

一人ひとりの想いつたえたい >>> あなたの声でつくる情報誌

NO.56

2004・秋号

まなこ

企画・発行

武蔵野市企画政策室市民活動センター男女共同参画担当



特集 子育て再考「もう一度、手をつないで」

取材

- 武蔵野市子育てSOS支援センター (レポーター体験記 曾我部一美さん)
- 「台所」発「基本と寄り道」経由「元気」行き 山本ふみこさん
(レポーター体験記 保坂 敏子さん)
- 耳の痛い話も、ちょっとは聞いてごらん 高橋 英一さん

寄稿

- ・祖母になって思う、子育てに大切なこと 岩崎多恵子さん
- ・早期教育中間報告 福井貴美子さん ・絵本タイムで「愛情確認」 松田 理恵さん

情報

男女共同参画推進団体活動補助金交付対象事業の紹介 市民活動センター男女共同参画担当

●子育てSOS支援センター● 市役所3階 子ども家庭課内

TEL 0422 (55) 9002
0120 (83) 9002
FAX 0422 (51) 9417

来所と訪問 月～金の8時半～17時
電話相談 月～土の8時半～22時
日・祝・年末年始は休所



スタッフ全員で。前列中央が吉川さん「主人公は制度やスタッフでなく、家族と子ども。私たちは寄り添って一緒に考えます」

子どもたちを取り巻く環境は、さまざまな問題を抱えています。もっと早く、もっと便利に、が求められる世の中ですが、私たちは、どこまでそれを必要としているのでしょうか。



子どもたちにとってほんとうに大切なものをさがしに、いっしょに歩き始めてみませんか。たとえその歩みが遅くても、もう一度、手をつないで。

取材

武蔵野市子育てSOS支援センター

今年2月に「武蔵野市児童虐待の防止及び子育て家庭への支援に関する条例」が施行され、子育て全般の相談窓口として、子育てSOS支援センターが誕生しました。来所や電話、希望に応じ家庭訪問で相談を受けます。

宿泊型の一時保育（子育てショートステイ）の提供をし、緊急時の子育てを支援します。都の児童相談所等と連携して児童虐待の早期発見と予防も行い、総合的な子育て支援ネットワークを構築しています。

吉川良子センター長を訪ね、お話を聞きました。

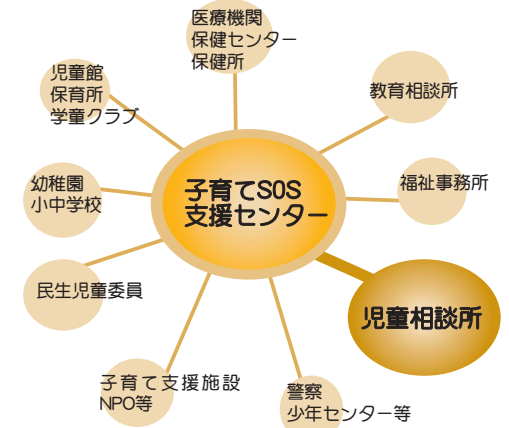
子育てショートステイとは？

市ではこれまで、宿泊を伴う短期間の保育には、児童相談所を紹介してきました。しかし児童相談所の利用が急増し、満員になることも多くなったり、緊急事態とされて通学できなないなどの状況に対応するため、日常生活に近い条件ですごせるよう、市内での対応をはかることにしました。子育てショートステイでは施設から通学ができ、交通費などは自己負担となりますが、ボランティア等の送迎協力も依頼できます。幼児は施設内の園内保育を受けられます。

