

沖縄の子育てを
応援するフリーマガジン

たいようの
えくぼ



vol.50
Nov.2025
taiyonoekubo.com



誌面を支えてくださっている方々のご紹介
裏表紙 & 中サポーターページ

祝 おかげさまで50号



＼ありがとう!50号記念 /
たいようのえくぼ徹底紹介!

ぐるっとドライブin宜野座村&金武町
世界パパ・インド出身パパ
島野菜∞レシピ〜シマナー〜

take free

50号
記念



RBC「アツアツ!!」
コメンテーター
ガッキー



Bios
ビオスの丘



① 沖縄銀行
BFG おきなわフィナンシャルグループ

私たちは沖縄の子育てを応援しています

TAKE FREE

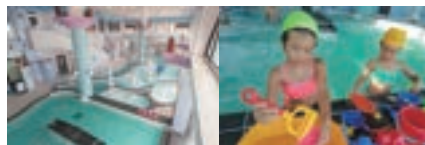
2025年11月25日発行【沖縄の子育てを応援するフリーマガジン たいようのえくぼ vol.50】 HP: taiyonoekubo.com

③ タピックタラソセンター 宜野座

温水プールでおもいきり水遊び!



海水ジャグジープールには浅い場所でおもちゃ遊びができるスペースがあるので、小さい子も安心♪ウォータースライダーや屋外ジャグジーでリラックスタイムもオススメ。水着やタオルの貸し出しもあるので手ぶらでもOK。(ウォータースライダーの利用可能時間は公式HPをご確認ください)



📍 宜野座村漢那1817

🅐 あり

🕒 10:00~21:00 / 定休日: なし 📞 098-983-2323

② 宜野座村 農村公園

大きな東屋で涼める公園



長〜い滑り台に、ミニロッククライミングが楽しい公園♪大人数でもゆったり楽しめそうな大きな東屋に、広い芝生エリアもあるのでボール遊びなども楽しめるよ!



📍 宜野座村字惣慶1857

🅐 あり

④ きんたームランド

広くて大きな複合遊具にワクワク♪



3歳未満児専用コーナー「すくすくランド」では小さい子だけが入れて地面はクッション性があるので安心。大きな複合遊具にターザンロープもあり、思いっきり楽しめる公園です。

📍 金武7758

🕒 10:00~19:00

🅐 あり

子連れで
Let's Go!

ぐるっとドライブ

宜野座村 & 金武町エリア

今回のぐるっとドライブは宜野座村・金武町エリア♪海に面した東海岸沿いには広い海が広がり海の風景に広々公園、人気の沖縄そば屋さん宜野座いちごを使ったパン屋さんや地元野菜が買えるスポットなど楽しみがたくさん!涼しい季節のドライブにレッツゴー!

宜野座村

広場でボール遊びや
キャンプ場もオススメ!

漢那ダム

宜野座 I.C

地元の果物や野菜に
珍しい加工品などがいっぱい。

未来ぎのざ
特産品加工直売センター

金武町

お馴染みの田芋パイや
珍しい田芋チーズ
ケーキがあるよ!

金武の田芋スイーツ専門店
「きん田 金武店」

億首川

マングローブ林の散歩や
水牛車に乗れるよ♪

① ハイビスカスベーカリー

地元食材を使ったレパートリー豊富なパン屋さん



季節に応じた宜野座村産の食材を使用!
イチゴを使ったパンや島らっきょうとチーズの
エビ、黒糖を使用した創作パンやハード系
パンに、小さい子でも食べやすい塩パンなど、
どれにしようか迷うのも楽しい♪

📍 宜野座村字松田35番地

🕒 7:00~17:00

(売り切れ次第終了)

定休日: 毎週月曜日、

他カレンダーに掲載

🅐 あり

📞 098-988-7130



たいようのえくぼ 改めまして・・・
50号記念★たいようのえくぼ徹底紹介!!

これまでの活動

2008年

某掲示版の
「子育てフリーペーパーを
作りませんか」という
呼びかけに賛同して集まった
10人の母親達が
たいようのえくぼを
結成

START!

