

子育て、 子育て、 親育ち

どうしてですか？こんなとき



子育てに悩みはつきもの。
女性も男性も子育てをしながら、
自分らしく生き生きするためには
どうしたらよいか一緒に考えてみませんか？
地域の方や専門家にヒントを伺いました。

22年度『まなこ』年間テーマ

＜生きやすい社会 支えあう社会＞

だれもが自分らしく生きていきたいと
思っているはず。
でも、一人では生きていけないのが人間社会。
ライフステージのさまざまな場面で
支えあえる生きやすい社会を
目指しましょう！

仕事があるから子育てでも楽しめる！

関 有希子さん（桜堤・52歳）

武蔵野市ではお馴染みの弁当屋「ココット」を切り盛りしながら、
7人の子どもを育ててきた関さん。働きながらの育児について聞いた。

現在30歳の長女を筆頭に、27、25、
24、21、19、12歳のお子さんたちを次々
に育てている。「子育てといっても何も特
別なこととはしていないの。仕事が忙しかっ
たし」と笑う小柄な身体からは、パワー
があふれている。

長女が一歳の時に、何か仕事がしたく
て弁当屋を始め、好きで始めたからには
他人に迷惑をかけたくないと一心不乱に
働いてきた。

子どもは毎回生まれるのが楽しみだっ
たが、一時は4カ所の保育園に入れてい
たこともあるほど。仕事という気持ちを
切り替えられる場所を持つていなくて育
児ばかりだったら、こんなには産まなかつ
たかもと思う。でも子どものためにがんば
って働いているという気持ちもある。
だから育児と仕事の両方があってよかつ
た、と言う。

幅広い年齢の子どもを育てるのは忙し
いが、いい面もある。上の子が反抗期に
なった頃に、小さい子の面倒に追われて
いると、反抗期の子どもばかりに手をか
けていられない。これが結果としてお互
いによかった。

そのとき親の言うことが分からなくて
も、後で子どもは自分で考える。遠回り
したとしても自分で道を切り拓いていけ



毎朝3時頃には出勤している。 <http://www.hello-cocotto.com/>

るのならと考える、自然体で子育てしてき
て、今ではお子さんの大半が仕事に励む
社会人だ。

家庭にいるときは家庭にどっぷり浸か
り、仕事場では仕事に全力投球。上手に
切り替えながら熱意を持って子育てする
様子が印象に残った。

「取材文 菅野理恵子」

子どもの心に寄り添う

小出正彦さん（緑町・49歳）

小出正彦さんは落語家・三遊亭右左喜（さんゆうてい うさぎ）として活躍しながら、寄席の合間を縫って子育てやPTA活動をしている。小出さん流子どもとの関わり方を伺った。



今日はこれから落語のおけいこ。

小出さんは現在小学生と中学生になる子どもが誕生して以来、フルタイムで働く妻と協力しながら子育てをしてきた。また今年度は千川小学校PTA会長も務めている。比較的時間の融通がきく職業のため、忙しい妻に代って「当たり前」という自然な気持ちで子育てが始まった。家事も子育ての延長線上なので、苦にならずこなすと笑顔。しかし子どもたちが小さかった頃は、病気の看病や育児の辛さ、心細さもたくさん経験したそう。

行委員や、休眠中だった子ども会の立ち上げ、その後は学童の父母会長もやった。そして小学校の役員へとつながっていった。PTA活動には、「補佐をしてくれる有能なお父さんや、誘ってくれるお父さんがいつもいる」という。小出さん自身は落語家という職業でありながら、人前に出ることは実はあまり得意ではないとのこと。活動がしやすくなるような雰囲気づくりをするのが自分の役目と思っている。PTA活動のすそ野を広げるためには、もっと父親が関わってほしいと父親の参加に期待を寄せる。