保護者の急な病気やケガなど、取るものも取りあえず子どもの保護が必要となった場合には、手続きはあともいいからまずは受け入れを、と考えています。

今後の活動への抱負は？

相談を待つばかりでなく、親子が集う場に向いて親どうしの架け橋となり、子どもを遊ばせながら緊張せずに向き合っていきたいですね。



センターが作られたのはなぜ？ 子育て支援ネットワークとは？

市では子育て家庭支援のため、関係機関がそれぞれ相談を受けて対応してきました。その知識や情報を集約し、中核となるセンターが必要とされたことが背景です。センターは市役所3階の子ども家庭課内にあります。ネットワークはセンターを中心に、保健医療施設・小中学校など教育機関・乳幼児機関や民間子育て機関、状況に応じて都の児童相談所や警察関係等もかわる、という形です（図参照）。ネットワーク全体で子育て家庭へ最適な支援を行うことで結果として児童虐待の防止をはかることを目的に、関係機関とセンターが常に連携

いわば出前支援ですね。相談先に迷い、周囲から孤立して苦悩するお母さんたちをそのまま受け止められれば……。

そしてネットワークを構成する各機関・団体の現場実務担当者や事例検討や研修会を頻繁に行っているんです。学校でいえば担任や生活指導の先生ですね。子どもと直に接するプロの目で何かを感じ取ったら職場で話し合い、センターへの連絡もお願いし、力を合わせて取り組みたいと考えています。

また、夫婦や家族関係について悩みを持つ家庭も少なくありませんから、乳幼児から高校生までと限定せず幅広く対応したいと考えています。センターの基本的な姿勢は、地域の皆で子育ての力を再生しようという思いです。センターも家庭も、ともに育ち合っていると嬉しいですね。

（取材 藤井美里）

▼宿泊型一時保育（子育てショートステイ）では、市内の養護施設で子どもの世話をします。詳細はリーフレット参照。
▼センターだより（季刊予定）やリーフレットで利用条件を確認できる。学童保育所・幼稚園・保育園世帯に配付してあるほか、0123・市政センター・保健センター窓口・小児科待合室等に置いてある。

相談は多いのですか？

4月の相談延べ件数は145件、7月は260件、8月は304件でした。一つの相談で何度も連絡し合い、ときには児童相談所とやり取りし、きょうだいの年齢によって保育園・学校等の各機関とも話します。緊急でなくとも、先々のため学童保育や一時保育について知りたい方の照会にも対応しています。「子どもがどろんこで遊べる公園は？」「水ぼうそうの潜伏期に外出しても大丈夫？」など、気軽に問合せもいただいています。どんな相談でも内容については秘密を厳守します。

また夏休み前に市立小中学生全員へ、困ったとき相談できるよう、市の人権擁護委員や教育委員会と共同でカードを作成し配りました。センターの無料通話番号や、教育相談所、人権擁護委員の連絡先番号を入れてあります。匿名でも、途中で切っても、保護者からでもOKです。

スタッフの構成は？

女性5名・男性2名です。遊び・発育についてや、非行・ひきこもり・生活問題全般にかんじて、相談経験

まなこレポート 曾我部一美

安心してどんどん利用しよう

その思いが後々の世代にもずっとつながってほしいとおっしゃいました。それこそ、子どもを温かく見守る社会に大切な気持ちだと感じました。子育て中の母親にとって心に響き、社会の一員としては肝に銘じておくべき言葉だと思いました。堅苦しいところではなく、親身になって悩みや相談をきいてくれるところとして、たくさんの方々に利用してほしいと思います。

子育てにかんじてのさまざまな相談にのったり、ネットワークの協力で相談者の質問を解決に導いていく機関だとわかりましたが、それとともに、組織としては充実していても、現実に子育てが多様化していく中で、利用者の気持ちをどれだけ汲んでくれるかが少し不安ではありました。けれどお話を進めていくうち、吉川さんが「私たちの願いは子どもたちが安全で安心な場所で育ってほしいということ。

