



ゆうメール

## 《子育て支援の現場からーのびやかスペースあーち》

神戸市灘区にある「のびやかスペースあーち」は子育て支援をきっかけにした共生のまちづくりを目指す目的で、神戸大学が2005年9月にオープンした子育てひろばです。翌年1月よりマザーズサポーターの1級ホルダーが相談員として活動しています。「おしゃべりほっとタイム」を開催し、みなさんで子育ての悩みや気がかりなことを出し合い、話し合っています。その中で子どもの自立やご自身の自立を促す関わりや、この場での気づきが同じような悩みに遭遇した時に、主体的に子育てをしてもらえるような関わりを目指しています。この場からおかあさん方の新しいつながりも出来、困ったことを話し合うきっかけにもなっているようです。今回はその活動から私たちの関わりをお伝えしたいと思います。



## 《乳児期のおかあさんのご相談から=卒乳》

乳幼児のお子さんをお持ちのおかあさんから、寄せられるご相談の多くに「卒乳」についてのお悩みがあります。そろそろ卒乳を考えているがうまく出来るか不安。子どもに泣かれるのはいやだな。」「卒乳しなくてはいけないと思うと寂しくなり決心が付かない」



「子どもがオッパイに執着が強いし、私ももう少し飲ませたいので時期について悩んでいる」などなど悩みは尽きません。子どもにとってオッパイはかけがえない栄養源とともに精神安定剂的役割。おかあさんも子どもとの至福の時間なのでしょう。そのオッパイとお別れすることは、子どもとおかあさんにとって試練の時かも知れません。「大切なものとのお別れ」ということだけでなく、おかあさんにとっては最初の子離れの時でもあるのです。「卒乳を機に、この子には私が居なくても大丈夫。自分が育てなくてはと思っていたが夫や周りの人に任せられる自分になり楽になった。」と話された方もおられました。「卒乳は寂しいけれど、ご飯をたくさん食べてくれるなど、『成長の証』だと思うと嬉しい。」卒乳した我が子を「ちょっと大人?になった」と感じられた方もおられたほどです。卒乳の時期も取り組み方にも決まり事があるわけではありません。

それぞれのおかあさんが自分の子どもと自分の気持ちにしっかり向き合い、どのように卒乳を迎えるか、どのように卒乳するかを考えられるとよいのではないのでしょうか。

(裏に続く)

〒654-0067

神戸市須磨区離宮西町 1-2-20-104

NPO 法人マザーズサポーター協会

## 《子育ての意図》

私も子育て中は迷うことばかりでした。先輩ママの意見、専門家の意見、育児書などなどあれやこれやとその都度、聞いてみたり、見てみたり・・・

迷ったり、悩んだりの繰り返しでした。

今、あーちの相談員として悩まれているおかあさんに「そもそもどんな子どもに育てて欲しいか、どんな子育てをしたいか考えてみましょう。そのように親として『子育ての意図』を考えるとそれに沿ってどうしたらいいか考えたり、迷った時はそこに戻れる、その上で納得した選択をできるといいですね」とお伝えしています。本当の願望は、目の前の現実に翻弄され、意識の下に隠れてしまうことがよくあります。しかし、本来の『意図=願望』に意識を向ければ、うまくいかない現実を効果的に変えていくことができます。そして得たい未来が得られるのです。

先日も保育所に2歳の子どもを預けて働いているおかあさんが「夜だけの授乳なので、卒乳をしないといけない時期と悩んでいたが、一日離れている子どもとのかけがえのない時間を大切にしたい。お互いに納得して卒乳できる時期を待ちたい。もう卒乳したら？という外からの声も気にならなくなった」と母として自信に満ちた顔で話してくださいました。卒乳に限らず、躰け、将来の進路などに悩んだ時にも「意図」に意識を向けるとおのずと道が開けてくるかも知れません。

## 《おしゃべりほっとタイム》

日時：第4水曜日 11:00~12:00 8月12月は休み  
どなたでも参加していただけます。

\*次回26号では「あーち」活動報告<幼児期編>をお届けします。お楽しみに。

(文責：草刈博美)

「NPO法人マザーズサポーター協会 ニュースレター 第25号」をお読みいただきありがとうございました。過去に情報提供のご希望があったみなさまに、送付させていただいています。

今後も更に内容を充実させ、育てる側に役に立つ「自立型支援方法」の情報やイベントのご案内などを発信させていただきます。

不定期の季刊誌としてHPや書籍では読めない情報を郵送でお届けできるように、メンバーで頑張っていきます。もしご不要の場合は、お手数ですが下記のメッセージにお名前を明記の上「不要」とご記入いただきFAXか、メールを頂けたらありがたいです。どうぞよろしく願いいたします。

ご意見、ご感想などもいただけましたら、今後に反映させていきたいと思っております。いつでもお待ちしております。

感想

HPなどに掲載（イニシャルやペンネーム）させていただく場合がありますので、お好きなお名前をお聞かせください。

お名前



～信頼関係を作り、自立と当事者意識、考える力を育てる「自立型支援方法」～