2019年

vol.30、vol.31、vol.32発行
10月結フェスタ
子どもと防災
in琉球新報 開催
11月カエルびあ なは
ハロウィンフェスタ 開催

全世界で
コロナパンデミック

2020年

vol.33、vol.34、vol.35発行

2021年

vol.36、vol.37、vol.38発行
10月カエルびあ なは
ハロウィンフェスタを開催

2022年

vol.39、vol.40、vol.41発行
防災座談会in森の子児童センター
那覇市中央公民館 乳幼児学級講師
なは女性センター主催
「育休/パパのリアルトーク」登壇

これまでの...

ぐるっとドライブ 特集集

糸満②、豊見城②、南城市③、南風原③、八重瀬、西原町③と与那原町、
与那原町、那覇市、首里、那覇新都心③と国際通り、那覇市西側、
浦添市、宜野湾市②、中城村②、嘉手納町、北谷町②、読谷村③、
恩納村、沖縄市、うるま市金武町③と宜野座村、宜野座村、名護、
やんばる、国頭村、石垣市、南部、中部、公園、西海岸

世界ママパパ

イギリス③、フランス③、アメリカ④
台湾②、カナダ②、ベトナム②
ウルグアイ③とスペイン、タイ
ロシア、ネパール、シンガポール
香港、韓国、スペイン、アルゼンチン

沖縄食材 レシピ

冬瓜、パパイア、
ハンダマ、ヘチマ、
ゴーヤー、エンサイ、
もずく

※○の数は登場回数です

2009年

4月 オキナワ的子育て応援マガジン
「たいようのえくぼ創刊号」を創刊
5千部発行
vol.2、vol.3発行
vol.3より
沖縄ファミリーマートの
協力により沖縄全店
(約250店)に配布開始
えくぼハロウィンイベント
スタート

2018年

vol.27、vol.28、vol.29発行
2月 たいようのえくぼポケット
うらそえ版を発行
通常配布に加え、浦添市内
全保育園・幼稚園に配布
家～なれ～フェスタ
石垣島と本島で開催
4月 たいようのえくぼ
10周年式典＆パーティー開催
9月 結フェスタ2018
in那覇バスターミナル開催
10月 カエルびあ なは
ハロウィンフェスタを開催

2010年

vol.4、vol.5、vol.6、vol.7発行
vol.5より
すこやか薬局の協力により
沖縄全店(約30店)に配布開始

2017年

vol.24、vol.25、vol.26発行
1月～3月 沖縄県子ども未来応援サイト事業
1月 アロマワークショップ開催
(オーガニック&アロマ ベタルーナさんと)
2月 八重瀬八景フェスタ春祭りに参加
3月 スミセイ未来大賞
文部科学大臣賞受賞

沖縄市子どもガイドブックを企画協力・監修
EKUBO TOWNin石垣島開催
8月 ママ・パパ子どもの集う場所メカメカ
那覇市銘苅にオープン! (現在クローズ)
9月 30日 カエルびあ なは ハロウィンフェスタを開催
平成29年度
浦添市まちづくりプラン賞
シンバネットワーク賞受賞
11月 25日 ライカム沖縄水槽広場にて、結フェスタを開催
月に1度、NHK『ちゅらTV』に出演
第5木曜日タイムスほーむぶらぎにて座談会を掲載
月に1度RBCiラジオ『ジブンジカン』の
「シェアのジカン」に出演
琉球新報Styleにて「えくぼママの沖縄子育て」掲載
JapanUpdateにて子育て情報を発信

2023年

vol.42、vol.43、vol.44発行
2月 結フェスタ2023
子どもと防災
はじめてばことの共催!
ポッドキャストスタート
全国社会教育研究大会
えくぼ代表発表

2024年

vol.45、vol.46、vol.47発行
姉妹誌「たいようのFight!」創刊
3月 結フェスタ2024子どもと防災
はじめてばことの共催
サンシャインゆいま～る登録団体に

2012年

vol.11、vol.12発行
ファミマCM出演!