●取材体験記

取材に行く前は、新しい子育て機関という漠然としたイメージしか持っていませんでした。お話を伺ううちに、





耳の痛い話も、 ちょっとは聞いてごらん

ひでかず
高橋英一さん 吉祥寺北町



紙芝居は、第1・3金曜日、午前11時から。緑町パークタウン内の広場・B7ラウンジに、お子さん連れて気軽に寄ってみて。「おおのでん」と書かれた黄色のエプロンが目印です。

福祉の会

正式名称「地域福祉活動推進協議会」住民同士による支え合い「共助」を目的とした団体。市内13地域で特色ある活動をしている。
※「大野田福祉の会」は、大野田小学校の学区内で活動。

家業の運送業を引退後、※「大野田福祉の会」の会長を務める高橋英一さんは、同会の仲間たちと、緑町パークタウン内で入園前の子どもと母親たちに紙芝居を見せる会を開いている。「孤独になりがちな新米おかあさんたちの交流の場をつくるのが目的です」家も娘ばかりだからと目を細める高橋さん、最近の子育て事情や昔の子育ての知恵、武蔵野につたわる伝統行事のことなど、若い世代のおかあさんたちとの会話は尽きることがない。

生まれは昭和4年。今も住む北町の生家は、戦前、沢庵の製造を生業としていた。酒樽に漬け込まれた沢庵はトランクに積まれ、横浜の港から満州へと渡って行った。漬け込みに当たる職人やトランクの運転手たち。その中には朝鮮半島から来た人もいた。また、

「まるで飲み屋の女将です」一人ずつと向き合うとおもしろいこともある、発見もある。

時間やお金をかけなくても豊かな食生活は送れる。蓋付きのお椀にポタージュ。寒い季節の「やみなべ」ごっこ。お稲荷さんの中に赤飯。釜飯の釜にグラタン。器を変えるだけでも食卓の楽しみは広がる。人をおどろかすことが好きなのだ、と山本さん。

基本は「ごはん、おみおつけ、野菜、魚ときどき肉」基本は毎日。たまに寄り道。なるほど、食生活は、それぞれの家庭の考え方、胃袋に合っていればいいのかもしれない。

「食卓を通じて励ましたりできることを思えば、忙しさが重なっても、くたびれていてもせつせとごはんを作ります。家族のためというよりは、自分のよりどころなんです」

山本さんの家の元気な食卓に是非一緒にさせていただきたい。

(文 尾花雅子)

所沢辺りからは、作丁さくぢょうと呼ばれる、高等小学校を卒業したばかりの少年たちが働きに來ていた。朝晩の食事は、家長である父親を除き家族も住み込みの人たちも皆でいっしょに土間の食卓を囲んだ。「特に言葉を交わさなくても、ともに食事することで自然と見えてくるものもある。今日は誰が体調が悪いか、どんなことを悩んでいるかとかね」

そんな子ども時代の体験が、若い親たちへの「ちょっと一言」につながる。「ちゃんと、ごはんはつくってあげなさい。そして、出来る限りいっしょに食卓についてあげてほしい」

「皆、またその話って言う顔するけどね。10年続ければ、その後の10年は、親も子も心穏やかに暮らすことができるんじゃないかな」

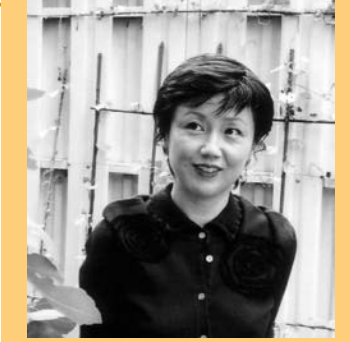
人間関係が日増しに希薄になっている今、「福祉の会」では「ご近所づきあいのきつかけづくり」を推進し始めている。「まず、親が率先して挨拶の声かけをしてほしい。そんな大人の姿勢から、子どもたちはきつと学ぶはずだから」高橋さんは、優しい眼に力をこめた。

(文 森 治美)

