

農業という選択をした二人

染谷さん家の場合



沼田市
出身

パパヒストリー

- 20才 東京で大学生(農学部)
- 22才 青年海外協力隊に入隊
アフリカのジンバブエに渡り、現地での果樹栽培指導、普及に携わる。
ここでの2年半の生活は人生に大きなインパクトを残した。
- 25才 日本に帰国。帰りたくなかったけど...
- 26才 1年間の農業研修を経て実家のりんご園に就農。
- 34才 経営を任せられるようになる
- 38才 所属していた(一社)沼田青年会議所の活動で、利根沼田ドリームプランプレゼンテーションを実行委員長として開催した時に現妻と10数年ぶりに再会

小学生時代に
出会う

ママヒストリー

- 20才 東京の短大を卒業し高崎に就職
独身ライフを満喫
旅行・食べ歩き・習い事・健康オタク
- 32才 料理に興味を持ち、マクロビオティックを学び、のちに薬膳を学ぶ
- 35才 高崎で1人暮らしを期に薬膳料理教室を始める



沼田市
出身

「食」という共通点で
関係が深まる

39才 結婚 39才

パパヒストリー



長女
誕生

- 40才 出産
- 41才 育児休暇中に沼田で薬膳料理教室再会
- 42才 夫婦でクレープの試作を重ね
秋のりんごシーズンにクレープ販売開始



ママヒストリー

そしていま

【地元で家業に就くことについて】
10代の頃は家業から逃げざるを得ずばかり考えていた。

実際就農してからも若い時は家に閉じ込められた様な気がして窮屈だった。普通に給料やボーナスを貰って外で働く会社員が眩しく見えた。自分には結婚できるのだろうかと不安になる事もあった。でもね、家業って自分にしかできない夢や目標を持つことができる。自分にしか無い使命感に気付く。可能性だらけ無限大。くじけそうな時も、泣きたい時だってある。だからやり甲斐があってそれが生き甲斐になる。今はこの仕事をやり抜いて、沼田で一番のりんご屋になって、誇りある沼田人になろうと思う!

【地元で子育てすることについて】
将来、沼田に住むことは全く考えていませんでした(笑)だから、沼田に引越して来たときはほざみしく感じましたが両親が近くにいる環境で子育てできることはとても有難く、沼田には自然がたくさんあり、子育てにはとても良い環境だと実感しています。子供を通して素敵な友人もでき、薬膳料理教室も再開できました。これからも「食と家族の健康」をキーワードに活動し、それを地元の人々にも伝えていけたらと思います。

ステップファミリーの奇跡

治田さん家の場合



昭和村
出身

パパヒストリー

再婚
38才 ベビー誕生 36才

ママヒストリー

沼田市
出身

～ 奇跡 ～

治田家二女 璃実ちゃんが少年の主張の学年代表として読んだ作文です。

「ママのおなかには今、小さな命があるんだ」

母に申し訳なそうに そう言われた時、私は頭が真っ白になりました。

数ヶ月前に「もし赤ちゃんが出来たらどうする？」と何回か聞かれ、薄々気づいておいたのですが、

「う～ん」としか答えることが出来ず、心の中では少し反対していました。

「14歳も年下のきょうだいっ～」と思ってしまったからです。

母がエコー写真を見せてくれました。

私の目にはしっかりと心臓の形がうつり、

こらえていた涙があふれました。

日に日にお腹は大きくなり、動きづらそうに体調も良くなかったのに、母は毎日仕事に行き、料理や洗濯などの家事もこなし、父はそんな母を手伝い、助けていました。そんな母を心から尊敬し、父にも感謝しています。

予定日のちょうど1週間前の朝早く、母が破水しました。祖父と姉と私で遅れて病院に行くと、「もう生まれそうだよ。」と助産師さんに言われ、母は私と姉にほまえみかかけてくれました。私は頑張る母の姿を見て、自分もこんなふうになってきて、今ここにいるんだなと思いつつ、ただ母を見守ることしか出来ませんでした。

母は歯をくいしばり、何度も何度もいきみ、赤ちゃんは頭が出たり戻ったりの繰り返し。見ているだけで、その痛さが伝わってきました。

やっと生まれた赤ちゃんは大きな産声をあげて、元気に誕生しました。助産師さんにきれいにしてもらった赤ちゃんを抱っこした私はまた涙があふれました。

赤ちゃんはともあまたなく、最初は反対していた私も、その時には心の底から「生まれてきてくれてありがとう。」と思いました。

でもそれは母が頑張ったからです。そんな母の姿を見てきたからこそ、あらためて命の大切さをかみしめています。

今、私がいること、妹が無事に生まれてきてくれたこと、皆さんが生まれてきたことは全て「奇跡」なのです。赤ちゃんの誕生が家族を強くつないでくれたのも「奇跡」。だからひとつでも多くの命を大切にしていかなければならないのです。