2013年

vol.13、vol.14、vol.15発行
(vol.14より2万部に)

6月「親子型ワークショップ
マガジンたいようのえくぼ
ポケットvol.1」創刊

10月「親子型ワークショップ
マガジンたいようのえくぼ
ポケットvol.2」発行

10月 沖縄ファミリーマートの
商品開発イベント「学P」に参加

10月 第4回ハロウィンパーティー
in沖縄写真デザイン学校+琉美

イオン琉球の協力により
イオンジャスコ店舗に配布開始

沖縄県
地域子育て事業支援事業助成採択
沖縄銀行
おきぎんふるさと振興基金助成採択

2016年

vol.21、vol.22、vol.23発行

1月 沖縄県子育て応援バスポート準備事務局(3月末まで)
八重瀬町でのカー屋音遊び(音楽体験イベント)の開催

2月 県教育庁とコラボした家～なれ～えくぼの発行(9万部)
八重瀬町の春祭りに出店

5月 月に1度、NHK『ちゅらTV』に出演スタート

5月 タイムスほーむぶらぎにて座談会を掲載

月に1度RBCiラジオ、『ジブンジカン』の「シェアのジカン」に出演スタート

10月 カエルびあ なはにて、ハロウィンフェスタを開催。

ファミリーマート発売のキングス手帳へえくぼの公園記事を掲載。

10月 29日 八重瀬町役場にてハロウィンタウンを開催

12月 JapanUpdate と子育て情報をコラボ。
英語版のえくぼの記事を

12月 15日のJapanUpdate 誌面に掲載開始

2014年

vol.16、vol.17発行

2月「親子型ワークショップマガジンたいようのえくぼ
ポケットvol.3」発行

6月 女性のためのフットサル大会 daimonCUPを
一般社団法人daimonと共催し、
別冊えくぼとのコラボパンフレットを2000部発行

10月 第5回ハロウィンパーティー
ブルーシール×ファミマ×えくぼ

2015年

団体をNPO法人化!

vol.18、vol.19、vol.20 発行
発行タブロイド紙「ほーむぶらぎ」にて
子育て座談会コーナー掲載開始
4月 イオンモール沖縄ライカム配布開始
6月「保育士100人結フェスタ」開催
(主催たいようのえくぼ
共催沖縄県保育士・保育所総合支援センター)
10月 たいようのえくぼ×沖縄電力コラボ
第6回ハロウィンフェスタin カエルびあ なは開催
イオン「イエローシート」参加

イベントは
これまで...
延べ総動員数28000名以上!!

こうしてバックナンバーをまとめていると、
沖縄に住んで子育てをしているママ達から
いろんな思いで情報を発信してきた歴史に
胸が熱くなりました!これからも100号、
1000号を目指して頑張っていきたいです!!!
(年3回発行だと1000号出るのは36年後...笑)
読者の皆さんからのアンケートもメンバーの
励みになっています♪これからもどしどし
ご意見お寄せください★

たいようのえくぼは

中心メンバーは沖縄で子育て中の母親たち。うちなーんちゅ、
ないちゃー嫁、沖縄移住者など、経歴・年齢などが全く異なる
メンバーで構成されています。他にも、子育てを応援したい方にも
参加してもらってます。

営利団体ではなく、自分達の子育て経験に基づいた役立つ情報発信や、
社会全体を巻き込んだ子育てを楽しめる環境づくりを
目指して活動をしています!

※寄付サイトはこちら!

出版費用等の活動費は、たいようのえくぼの趣旨を
理解していただいたサポーター様による協賛広告費、
寄付によって賄われています。
今こうして手に取って読んでくださっている読者の
方々からのご寄付(月500円～や年2000円～)も、
いつでも募集中です。



Yeah 2025年 NOW!

vol.48、vol.49、vol.50発行!!!