「台所」^発「基本と寄り道」^{経由}「元気」^{行き}

山本ふみこさん 八幡町

エッセイスト。編集者。でも、いちばん好きなのは主婦業かな、と笑う。



楽しい語り口のエッセイが話題の山本ふみこさんのお宅を訪問した。

「おかあさんの顔」が刷りこまれている。また、台所には三姉妹と友だちが作ったといういびつな形の月見団子が。子どもたちへの思いがあらちこちらで顔をのぞかせる。

台所の責任を持つようになって20年。時代の変化、子どもの成長に合わせ食卓も変わってきた。台所仕事の手際がよくなくなってきた反面、力んで疲れもでてくる。そんなときは深呼吸——台所をきらいにならないように。新鮮な気持ちがいよめるように。

週末には家族5人で食卓を囲むが、平日は帰宅時刻がそれぞれ違う。大学生がアルバイトに行く前に軽い食事。小学生が遊びから帰って夕食。そのうち、部活動を終えて帰宅の高校生。そして、夫。その都度それぞれと向かい合う。



山本さんの著書

- 『食卓の力』 (晶文社)
 - 『わたしの献立帖』 (大和書房)
 - 『子どもと食べる毎日のごはん』 (岩崎書店)
- ほか

「まるで飲み屋の女将です」一人ずつと向き合うとおもしろいこともある、発見もある。

時間やお金をかけなくても豊かな食生活は送れる。蓋付きのお椀にポタージュ。寒い季節の「やみなべ」ごっこ。お稲荷さんの中に赤飯。釜飯の釜にグラタン。器を変えるだけでも食卓の楽しみは広がる。人をおどろかすことが好きなのだ、と山本さん。

基本は「ごはん、おみおつけ、野菜、魚ときどき肉」基本は毎日。たまに寄り道。なるほど、食生活は、それぞれの家庭の考え方、胃袋に合っていればいいのかもしれない。

「食卓を通じて励ましたりできることを思えば、忙しさが重なっても、くたびれていてもせつせとごはんを作ります。家族のためというよりは、自分のよりどころなんです」

山本さんの家の元気な食卓に是非一緒にさせていただきたい。

(文 尾花雅子)

寄稿

祖母になって思う、子育てに大切なこと



「この指そうさん♪♪」小さな動物や人形を指にさし、体を動かして歌っている1歳過ぎの赤ちゃんとおかあさんの笑顔。赤ちゃんには、親との行動が全てお手本になるようです。真っ白な子どもの心に色づけるのは、親の慈しみの心だと思います。

子どもの成長にそって同じ目線に合わせて接するよう心を配り、少しの時間でいいから全神経をたっぴりと子どものために使ってあげてください。一緒に楽しむことが子どもの心に充分な満足感を与え、これこそが親子の

信頼関係をしっかり築くのだと思います。家族一緒の食事、父親との入浴、音楽や絵画などに親しみ、本物に触れる時間を共有する中から、子どもは自分の可能性を発見し、好奇心を旺盛に夢をふくらませていくことでしょう。また親と一緒に時間をかけて得た経験と自信は、突然の出来事にあってもクリアできる土台になるでしょう。

祖母になった今、孫の成長を余裕を持って見守ることができ、幸せです。親は目前の結果をすぐに子どもに求めがちですが、人生を長距離ランナーに見てあげたいものですね。

まなこレポーター 岩崎多恵子 (文)

取材体験記

ゆとりとこだわりで豊かな食卓

まなこレポーター 保坂敏子



ペイントした石がカップ麺のふたの押さえに。「石も秘宝よ」と山本さん(右)

初めての取材同行に緊張していた私を迎えてくれたのは山本さんの笑顔でした。ざっくばらんなお話は母、主婦としての私にも共感できることが多く親しい友人との会話のようでした。日頃から人とのつながりを大切にしている様子が伺えました。