PTA活動で多くの子どもを見守るときも父親のときも、ありのままの子どもを受け止めようと心がけている。大人はもちろん子どもとの人間関係でも大切なのは、落語と同じように「問合い」と「反応」とのこと。子どもに対してあまり先回りをしていない。心配で口出ししたくてもちよつと間をおく。たとえ何かにつまづいても、「ころんじやったね、さあどうしようか…」と子どもの心に寄り添う。

2人のお子さんたちは今でも「とうちゃん！」と呼ぶそう。子どもの気持ちを確かめながらの温かい子育てを感じた。

【取材文 林直子】

自分を生かせる場所

角松健次郎さん（北町・35歳）

長年続けたサッカークラブのコーチを辞め、アトリエを開いた角松さん。そこに至るまでの軌跡をお聞きした。

結婚して子どもが誕生し、子どもとの生活の中で、角松さん自身、「このままでいいのか」と鬱々としていた時期があった。サッカーは好きだったが、自分が「コーチ」であることがずっと疑問だった。自分の生き方を問い直した結果、「本当にやりたいことができない父」では嫌だと、絵を本格的に勉強し直すことにした。

仕事を辞め、絵の学校に通うようになったことで、子どもとの時間はとても増えた。ただ、保育園の送り迎えや、育児や家事をするようになったのは、自然の流れなので、流行りの「イクメン」のように言われることには戸惑いがある。

この春からアトリエを開き、絵画やものづくりを教え始めた。通ってくる子どもたちには、やりたいことをさせる。粘土でも絵の具でもクレヨンでも、好きな素材で好きなことを。教えるというより、子どもがしたいことのサポートをするという姿勢でやっている。道具の使い方や筆の持ち方などをやりやすいように教えるが、強制はしない。やりたいようにやるのが一番いい。

アトリエでは角松さんは、子どもたちから見て「親とは違う大人」である。子どもにとつてそういう大人の存在は大切だと思ふ。ともすれば日常生活の中で息苦しくなってしまうがちな「親と子」の関係から離れることで、子どもは自由のびのびとできる。大人も同様に、日常を離れたアトリエに来ることによって「一人のひととしての自分」を生きていることができる。大人も子どもも関係なく一人ひとりの価値観を尊重し、「自分」を生かせる場所を提供していきたい。子育てをし、子どもとしっかり向き合ってきたからこそ目指すところが見えてきた。

【取材文 齋藤夕璃】



三鷹台のアトリエ111にて。 <http://web.me.com/atelier111/>

男親も女親も
知っておきたい！

思春期の子どもは 劇的な変化の中にいます

バースコーディネーター 永野清歌さん

親子関係が難しくなると言われる思春期。しかし、思春期って一体何でしょう？
思春期の正体を知り、親の役割を改めて考えてみませんか？



1973年生まれ 東京都出身
バースコーディネーター 兼 アロマセラピスト
命の大切さを伝える講演を親子教室や小・中
学校、高校、公共施設等で行っている。また、
サロンドバース代表として、女性の身体と
心のケアを中心に活動中。
<http://amebro.jp/salon-de-birth>

思春期を迎えると、
親子の関わり方が難しく
感じるのはなぜ？
どう受け止めたらいいい？

10歳から15歳の頃は、ホルモンの活
動が活発になり、短期間に劇的な体の
変化を迎える時期。自身の変化に対応
しきれず、子どもたちはモヤモヤ、イ
ライラ。気持ちはかなり不安定に。そ
の様子が戸惑う親は多いのですが、思

春期はどの子どもも必ず迎える成長の
時期。変化を感じたら、その時は子ど
もの伸びる力を信じてあげてください。
また、この時期は親子関係の再形成の
時期でもあります。親は今までの保護
する役割から、子どもの人生の伴走者
になれるといいですね。

思春期を
上手に乗り越える
ポイントを教えてください

1. 話しかける

この時期はそれまでよりも親の目が子
どもから離れる頃。「親は自分に興味が
ない」と感じている子どもが多いので、
親が子どもに関心があるということをし
っかり伝えてください。