2月 結フェスタ2025子どもと防災
はじめてばことの共催

損保ジャパン
「SONPO倶楽部
社会貢献ファンド」より寄付贈呈



Parenting in Okinawa
India



PROFILE

プラタプ・アロックさん
インド・ビハール州出身。日本人のパートナーと3人の子どもの5人家族。琉球大学工学部特命准教授。



インドで現地の装いで結婚式



インド編

様々な理由で沖縄に暮らしている外国人ファミリー。異国の地となる沖縄で、在沖世界のファミリーがどんな風に暮らし、子育てをしているかをお聞きするこのコーナー「在沖世界のパパ 子育てサロン」素敵なパパとママがいて子どもたちが笑顔なら、きっと幸せな社会が築けるはず。今回はインド出身パパの子育てについて聞いてみました。

インド出身パパに聞いてみました！

Q どうして沖縄に来たのですか？

A 2010年に文部科学省の奨学金で日本に来ました。琉球大学で工学の修士と博士を取り、そのまま沖縄に残ることにしました。沖縄の人の優しさ、海のきれいに惹かれたんです。もうすっかり第二のふるさになりました。

Q 沖縄とインドの子育ての違いはありますか？

A インドは大家族で、親戚みんなが子どもを育てる感じです。沖縄にも「ゆいまー」という助け合いの文化があって、少し似ていますね。でも、沖縄の方がもっとゆったりしていて、子どものびのび育てられる気がします。

Q 子育てで大切にしていることはなんですか？

A 子どもの「自分で考える力」を育てたいと思っています。親が全部決めるよりも、失敗してもいいから自分で考えて行動してほしい。僕は「コーチ」ではなく「サポーター」のつもりです。

Q 沖縄の子育てで大変なことはありますか？

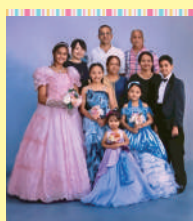
A やっぱり暑さ！(笑) 外遊びが大好きなので、日焼けと熱中症対策は毎回大変です。でも青い空の下で遊ぶ子どもを見ると、疲れも吹き飛びますね。

Q 子ども達は将来海外へ羽ばたいてほしいですか？

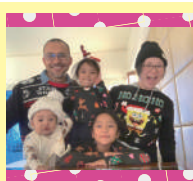
A もちろん。世界のどこにいても、自分らしく生きてほしい。場所よりも「どう生きるか」の方が大事だと思っています。

Q おすすめの料理はありますか？

A やっぱりチャイとチキンカレー！沖縄の野菜で作ると、スパイスと合ってすごく美味しいですよ。うちの子どもたちも大好きです。



インドの家族と集合写真♪



仲良し家族♪
イベントも一緒に楽しめます。

♡ うつ伏せで寝たら
マッサージしてくれる
♡ 子どもの遠足用に買っておい
お菓子を勝手に食べる

♡ 明日の天気を毎日にしながら、
洗濯機を回し、雨の降る日は毎回
コインランドリーに行ってくれる事。

♡ 仕事でクタクタになって帰ってきたら、
子ども達が美味しそうなお寿司を食べていて、
ワクワクして冷蔵庫をのぞいたら、
わたしの分がなかった時...

♡ 私が二日酔いで朝起きなくても、
文句ひとつ言わずに子ども達に
朝ごはんを準備して自分の仕事に向かった時
♡ 旦那の実家に戻ると旦那は昼寝したり、
テレビとスマホを3時間と見続けたりして
私は食事の準備やら皿洗いなど一人でしてた時。

♡ 私の仕事から帰宅する時間が遅くなっても、
温かい料理を作って、子ども達と家で待ってくれる
♡ 子どもの運動会の家族リレーに勝手に私を
エントリーして、アンカーで走らせる♡
まわりのアンカーは足の早いパパさんばかり。

♡ 買い物の荷物を積極的に持ってくれる
♡ 週末の朝、なかなか起きない

ステキ♡

50号特別企画

惚れなおした瞬間
わしわしした瞬間

長くいれば色々あるよね。惚れた弱みと思いつつも、ちょっとは直して欲しいかな...

えくぼ
ママに
聞いた

♡ 壊れた扇風機や自転車を分解して
直したり、工具で子ども達の棚や
靴箱を作ってくれる時
♡ 引っ越し5年目の家で、
「包丁ってどこ？」と言われた時。

♡ 自分も仕事めっちゃ大変なのに、私に
「めっちゃ膨大なタスク(仕事、子ども達の
送迎&係担当、家事、手続きなどなど)をこなして、
毎日頑張ってくれてありがとう」と
労ってくれるところ。できる限り皿洗いや
ゴミ出し洗濯してくれる。
♡ 夜中に内緒で食べたお菓子のゴミがそのまま
子どもが朝インチキー!と騒ぐ)



