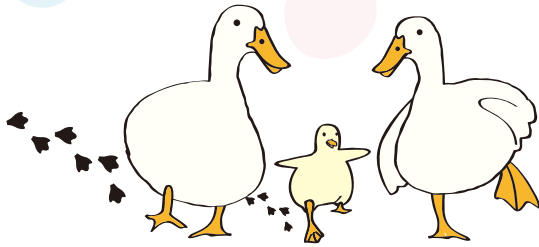


ゆっくりと ^{いっぽ} 一歩ずつ・・・

あひるの親子



編集：社会福祉法人 香美市社会福祉協議会

はじめに…



社協だよりに掲載している『あひるの親子』のコラムは、平成23年から始まり10年続いています。それぞれの親子に様々な物語があり、読者の方から「共感できる」「感動した」など、多くの感想が届いています。

その感想のなかで、「あひるの親子をひとつの本にしてはどうか」という声があり、今まで掲載してきた『あひるの親子』をこの一冊にまとめることになりました。

家族への想いが詰まった、素敵な一冊になっています。
ぜひ、ご一読ください。

社会福祉法人
香美市社会福祉協議会



《目 次》



子育てを楽しんで……………	福留 恵子 (土佐山田町) …	1
すばらしい可能性を信じて……………	濱崎 和子 (土佐山田町) …	2
二つのおすすめ……………	山中 千代 (香北町) …	3
子育ては良い思い出……………	北村 節子 (香北町) …	4
子育ては楽しい……………	小暮 洋子 (香北町) …	5
健康で笑顔で暮らしてほしい……………	西村 眞里 (土佐山田町) …	6
今を楽しんで……………	笹岡 由美 (土佐山田町) …	7
夢を追って……………	野口 典子 (土佐山田町) …	8
感謝の気持ち忘れないで……………	高嶋田美佐 (土佐山田町) …	9
生きる力を信じて……………	山崎 京子 (土佐山田町) …	10
親も子も楽しんで……………	森田 美穂 (土佐山田町) …	11
絵本とともに……………	大塚 末子 (土佐山田町) …	12
守ること……………	大井 美子 (土佐山田町) …	13
ありがとう……………	百田 瑞 (土佐山田町) …	14
親元を離れて……………	杉村 和子 (土佐山田町) …	15
旅立ちと成長……………	東山 郁子 (土佐山田町) …	16
子育てと感情……………	坂田 美紀 (土佐山田町) …	17
もう少しの間楽しめます……………	石川 久美 (土佐山田町) …	18
まわりには頼りになる人がいっぱい！ ……………	阿部 香織 (土佐山田町) …	19
YDK (やれば できる こ) 人生は長いし・・・ ……………	秋友ひとみ (土佐山田町) …	20
大好き！ 宝物！……………	杉村 彩 (土佐山田町) …	21
人に支えられて……………	高木真由美 (土佐山田町) …	22
人に支えられて……………	池澤 美樹 (土佐山田町) …	23
家庭が基盤……………	西山美由紀 (土佐山田町) …	24
心の余裕……………	春田夕美子 (土佐山田町) …	25

みんなに支えられて……………	西原 香織 (土佐山田町)…	26
子どもたちと共に……………	依光 里砂 (土佐山田町)…	27
子育ては親育て……………	浅野 明奈 (土佐山田町)…	28
早寝早起き……………	濱田 恵子 (土佐山田町)…	29
私の課題……………	小花真由美 (土佐山田町)…	30
一緒に笑おう……………	山領 敬子 (土佐山田町)…	31
かわいいコンビ……………	竹平 七絵 (土佐山田町)…	32
20年を振り返って……………	竹村あずさ (土佐山田町)…	33
すべてのことに感謝……………	徳永 美穂 (土佐山田町)…	34
かけがえのない日々……………	西岡美咲子 (香北町) …	35
食べられる事のありがたさ……………	村山 浩美 (土佐山田町)…	36
我が家はインクルーシブ……………	堀澤 栄 (土佐山田町)…	37
たくさんの出会いに感謝……………	桑村 幸 (土佐山田町)…	38
毎日の積み重ねが未来につながる……………	松本 明子 (土佐山田町)…	39
次のステップへ……………	中平 麻衣 (土佐山田町)…	40
ありがとう……………	辻井 幸 (香北町) …	41
まずはお母さんが先をいく……………	近森 郁奈 (土佐山田町)…	42
小さな人たちから教わることばかり……………	松原香奈美 (土佐山田町)…	43
子育て支援情報……………		44