2. 子どもが外見を気にすることを否 定しない

この時期、自分の体の変化を意識し、
他人と比較して、劣等感を覚える子ど
もが急増します。子どもの不安を軽く

いなくすることはせず、不安な気持ちを認
めてあげてください。子どもは真剣に
悩んでいます。

3. 子ども扱いはいらない

自立を始めています。「あなたを頼り
にしているよ」とサインを送ってあげる
と子どもは素直に喜び、伸びていきます。

4. ノーという事柄ははっきり伝える

5. できるだけ孤食をさせないように
する
（*孤食とは一人で食事を取り、孤独を感じ
る寂しい食事の意）

子どもは食事と一緒に親の愛情も受け
取っています。できるだけ温かい食事を
家族で取るようにしたいものです。一緒
に食事を取るのが難しい場合は、週に何
回か、朝食、週末だけでも。

6. 適度な親子のスキンシップをはかる
口では「うるさい」等々言いますが、
それは本心ではありません。親はめげず
に子どもと関わるようにしてください。
親とふれあう機会が十分でない子は、ふ
れあいを外に求め、性交渉が早まる可能

性が高くなるようです。ハグ、マッサ
ジ、「いつてらっしゃい」と肩をポンと
たたくのもいいでしょう。親子デート
もお勧め。

7. 直接の関係（親や先生）ではなく、少
し距離を保てる大人との接触機会を作る
直接親には言えないことも、少し距離
のある人には悩みを打ちあけたりしま
す。いざというときに質問ができる大人
のアドバイザーを用意してあげくださ
い。祖父母や親戚、知り合いの人でもい
いでしょ。

その変化は
いつまで続くのでしょうか？

男子も女子も15歳位までにほとんどの
子が性的成熟を終えます。そして、その
変化の時期を越えた後は、以前よりも一
歩近づいた親子関係、大人同士の関係が
築けるようになっていきます。それまで
は、親は辛抱強く子どもを見守ってあげ
たいですね。

【取材文 清水順子】



東京女子大学名誉教授 柏木恵子さん

育児は男も女もできる、 する必要がある時代になりました

育児不安を一人で解決するのは難しい。

家族心理学・ジェンダー問題に長年取り組んできた柏木恵子さんに、現代の育児の現状を伺いました。

育児不安は自分についての不安です

昔に比べ、育児は随分と楽になりました。子どもの数も減り、食事はお惣菜や電子レンジがあり、紙おむつがある。しかし、楽になった分、今度は育児に達成感がなくなっていました。育児不安は母親が「子育てはしている。けれど、自分が生きている実感がない」と感じる大きな素因の一つになっています。

意外かもしれませんが、育児不安は無職の母親により強くみられます。人は成長し続けていきたい生き物です。自分が育ち、成長していることは幸福の源泉です。子どもが生まれる前は一人の人間として一生懸命自分を成長させてきた女性が、母親になったとたん、自分の時間、心身のエネルギーの大半を子育てに向けることになる。そこで「自分が成長する機会も時間もない」と不安やあせりを感じてしまうのです。

人の子育てには複数の人の手が必要だ

動物それぞれには適した育児のしかたがあります。雄の役割は精子を運ぶだけとい

う動物や、雄も雌と同様にしっかり育児に参加する動物もいます。そして人はというと、子どもを育てあげるのに、複数の人の手・複数の価値観が必要になるのです。人の子は立ち上がったからといって、それでおしまいでありません。長い時間をかけて生きていくための教育をしていかなければなりません。それを一人の親が負担するのは困難です。核家族化の進んだ今、育児には父親も含め、もっと多くの人が関わるべきなのです。

子育ては自分育ち

最近父親が積極的に育児参加しているという話を聞くようになりました。嬉しいことに、育児を経験した結果、自分自身にも大変学びがあったという声もあがってきています。自分の仕事に関しても、大きなステップアップになったという人も。本来、育児は子どもと一緒に親も自分育ちができるもの。相手の立場に立つて考える力・弱い者に対する「ケア力」がより身につくものです。高齢化が進んだ今の社会や複雑化した人間関係の中では、この相手の立場に