♡ どんなに疲れてでも、
子どものリクエスト
絵本を読んであげてる
♡ 私より細かくて
子どもにネチネチいう時

♡ プロポーズの時に
誓ったことを数年ごとに
確認してくれる
♡ 何回伝えても家族の予定を
覚えてない時

沖縄県

パートナーシップ・ ファミリーシップ制度

この制度は、法的に婚姻が認められていない
戸籍上同性のカップルや、様々な事情により、
婚姻の届出をしない、あるいはできない
事実婚のカップルなどが抱える
生きづらさや困りごとが
少しでも解消されるよう、
沖縄県として
応援するものです。



互いの個性を認め合う
だれもが自分らしく生きられる社会へ

パートナーシップ制度とは

パートナーシップ制度は、お互いを人生のパートナーとして認め合ったお二人が、日常生活において継続的に協力しあうことを約束した関係であることを県に対して届出し、県がその届出書を受理したことを証明(パートナーシップ・ファミリーシップ届出受理証明書を交付)するものです。

ファミリーシップ制度とは

ファミリーシップ制度は、パートナーシップにある方のほかに、お子様や親御様など近親者がいらっしゃる場合に、家族として併せて証明することができる制度です。

※法的な効力(相続、税金の控除等)が生じるものではありませんが、受理証明書の提示等により利用できる県や市町村、民間のサービスがごございます。また、サービス拡充にご協力いただける民間事業者は、県担当まで御連絡をお願いいたします。

詳しくは沖縄県HP▶▶



私たちが子育てファミリーを応援しています

マタニティ期から通える親子教室ベビすく



ベビーマッサージ教室 ベビすく
ベビーマッサージをはじめ、ママと赤ちゃんが楽しめるお教室からママのための資格取得スクール開講中！沖縄県内各地、離島へも伺います。詳細は、hp、blogをご覧ください。

浦添市経塚811-50 Tハウス4F
tel. 090-3016-2048

公式LINE ▶ babysuku_okinawa



お子様のとびきりの笑顔残しませんか？

日光写真館

与那原町与那原61-1
tel. 098-946-2351
営業時間/10:00~19:00
定休日/水・木

家族と、仲間と。
人生の記念日に？
写真を撮りませんか？



撮影予約時に「えくぼを見た」で写真全データ(3,500円分)をプレゼント！

どんな子も楽しく話せるように



ディーン家のオンライン英会話
「えくぼを見た」で無料体験レッスンと小学英語マスタリー30分プレゼント
毎日ネイティブとレッスン！
楽しい！話したい！英語を話したくなる心を育てる英会話レッスン。
兄弟何人いても月謝は同じ！

認めてほめて愛して育てる 七田式

七田式那覇教室

心の教育からはじまり、記憶力や思考力、表現力を育む最適な時期は幼児期です。お子さまの「今」に、いちばん効果的な働きかけができるプログラムや教材をご用意しています。



那覇市牧志3丁目2-10
てんぷす那覇1F
tel. 080-9851-3909
営業時間/10:00~17:00
定休日/日・月

七田式
那覇教室の
公式サイトは
こちら▶



赤ちゃんにやさしいお産と母乳育児サポート

産婦人科 ゆいクリニック

院長 島袋 史
(しまぶくろふみ)

沖縄市字登川2444-3
tel. 098-989-3801

https://www.yuiclinic.com/

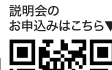


ワクワク学ぶ子を育む

学研GAZ 首里本部教室

幼児(年少)~小6生まで指導経験豊富なGAZで学べます！
12/16迄にご入会の方は入会金無料！

那覇市首里儀保町2-37 (GAZ首里本部教室1F)
tel. 0120-22-5622 (ガゼットフリーダイヤル)
営業時間/10:00~17:00 定休日/日曜・祝日



説明会ご参加の方へ抽選で
Amazonギフト券2千円分プレゼント



コンベンションセンター近くの耳鼻咽喉科



みみとはなの 和(なごみ)クリニック

受付時間/ 9:00~12:00
14:30~17:30
(土曜日のみ17:00まで)
休診日/木・日・祝祭日
tel. 098-890-0753
宜野湾市 宇地泊3-10-9
nagomiclinic.jp