「たまにはインチキ、手抜きもありでいいんじゃないかなあ」食に対する大らかさは、マニュアルど

おりになりがちに私にちょっと立ち止まって周りを見るゆとりを持つことを気付かせてくれました。また、夏バテ防止のためにも毎年梅シロップを作るなどこだわりもたくさん持ち、食生活での力のさじ加減が参考になりました。

食卓が豊かになれば子どもたちの心も豊かに育つ。これを原点に「疲れない食育」を目指していこうと思いました。

15年度男女共同参画推進団体活動 補助金交付対象事業の紹介

これは男女共同参画推進団体が男女共同参画社会の実現に向けて行った研修・調査・研究等の活動に対し、経費の一部を補助することによる、活動の活性化と市の施策の推進を目的としています。(①団体名 ②内容)

- *①カウンセリング講座むさしの
 - ②パネルディスカッションとバズ・セッション「生活の中に生かすカウンセリング」
- *①介護保険むさしの市民の会
 - ②調査・研究及び「市民介護保険利用ハンドブック」作成
- *①武蔵野ブラショフ女性問題研究会
 - ②講演会「女性問題シンポジウムールールマニアの女性」
- *①むさしのスカーレット
 - ②講演会「現代の子ども」
- *①ブラックライトシアターひらけ黒ごま
 - ②環境問題をテーマとしたブラックライト劇の上演
- *①合唱団「わかば」
 - ②10周年記念演奏会
- *①生活クラブ・グループ創
 - ②講演会「女性のための中年学ー第2の思春期をどう過ごしますか?」
- *①らっこの会
 - ②講演会「知ることから始めよう、我が子の心とからだを育むために」
- *①武蔵野kids
 - ②親子の交流・育児について考える
- *①Yū・ゆう
 - ②講演会「知ることから始めよう、我が子の心とからだを育むためにPart 2」

➤ 補助金の交付は、1団体、各年度1回、上限5万円です。申請団体が多数の際は、交付されない場合もあります。手続きは市民活動センターへお問合せください。

男女共同参画セミナーのお知らせ

日時：11月19日(金)午後2時～4時
 場所：むさしのヒューマン・ネットワークセンター会議室
 講師：野坂祐子氏
 (武蔵野大学心理臨床センター研究員・臨床心理士)
 内容：男女共同参画に係わる相談の現状と問題点など
 定員：25名

このマークをご存知ですか？



これは内閣府男女共同参画局で制定した「女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク」です。

夫・パートナーからの暴力、性犯罪、売買春、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為等、女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していく上で克服しなければならない重要な課題です。

毎年11月12日から11月25日(女性に対する暴力撤廃国際日)までの2週間「女性に対する暴力をなくす運動」が実施されます。

早期教育中間報告 まなこレポーター 福井貴美子(文)



15年前。乳幼児期に脳細胞を刺激して脳内のキャパシティを増やす「早期教育」に傾倒。受験対策の一環にもなると思ひ込み娘をあちこち連れまわした。バイオリン、ピアノ、体操、プール、そろばん、バレエ、おえかき、英語、スペイン語、その他さまざまな英才教室など。おかげで小学校までは常にトップクラス。

しかし中学2年から成績は急降下した。「理解力はあっても『わかる』と『できる』は違う。理解を成績に反映させるなら練習量が必要です」先生からの衝撃宣告だった。娘に与えてきた早期教育にはじっくりゆっくり考える習慣や苦しくても頑張る訓練はなかったのかもしれない。

娘はこの春高校生になった。どんな夢でも実現に向け努力を継続して欲しい。そしてそれが娘の笑顔につながることを心から祈っている。

絵本タイムで「愛情確認」 まなこレポーター 松田 理恵(文)



もうすぐ4歳になる息子に、生後数か月の頃から絵本の読み聞かせをしています。そのおかげか、彼は無類の本好きになり、隙あらば、「これ読んでえ」と絵本を持ってくるようになりました。

絵本の中の世界にトリップし、わくわくどきどきできることも、理由の一つと考えられますが、それだけでなく、両親の「愛情確認」できることが、絵本タイムの大きな魅力のようです。