立てる姿勢や「ケア力」は欠かせないもの。育児は男性にとつて様々な意味でも必要な経験になっています。

男親と女親、育児において差はない

現代の夫婦の多くは、同級生や職場の同僚等といった対等な関係から出発しています。ところが、結婚後、特に子どもが生まれると、夫は外で仕事、妻は家で家事・育児に専念するケースが多い。ここで不均衡が生まれてきます。今、労働は機械化・情報化が進み、労働力上の性差はなくなりました。既に人は母乳の代用品にミルクを生み出していますし、最近では、父親は母親に全く劣らない、愛情深い子育てができるということがわかっていきます。

これからの育児は、夫婦で育児を分担し、育児を通して、夫婦が共に成長していけるといいですね。女性は妻や母親というだけでなく、固有名詞を持った一人の人間として活動する場を持つようにしましょう。また、親は子どもの世話だけでなく、自分を育てることも心がけるようにしてください。そうすれば育児不安はなくなります。



1932年千葉県出身
1955年東京女子大学文理学部心理学科卒業・東京大学大学院修了
教育学博士・東京女子大学名誉教授
著書に『子どもという価値』中央公論社、
『家族心理学』東京大学出版会、『子どもが育つ条件』岩波新書等多数。

育児は一人で頑張り過ぎないで

親がイキイキとしていれば、子どももイキイキと育っていきます。

シングルマザー・シングルファーザーの場合、とかく一人で頑張りがち。しかし、一人の価値観だけで育てることは、子どもに支配的になりがちです。一人で頑張りず、可能なかぎり複数の人の手を借りるようにしてください。それが子どものためにもなります。また、シングルファーザーは、母親にはかなわないという概念を捨てましょう。男親だけでいい育児をしている例はたくさんあります。自信を持って育児に臨み、その上で誰かの手を借りるようにしましょう。

〔取材文 清水順子〕

● 柏木恵子さんの本

『家族の心はいま 研究と臨床の対話から』

柏木恵子／平木典子著
東京大学出版会



INFORMATION

市民協働推進課 男女共同参画担当から

●平成22年度 男女共同参画施策予算について

平成22年度市民協働推進課男女共同参画担当の予算は15,888,000円です。内訳は、

1. 男女共同参画推進市民会議費 1,006,000円

武蔵野市第二次男女共同参画計画推進のための市民会議費。

2. むさしのヒューマン・ネットワークセンターの管理運営費 10,247,000円

武蔵野市政センター2階の市の男女共同参画施策を推進する拠点であるむさしのヒューマン・ネットワークセンターの管理運営費。

平成1年度よりセンター長を配置。学習・研修機能、情報提供機能、市民交流・活動支援機能等、重要な役割を担っています。

管理・事業委託料、人件費、光熱・電話・回線通信費、複写・印刷機借上料など。

3. 男女共同参画施策事業 4,635,000円

男女共同参画情報誌『まなこ』作成・講演・講座実施、男女共同参画推進団体活動事業補助金など。

●平成21年度 男女共同参画推進団体活動補助金交付対象事業について

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、活動の活性化と市の施策の推進を目的として、経費の一部を補助しています。

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

多数の際や審査結果により、交付されない場合もあります。手続きは市民協働推進課へお問い合わせください。

平成21年度9団体実施（①団体名②内容）

◆①武蔵野ブラショフ女性問題研究会 ②シンポジウム「今や男性の職種分野でも女性が活躍しています!!」

◆①NPO法人むさしの経営支援パートナーズ ②女性起業セミナー「第3回 女性が店を開くとき」

◆①Yu・ゆう ②子育て中のお母さんのためのわたし発見ワークショップ「今のわたしになりたいわたし」(全3回)

◆①ゆう3 (ユウスリー) ②講演会「世代間交流がもたらす効果!」

◆①子どももおとなも楽しむ生活プロジェクト ②講演会「“産む力” “育む力”を「共に生きる社会」のヒントに〜フィリピンの出産・社会事情から〜

◆①日本・大空クラブ ②親子紙飛行機教室(全29回)