しまやさい 島野菜 無限レシピ

ほんのすこしだけ暑さが和らいできて、なんとか秋を探しているうちなーんちゅ達。喘息持ちのこどもたちは特に注意しないといけない時期です。鼻づまりや耳閉感のある時におすすなのが、今紹介する「シマナー(からしな)」！シマナーを塩漬けたものをチキナー(漬菜)と言い、沖縄では1000年以上も前に、中国から渡来したと言われています。琉球王朝時代の食の医学書「御膳本草」には、人間には9つの穴があり、からしなはその通りを良くしてくれると記されています。アレンジの色々な食べ方を紹介しますので是非チャレンジしてみてくださいね！

★基本のシマナーのタネ★

- ▶ お湯を沸かし、パスタをゆがく時の塩加減を入れ、シマナーをさっと下茹でして水気を絞り、細かく刻む。
- ▶ フライパンで油を熱しシマナーを中火で炒める。
- ▶ 火が通ったらツナを油ごと加え、炒め合わせて、シマナーのタネの完成！



混ぜご飯(おにぎり)



炊き立てのご飯に★タネを混ぜて、混ぜごはんやおにぎりに。仕上げに白ごまを加えると風味アップ。

味噌汁



味噌汁に★タネを仕上げでひとさじ加える。香りと旨みが広がり少量でも風味豊か。

ポーク卵おにぎり

スパム(ポークランチョンミート)と卵を焼く。ご飯・★タネ・卵・ポークを重ね、海苔でサンドして完成！



しらあえ



木綿豆腐を水切りしてすりごま・白味噌・砂糖で調味したら★タネをin♪和風副菜に変身！！

卵焼き

溶き卵に★タネを混ぜて焼く。お弁当にも◎。



ポテトサラダ

いつものポテトサラダに★タネを加えるだけ！マヨネーズとの相性が良くいろいろ豊かな1品に。



食パンonチーズ焼き

食パンに★タネとチーズを乗せてトースターで焼く。ピザ風で朝食やおやつにぴったり！



ふりかけ



★タネに、しらす・醤油・みりん・砂糖を加えて水気を飛ばし白ごま・かつお節を混ぜて乾煎りしたら完成。冷やご飯にも合う自家製ふりかけに。味付けを薄めに仕上げると常備菜にもなるよ！

チャンプルー



豆腐を炒めて★タネを混ぜるだけでチャンプルーの完成。

ハンバーグ



★タネをハンバーグのタネに混ぜて焼く。味がしっかりついてるのでソースなしでも美味しい！！

カレートッピング



いつものカレーに★タネをトッピング。カラシナの風味でコクが深まるよ。

栄養士の プチ情報

からし菜の種はマスタードに、葉の部分は程よい辛味で料理のアクセントにもなります。ビタミンの他カルシウムや鉄分などの摂りにくい栄養も豊富なので定期的にお料理に取り入れて欲しい食材です。



えくぼママ
Ena

子育てを応援したい気持ち
地元を離れての子育ての大変さを
経験しているので、身近に気持ちを
分かってくれる人がたくさんいる事を
子育て中のママたちに伝えたい。
気持ちを声にできる場所やきっかけ
づくりになれたらと思っています。



うみみ

子どもの元気は、お母さんの元気だ
と思うので、毎日頑張ってくれている
お母さんたちの元気の源に少しでも
なれたらと思います！私はまだ『母』を
経験してないのですが、お母さん達
の声を聞き、何かお手伝いできたら
嬉しいです！

国際栄養師、管理栄養士としてのお仕事 保育園の献立作成
食育・健診や支援センターでの栄養相談、講話、広報誌の
レシピ作成。座右の銘：温故知新、死ぬこと以外はかすり傷