※ご了承いただけた方を掲載しております。

子育てを楽しんで

福留 恵子（土佐山田町）



2人の子どもを授かり、早いもので20年余りが経ちました。私たち夫婦は共働きで、両親や周りの人には随分とお世話になりながらの子育てでした。自分たちの子育てがどうだったかは答えが出ませんが、子どもたちは中学生の頃から徐々に好きなことに打ち込み始め、度々挫折を味わいながらも自分の夢へと向かって日々歩んでいます。

私たち大人は、子どもたちに遠回りをさせることを恐れてしまいがちです。時には遠回りをするのも大事ではないでしょうか。失敗したとしても、その経験がこれから生きていく上で、大きな支えになると信じています。

それにしても、子どもが小さい時には1人目2人目となると、子育ては本当に大変です。子育てに悩んでいるお母さんお父さん、たくさんいると思います。年齢に関係なく、みんな最初は素人、子育てに自信があるなんて人はいないと思います。「子育てに自信がないことに自信を持ってください。」という言葉を書かれた方がいらっしゃいます。なんだかほっとしますね。

子どもがいる限り、親である限り子育ては続きます。子育ては、自分育ちだと考えて、これから先もぜひ子育てを楽しんでいきましょう。

すばらしい可能性を信じて

濱崎 和子（土佐山田町）



育児は育自。子どもの年齢イコール親年齢（親になったの年齢）と言われます。さしずめ私は35歳？で孫も4人います。

長女5歳、長男3歳の時、東京から土佐山田町に。その年に次男が誕生。大変でしたが、子育ての真っ最中のときが新しい友もでき、一番充実し楽しかったように思います。

子育て奮闘中のお母さん達へ伝えたいことは①子どもは親が夢に思い描くようには育ちません。でも思ってもみない可能性を秘めています。②兄弟といえど、性格や能力は全然違います。桜梅桃李ですから比べてはいけません。③子どもは、学校・家庭・友達という時など、場所場所で見せる顔が違います。

悪戦苦闘の毎日でしたが、私の場合は早いうちに我が子がそれを気づかせてくれました。

昔から、子どもは親の背中を見て育つと言います。夫婦が仲良く、家族に愛情を持ち、一生懸命生きる姿を見せる。それだけでいいのではないのでしょうか。

『子どもを育てていく過程では、思いもよらない、困難な出来事に出会うものです。その時こそ、お母さん、あなたの愛が必要です。お母さん、あなたの強さが大切です。お母さん、あなたが負けないことが子どもの人生の勝利につながります』という著名な哲学者の箴言を贈ります。



二つのおすすめ

山中 千代（香北町）



絵本の「いないいないばあ」から始まって、漫画のキン肉マン・日本歴史物語などなど、二人の息子たちに毎晩寝る前に、読み聞かせをしていました。こちらが眠くなり終わりたくなっても、「よんでーよんでー」とせがまれ、読んでいたことが、とても懐かしい思い出となっています。

もう30歳前後になった息子たちですが、この読み聞かせから字を覚え、考えることを学び、想像力を養ったと思います。とにかく興味をもった本は、なんでもOK。その過程の中で良書を見つけていく力もつき、その出会いは素晴らしく、生きていく力と術を学び溢れんばかりの知識となり、人生を豊かなものにしてくれると思います。

無限大の子どもたちの生命力を、最大限に引き出してくれる読み聞かせは絶対のおすすめです。

また、お気に入りのコーヒーカップを見つけて、時間を作ってコーヒーを頂くなども、ふっと肩の力がぬけて気持ちが和らぎおすすめです。子育てをしていたはずですが、実は親育てをされていた事に気づきます。