命の誕生が絆をつなぐ





地元をはなれたからこそ
ずっと地元にいるからこそ

この良さがわかることがある

やりたい仕事はどこでもできる！

～ 20代、みなさんの活躍に期待します～

20歳の頃、沼田市を訪れるようになりましたが、
当時の私は東京に憧れており、22歳で上京。
大学卒業後に起業して20代は
思いっきり仕事に打ち込みました。

今は、沼田で暮らし、みなかみ町と高崎にて
東京の仕事をしています。
沼田と東京を往復して早8年し、
沼田の魅力に気づいたのは33歳のころ、
それまでは沼田の魅力に気付かず
東京しか見ていませんでした。

東京との近接性（上毛高原から66分で東京駅）、
豊かな山林との近接性（尾瀬、みなかみなどの北毛の玄関は沼田）を
活かせる立地が僕の感じている沼田の魅力です。

「稼ぐことは自分のビジネススキル次第でなんとかなる」
20代から、挑戦し、失敗し、立ち上がる中できつと、
かけがえのない仲間との出会いがあるでしょう。

皆さんの挑戦を応援します。

都丸 一昭 一般社団法人コトハバ 代表理事
1980年生まれ 長野県小海町出身。高校卒業後東京電力に就職。
22歳で慶応義塾大学(SFC)に入学、卒業後に起業し沼田に籍を移す。
現在は高崎、みなかみ、下仁田で地域拠点を運営している。

幸せは人生のプランニング次第！

～ 20歳の今から考える出産とキャリア～

多くの女性が社会で活躍している世の中になりましたが
「いつかは私も赤ちゃんを産みたい」

という女性ならではの願いは、
昔と比べてあまり変わっていないように思います。

もちろん「産みたいかどうか、いつ産むか」は、
個人の自由ですが

妊娠についての知識は
男女ともに持つておく必要があります。

生物学的に女性の身体は、
20代での妊娠・出産が最も安全で容易。

35歳を超えると徐々に「妊娠すること」自体が
難しくなってしまいます。

もちろん40代で出産している人も少なくありませんが
不妊治療や出産に危険が伴う確率が上がるのも事実です。

仕事を始めてから、妊娠・出産でキャリアが
中断するのには抵抗があるかもしれません。

20歳の今から、
仕事と妊娠適齢期の兼ね合いを
視野にいれたキャリアプランを
考えておくのがおすすめです。

後藤 ひとみ 母の芽助産院（沼田市横塚町）



ママと一緒にやっぱり一番



ギュッとすると安心だよ



眠っているときも可愛い!



沼田市子ども広場!

読み聞かせに夢中な子ども達



沼田市子ども広場!

未就学児とママが安心して集まれる!



こんな体験は沼田ならでは~

子どもって可愛いよ♪ 子育てって楽しいよ♪

色々考えたり悩んだりもするけど、とにかく可愛い!
目の前の子どもに一生懸命になってるうちにふと気づいたら
他では得られない学びや成長、新しい自分への気づきがあったりするよ♪



生まれてきてくれてありがとう!



おじいちゃんと一緒に楽しい~



一緒にお出かけする幸せ♪



天真爛漫サイコー



子どもを産んで知る世界



元気で生意気が一番!



最後に

私たちだって まだ旅の途中な気がする
不安になることもある
でも、その時その時に助けしてくれる人が結構いたり
痛い思いをして学ぶことがあったり
どれもいい経験で
結果 なんか良かった
なんて思ったりして…
わりと幸せな気がする
だからみんなも
幸せになることを夢見て
自分が本当にしたいことや
なりたい自分を大切にしていけば
そのプロセスも結果も失敗も
きっと幸せなんじゃないかな

Hug Hapi

～これからのじぶんをイメージする～
未来のライフデザイン啓発事業
ハタチからの参考書

〔協 力〕 成人式実行委員会のみなさん
斎藤 隆志 (写真)
アーチデザイン (改訂作業)

〔編 集〕 **Hug Hapi** 代表 石井 敦子
沼田市子育て支援ネットワーク推進協議会

〔発 行〕 沼田市健康福祉部子ども課
〒378-8501
群馬県沼田市下之町 888 番地
2019 年 12 月 25 日発行

〔印 刷〕 有限会社コトブキ印刷

Hug Hapi (ハグハピ) とは？

利根沼田の子どもをとりまく環境(妊娠、出産、子育て～成人を迎える若者)を全てのみんなを「ぎゅ～っとハグして応援したい！ 応援する人もされる人もハッピー！」そんな活動を目指しています。

TEL 0278-22-1760(ごったく広場)