『食』の体験型オンラインスクールHarmoで沖縄リーダー担当。
沖縄健康問題への取り組み・食関係プロジェクトメンバーです。

ありがとう50号！

支えられて50冊目

サポーターの皆様のおかげでこの冊子が発行されています。ご支援・ご協力に心より感謝申し上げます。 えくぼ編集部より



私達と一緒に沖縄の子育てを応援しませんか？

たいようのえくぼの活動理念にご賛同いただき、一緒に沖縄の子育てを応援するフリーマガジン制作にご支援いただける誌面サポーターを募集しております。

HPでえくぼPDF版が全ページ閲覧できます

最新情報はえくぼ公式HP、facebookでお知らせします。ぜひ登録してくださいね！

HP taiyonoekubo.com



※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です

※NPO法人たいようのえくぼは、特定の個人、団体、政党、宗教などを支持するものではなく、またそのような個人、団体、政党、宗教とは一切関係ありません。

えくぼNews
次号予告

vol.51は2026年3月発行予定

●発行日・内容は予定なく変更になる場合があります

ぐるっとドライブ

島やさい COレシセ他

編集後記

私とたいようのえくぼは、私の母歴・子育てと共にあります。沖縄に移住して、息子が生まれ、沖縄の子育て情報も何もない私。あの当時はまだ、なんでもネットで調べられる時代ではありませんでした。そんな時、ブエノチキンでもらった一冊のフリーペーパーが「たいようのえくぼvol.16」でした。誌面を読んでいた、「メンバー募集！」という文章が、ドキドキしながら連絡してみたところ、「今度のミーティングにどうぞ！」と返信が来て、「ええっ！いきなり・・・汗」となったのを覚えています。当時0歳の息子を連れて参加したミーティングから・・・早11年がたちました。私が携わった誌面はvol.18からvol.50へ。家族も増えました。たっくさんのお母さん達と出会いました。えくぼキッズとは兄弟姉妹のように育ちました。イベントやメディア出演、公的な仕事からまさかの編集長まで・・・あの時、えくぼにメールを送ってなかったら、沖縄でこんなに濃厚な子育て時代を過ごすことはなかったはず。

今回50冊目のえくぼを発行するにあたり、バックナンバーにゆっくり目を通しました。これまでえくぼに関わってきたメンバーの熱い想いがあったからこそ、ここまで繋いでこれたのだと実感する。そんな誌面に携わっていられるのだと思うと、毎日毎日子育てや家事に追われて、寝かしつけた後に寝落ちの誘惑にも負けず原稿を書いて、子ども連れの企業さんに営業に行ったり、身重な身体でイベント主催したり・・・大変なこともたくさんあった、これからはきつとあるけれど、えくぼママ達と笑い合いながらこれからもこの活動を繋いで行きたいと思っています。私がえくぼにvol.2に入った当初よりも、バリバリ働くお母さん達が増え、えくぼメンバーもリアルで集まり辛かったり、ネットで情報を集めたり発信することが主流になり、紙媒体は苦戦しています。それでも、子育て中のお母さん達がほとんど一息ついたら文章量や内容量の紙媒体であることを大切にしています。

私たちの想いだけでは、フリーペーパーにはなりません。想いに賛同して、えくぼを支援して下さった方々がいるからこそ、こうして読者の皆さんにフリーペーパーとしてお届けすることができています。本当に感謝の気持ちでいっぱいなんです。そして、なんだか忙しすぎて私を見守りつつ、いつもフォローしてくれる夫と子ども達にもありがとう。えくぼ10年以上の歴史を写真で振り返ると、えくぼママ達が順調にbigママになっていって一人ニヤける編集長なのでした笑。この先も、沖縄の子育てといえたいようのえくぼ！と思ってもらえるような団体を指して、日々活動を続けて行きたいと思います！！

編集長 実穂

子育ては決して独りではできません。

子育てが今より、もっと楽しくなる、沖縄発の

情報誌があったらいいな。

そんな声から生まれたのが「たいようのえくぼ」です。

私たちは単に情報発信だけでなく、子どもたちが

健やかで豊かに育つことのできる社会を、家庭・地域・企業の

みんなで創ることを目指して活動しています。

発行にかかる全ての費用はサポーターの皆様により支えられています

配布のご協力先

沖縄ファミリーマート全店、すこやか薬局全店、沖縄銀行全店、イオン4店舗、イオンモール沖縄ライカム店、イオンタウン南城大里、県立博物館・美術館、県立沖縄図書館、沖縄こどもの国、ピオスの丘、浦添市美術館、県内全ての児童館、子育て支援センター、市役所、ファミリーサポートセンター、県内の子育てイベント会場、図書館、保育園他、たいようのえくぼサポーター店舗にて配布のご協力をいただいています。(数に限りがあります。ご了承ください。)

