷹の湯 入浴チケット



お湯もお水も富士の天然バナジウム使用
ペア 5組様
【スーパー銭湯 鷹の湯】富士市久沢788-1

下記の内容をご記入の上、ハガキまたはメールにてご応募ください。(宛先はページ下参照)

- ① 希望賞品名 ② 氏名 ③ 年齢 ④ 〒住所 ⑤ 電話番号
- ⑥ 「Face to Face」の入手先 ⑦ 「Face to Face」へ一言 (今月号の感想、面白かった記事、紙面全般へのご意見・ご要望、今後取材してほしい人など)



締切 7月29日(木) 必着

いただいた感想等は、公式ウェブサイトにて匿名で紹介させていただきます。

当選者の発表は賞品もしくは引換券の発送をもって代えさせていただきます。引換券から賞品への交換は店頭にてご当選者様ご自身で行っていただきますので、ご了承ください。



何かを手作りするというのはずっと昔から行われてきた人間の普遍的な行為のひとつでしょう。生活に必要なものを作り、人にプレゼントするものを作り、純粋に作りたから作る。今の世の中、欲しいものは何でも完成品を買ってしまえますが、あえて自作することにはやっぱり特別な喜びがあります。

細野さんの活動のユニークさは「ずこう」という言葉に集約されています。「アート」と呼ぶよりも「図工」。トップタレントを育成するためというより、もっとずっと裾野を広げ、誰もがみんな持っているクリエイティブな人間力を養う。それは、将来どんな仕事についても幅広く活かせる力です。

ビジネスの世界でも近年、いわゆる左脳型の分析能力重視から、「デザイン思考」と呼ばれるより創造性重視の方向性になり始めています。数字とにらめっこしながらガチガチに固めて完璧に仕上げた稟議書を上層部に通す、という旧来の日本企業的なやり方から離れ、「まずは手を動かしてアイデアを形にしてみよう。失敗したら作り直してみよう」という姿勢への転換です。

教科のなかでもなんとなく箸休めのように見られがちな図工ですが、実は図工教育こそが日本の産業の将来を左右する鍵なんじゃないかと、ひそかに感じています。

Face to Face 編集長 星野 大輔

新聞屋さんの
ポスティング



『Face to Face』はポスティングで実験配布中!

8月のポスティングスケジュール 搬入 6(金)まで 配布 11(水)～

新聞配達 の スタッフ が 配ります	新聞を購読しない 若い世代にも 効果的に届きます	チラシ配布に関するお問い合わせは 星野新聞堂 広告&マーケティングチーム ☎ 0545-52-0376 【受付時間】 月～土曜(祝日除く) 9:00～17:00
新聞オリコミと ポスティングの 併用も可能です	中心市街地 以外のエリアにも 届きます	

『Face to Face』
公式ウェブサイト
facetofacefuji.com

星野新聞堂
Face to Face 編集部
〒417-0049
静岡県富士市緑町1-28
☎ 0545-55-0033
(コンテンツチューラー・コンテンツ・スタジオ)
facetoface@shinbundo.com

Face to Face 入手方法

- 星野新聞堂による新聞折込およびポスティング(一部地域を除く富士市)
- 富士市・富士宮市内の公共施設
- 広告掲載店その他店舗・民間施設
- 星野新聞堂本社窓口

『Face to Face』は、協賛広告の掲載店舗様ならびに、星野新聞堂から新聞を購読しているお客様に支えられて成り立っている媒体です。私たちの取り組みや紹介した人物の活動に共感していただけの方は、ぜひ星野新聞堂からの新聞購読をご検討いただければ幸いです。

次号 (Vol.177) 発行日は 8/11 (水) です