仕事で帰宅が遅い夫に、息子は朝「これ読んでえ」とアタック。一冊目の最終ページにかかると、次の絵本を用意するという技をもって「まだあります～」としかけ、その数、多いときに10冊以上。「パパもこーんなに絵本を読んでくれるんだよ～」とご満悦なのです。

そのひとときが、知識だけでなく、愛情をも豊かにしていることを目の当たりにしている今、「あとでね」という一言は、影をひそめています。

Q 見守る(「助けて」のシグナルは見落とさないように)

- ・子どもの話を聞き、その気持ちに添ってあげる。子ども時代の失敗談を話すと子どもは安心する。
- ・子どもが安心していられる居場所づくり
- ・常に親は「いつでもあなたの味方」どんなことがあってもあなたを守る」という態度を示すことが大切。
- ・親だけでなく相談できる人をつくってほしい。高校の入学式で教頭先生が「この学校の中で、どの先生でもいい、相談できる人を見つけてほしい」と言われた。息子は国語の先生に何でも相談し、悩みをのりきつてくれたことがあった。
- ・自分がかくじけそうなきき支えはなくなってくれたのは、大人ではなく同年代の友人だった。
- ・悩みの内容によっては、まわりの大人どうしが連絡を取り合い状況を共通理解し、子どもの意志を大切にしながらも、手助けする必要があるのでは。

Q 食生活の中でこれだけは守りたい、つたえておきたいなどと思うことは?

- ・楽しく食べる。
- ・旬の物・お祝い事や季節の行事食・日本食のよさを伝えることへの感謝
- ・食べるこへの感謝
- ・なるべし手づくり・安全な食品
- ・食事のマナー(お箸の持ち方・「いただきます」「ごちそうさま」等)
- ・朝食は必ずとる。

Q これだけは早くから教えたい、自分が早くから身につけておいてよかったと思うこと。

- ・英語・絵本の読み聞かせ・スポーツ・音楽
- ・挨拶をすること。「ありがとう」「ごめんなさい」を言うこと。
- ・季節に合わせて外遊びの工夫、方法を考えて過ごしたのはよかった。

Q 反対?

- ・大人の自己満足。自分で考える力や想像力は育たないと思う。
- ・子どもには今しかできないこと(反だちと遊んだり、泣いたり、わがままを言ったり)を楽しんでほしい。
- ・早期教育をスワールや人任せにすぎるといつことがひっかかる。
- ・外国語を早く身につけようとする前に、まず日本語をしっかりと学ぶことが大切。

Q 賛成?

- ・親に目的や信念がはっきりあればよい。
- ・教育と考えるより遊びの延長と考えるべき。過度の期待は禁物。
- ・何かを学んだり精進することにより得た経験は、必ず良い結果を生むと思う。ただし、子どもの負担にならない範囲であるように。

Q 現在の早期教育ブームをどう思いますか?

現在の早期教育ブームをどう思いますか?

まなこ56号アンケートから
 『まなこ』のアンケートはレポーター(毎年3月に募集)、アンケート協力員にお願いしています

レポーター会議風景



7月13日(木) 10:00~12:00 市役所第606会議室にて

●55号「夫婦再生講座」について

- ・「夫婦再生講座」というものがあることに驚いた。
- ・話を聞いてもらうだけで気持ちが軽くなるような気がする。欧米にあるようなカウンセリングではなく講座としているのが日本的だと思う。
- ・現実とはそれほど変わってはいないが、以前は当たり前だったことに女性が疑問を持つようになったのではないかと。

56号のテーマ

●「子育て」について

- ・地域で遊ぶことで、子どもがいろいろな人とかかわることができてよかったと思う。
- ・子どもが約束をしないでいきなり遊びに行ってしまうことがある。自分が子どもの頃との違いを感じる。
- ・「いい子」に育ててほしい。でも「いい子」って？