Vol.50 読者アンケート&プレゼント

今回も、沖縄の子育てを応援してくれる皆様から、沢山のプレゼントを頂きました！たいようのえくぼは沖縄で子育て真っ最中の皆様の声をもとに誌面作りをしています。ぜひアナタの声を聞かせください。アンケートに答えてくれた方の中から、抽選でプレゼントを差し上げます！

全てのプレゼント応募しめきり
1/31

アンケート

Q1 ご希望のプレゼントは何ですか？(第1希望・第2希望)

★希望する理由とどんな風に利用したいかも教えてね♪

Q2 『たいようのえくぼ』の入手先は？(設置場所を記入)

Q3 えくぼをみて、チャレンジしたこと、または足を運んだお店や施設があれば教えてください！

Q4 子どもやパートナーの笑っちゃうエピソードがあれば教えてください

Q5 今回おもしろかった記事、今号の感想、今後取り上げたい欲しいテーマやえくぼへのメッセージなど

※頂いた個人情報は、プライバシーを厳守する事はもちろん、プレゼント発送または記事材料など、たいようのえくぼの子育て支援活動に活用する以外には使用いたしません。

※プレゼントのご応募は、お1人様1回までとさせていただきます。ご了承ください。

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

プレゼントのご応募はこちらから！



たくさんのご応募お待ちしております♪

おでかけ情報ポケット

※営業時間変更の場合がございます。おでかけ前にも、各施設のHPにてご確認ください

えくぼ読者だけの
お得情報

- ◆ベビスク
- ◆日光写真館
- ◆ディーン家のオンライン英会話
- ◆七田式那覇教室
- ◆学研GAZ 首里本部教室

ぜひ「えくぼを見た」と伝えてね。嬉しいサービスがありますよ！



A

沖縄ファミリーマートより

「フラチキ
商品引換券10本分」

10名様

B

5名様

ペタルーナより

「ガーデンボディミスト
for Woman100ml」



C

1名様



vol.45
表紙衣装

D

3名様

保護猫とつながる
カフェ&ショップ
ヌーベルバーグより

「1時間無料入場券」
(ドリンク・おやつなし / 1枚3名まで)



E

3名様

沖縄国際大学より
沖縄の昔話
手作り英語絵本



シアタードーナツ

<https://theater-donut.com/>

シアタードーナツ映画招待

ソファがあるカフェスペースに腰掛けながら、120インチのスクリーンで映画が楽しめる、県内初のカフェシアター！手作りドーナツや美味しいコーヒーを飲みながら家族で気軽に映画を楽しもう♪



※上映スケジュールはHPでチェック！

■上映チャージ：大人 1320円 中高大学生 1100円 小学生 700円

未就学児 無料 (作品によっては鑑賞をお断りする場合がございます)

※通常上映の際、座席の予約は受け付けていません (イベントは予約可もあり)。

※開始時刻より早めのご来店をお勧めいたします。

■問合せ 070-5401-1072 ■住所 沖縄市中央1-3-17 (沖縄市胡屋バス停前)

『シアタードーナツご招待券』 ペア4組様 (2026年3月末まで有効)

F



ピオスの丘

うるま市石川嘉手苅961-30

クリスマスシーズン～お正月は特別イベント・セール開催！

クリスマスから新春を華やかに表現した特別展示「やすらぎの時」やお正月限定イベントも開催決定。「らん」の鉢植えセールも。詳細はHPで。



■営業時間 9:00～17:30 不定休

※入園は16:15まで

■入園料金(湖水観賞舟乗船つき)

大人(中学生以上) 2,200円(税込)

小人(4歳～小学生) 1,100円(税込)

県民割 上記入園料より20%引き

※沖縄県内在住確認ができる物が必要です

■問合せ 098-965-3400 (9:00～17:30)

G

ピオスの丘入園券
(湖水観賞舟乗船付)

ペア5組様