◆①らっこ会 ②フェアトレードカフェ・トーク「スローな生き方が世界を変える」(全9回)

◆①むさしのスカーレット ②トークサロン「インドネシア民族舞踊家の生き方・暮らし方」

◆①まめっちょ ②講演会「知ることからはじめよう!心と体の成長について一家庭で語り合うきっかけに」

◎平成22年度の男女共同参画推進団体登録は現在31団体です。

●平成22年度 市職員採用状況 (平成22年4月1日現在)

平成22年度、市の新規採用者は31名です。

男女比は一般事務職で女性6名、男性11名。

一般技術職は男性3名。栄養士は女性2名。保健師は女性4名、男性1名。保育士は女性3名、男性1名でした。

企画政策室 市民協働推進課 男女共同参画担当 TEL: 0422(60)1869 FAX: 0422(51)9540 URL: <http://www.city.musashino.lg.jp>

もしDVにあっているなら… 相談窓口をご案内します

●武蔵野市役所 母子・女性相談

0422-60-1852

(祝日・年末年始を除く月～金曜

9:00～12:00 13:00～17:00)

●警視庁総合相談センター

03-3501-0110

(祝日・年末年始を除く月～金曜 8:30～17:15)

【配偶者暴力相談支援センター】

●東京ウィメンズプラザ

03-5467-2455

(年末年始を除く毎日9:00～21:00)

●東京都女性相談センター

03-5261-3110

(祝日・年末年始を除く月～金曜9:00～20:00)

●東京都女性相談センター多摩支所

042-522-4232

(祝日・年末年始を除く月～金曜9:00～16:00)

夜間・緊急の場合

●警察(事件発生時) 110番

●東京都女性相談センター

03-5261-3911 (夜間・休日のみ)

●武蔵野市役所 女性総合相談

専門の女性相談員が対応します。

予約制(相談時間50分)第2木・第4火

予約専用 TEL: 0422-60-1921

もしDVにあっているなら…
相談窓口をご案内します

●武蔵野市役所 母子・女性相談
0422-60-1852
(祝日・年末年始を除く月～金曜
9:00～12:00 13:00～17:00)

●警視庁総合相談センター
03-3501-0110
(祝日・年末年始を除く月～金曜 8:30～17:15)

この春長男が入園したのは、豊かな自然に恵まれた幼稚園。樹木や農作物の観察、虫探しのできる園庭で、日々泥んこになり体をめいっぱい使って遊んでいる。砂にさわることをイヤがったり虫をこわがったりしていたのが嘘のようだ。友達にももらったメダカを飼うことになり生き物が身近になった。

私も植物に詳しいお母さんに樹木や花の名前を教わった。

身の回りの自然に魅せられ、親子ともかけがえない時間を楽しんでいる。



自然と共に過ごす喜び 田中かすみ ● 境

普段、生活者としての社会との関わりは、不満はあるけど、強い意志や責任を負ってまで活動するのは面倒くさいと、淡々と生きている毎日。でも考えてみると、市民運動と呼ばれるものは、最終的には未来の子どものためにという使命感に突き動かされているものばかり。環境や原発しかり。さあどうする私。子育て真っ最中の今、思いはどこにも伝えず、流されていくことでよしとするのか。児童ポルノは声を大きく上げて反対したいのに。



日々格闘中 金谷奈美 ● 桜堤

薄化が進む現在、無条件にひとを笑顔にしてくれる赤ちゃんや子どもという存在の大きさに驚かされた。今ならまだ取り戻せるだろうか。笑顔だけでなく、たまには叱ってくれる「近所のおじちゃん、おばちゃん」のいる、ゆるやかな絆で結ばれた社会を。



地域で見守る 榎本文子 ● 緑町



『まなこ』レポーターの200字コラム
子育てについて
あなたはこう考えますか?