●「食」について

- ・買ったものばかり食べていると、心も体も落ち着かない。
- ・親の好き嫌いが子どもに伝わっていく。
- ・旬のものを食べる大切さを子どもにはわかってほしい。
- ・子どもの頃になじんだ味はずっと心に残るのでは……。

▶次号57号のテーマは、「道、これから(仮)」
新しい一歩を踏み出すのに、遅いということはありません。予測のつかない社会の中で、新しい自分に向かって前向きな努力を続けている、そんな人たちの生の声を紹介します。



今回のテーマに関する本を、むさしのヒューマン・ネットワークセンターの蔵書の中から

●子どものからだ 食べもの・栄養

小川 雄二 著 芽ばえ社



子どもたちを取り巻く環境、なかでも食にかんすることはもっとも重要な分野です。子ども時代の食のありかたが、その人の健康や寿命を決定づけることを考えたとき、食べもののこと、栄養のことを、その仕組みから学ぶ必要があるのではないかと書かれたのが本書です。

これは、毎日子どもたちのために、保育園や施設や学校で給食を作っている方、アレルギーの子どものために一生懸命なお母さん、これから離乳食に取り組もうとしているお母さんたちのための「小児栄養」の本です。まだ新しい分野の学問領域ですが、これからもっと重要になっていくでしょう。

●新米パパに読ませたい ふたりでする子育て

かなもり 金盛 浦子 著 碧天社



本書は「父親としての幸せ」を存分に味わって「父親するのって楽しいよね」と思えるようになってと願って書かれています。

月一回のペースで開かれる「親父の会」は、みなそれぞれ我が子に何らかの問題が生じ、それを解決するために、自分自身が何をしたらいいかを考えるようになったお父さんたちの話し合いの会です。

その中で、黙って見守ることの大切さ、静かに待っているだけでいい……という結論は「生きることを楽しめる心持ち」にさせて自信につながる、と語っています。

武蔵野市境2-10-27 武蔵野市政センター2階 TEL・FAX 0422 (37) 3410
E-mail mhnc@tokyo.email.ne.jp URL http://www.clipcraft.or.jp/m_hnc

編集後記

★温め直しやその都度の片付け。時差のある食事にぐちをこぼしがち。でも考え次第で楽しくなることを教わった。今夜あたり、遅い帰宅の息子に「一杯いかが？」と梅酒でもすすめてみましょうか。
(尾花雅子)

★小さい頃、歴史と古都めぐりが好きだった父に家族はよく付き合わされた。見覚えある建造物を目にする、なつかしく嬉しい気持ちになる。歴史が得意科目にならなかったのは残念だけれど。
(加藤和子)

★家ででの昼食はたいがい残り物整理。でも家族の口に合わず作れないレシピを自分のために作ると、気分転換になる。大根サラダとイカスミスタ、辛いカレーがお気に入り。食欲の秋は怖いけど……。
(藤井美里)

★今は生意気盛りの娘だが、初めてでろんこまみれになったときのキラキラした瞳が忘れられない。山あり谷ありの親業だけど、あの輝きが毎日の支え。これからも強く元気にたくましく！
(星 詩子)

★誰がごはんをつくるのか論じる前に「家族」で食卓に向き合える幸せをかみしめなければならぬ時代が来てしまったようです。その幸せが、世界中の子どもたちのもとに届きますように。
(森 治美)

STAFF

- レポーター 岩崎多恵子・曾我部一美
藤間みゆき・馳 令子
福井貴美子・保坂敏子
松田 理恵・渡辺 美樹
- 取材・編集 森 治美(編集長)
尾花雅子・加藤和子
藤井美里・星 詩子
- ☆他にもたくさんのアンケート協力員、編集協力員に支えていただいています。
- デザイン 小井戸厚子
イラスト 本田 倫
印刷 社会福祉法人 東京コロニー