反省はたくさんあるけれど、窮屈な自分が、段々子どもたちによって変わってきたように思います。

がんばろう♪

おかあさん♪

未来のために♪♪



子育ては良い思い出

北村 節子（香北町）



私は4人家族で息子と娘がいます。子育ては近くに住む祖父母、それにご近所の方々に何かと教えてもらったり、手助けもしていただきました。保育園に行く頃には私も仕事を始めたので、このように甘えることができる人達が周りに居てくれたことは気持ちにもゆとりが持て幸せでした。

子供達からは成長の過程で多くの感動や喜びをもらいましたが、反面だんだん自我も強くなり、2人の行動も各々で何事も一緒にはいけなくなり戸惑わされる事もありました。

高校生になると「勉強より運動優先」。親としては理想の道も描いていましたがすんなり受け入れてはもらえません。しかし、「目標を持って努力するのであれば、子供達がやりたい事に集中できるのは今しかないのでは」と考えを改めると落ち着いて見守ることが出来ました。その活動の日々で体験したこと、学び得たことは子供達の人生に大きな活力となっていると思います。

今思えば、特別な子育てをしたわけでもなく短い間だった気がします子供達と寄り添っていた頃が親としては一番輝いていた時だったと思います。

お父さん、お母さん、子育ては大変な時ばかりではありません。背伸びせず子供とゆっくり歩んで下さい。

アルバムをめくるようにきっと良い思い出になります。

そしていつも心と体の健康は守ってあげましょう。

子育ては楽しい

小暮 洋子（香北町）



「あひるの親子がガアーガアーガアー！」3人娘を従えお尻ふりふり歩いて遊んだ楽しい日々。子育ては楽しい嬉しいおもしろい！

自他ともに認めるおこりんぼのお母さんが子育てを振り返ったとき・・・反省することがいっぱいのはずですが都合の良い事に思い出すのは楽しかった事ばかりです。

義母の多大なる貢献のおかげで、仕事をしながらも子育てサークル・保護者会・PTA・こども劇場等々参加活動で「子育て・親育ち」を私自身が楽しみながら過ごしました。

「親の背を見て子は育つ」とよく言いますが「おばあちゃんの手を見て育て！」と強く願ってしまいたくなるような義母の存在は私にとっても娘にとっても心強く幸せな出会いでした。

成長する中では、良き友、良き師との出会いがあり、共に喜び、励まし、助けられ「人」として成長するエネルギーをたくさん与えて頂きました。

抱っこをせがむ時期はわずかな時間、今を大切に「子育て親育ち」を大いに楽しんで過ごしましょう。

娘3人を授かり孫に恵まれ、母親業、ばあば業をやらせてもらってありがたいと感じる日々です。

健康で笑顔で暮らしてほしい

西村 眞里（土佐山田町）



長女が3歳の時、手遅れ気味の虫垂炎の手術を皮切りに、長男の小児ぜんそくや肺炎、二男の原因のわからない病気による5回の手術。次から次へと合計10回以上の入退院。我が子がつらい思いをしていますが、親の私達には回復を祈ることしかできませんでした。あの頃は「私が親になる資格がないのだろうか?」「産んで良かったのか?」と葛藤があったり、未来に不安を感じたりしていました。

そんな子供達も笑ったり怒ったり泣いたりしているうちに成長し、現在長女は県外で就職し一人暮らしを満喫中。長男は県外での就職の失敗からやっと家業を少し手伝えるようになってきています。何かと問題児の二男も人生の選択をしなければならない年になりました。

未だに、親の背中を見て「かなわないなあ!」と思いながら、子供達には自分の背中はどう映っているのか?育てているのか?育てられているのか?

少くらい痛い目にあっても、めげないで人として成長してもらいたい。

とにかく、どこで生活の根を下ろしても健康で笑顔で暮らせるよう願っている。まだまだ育ちざかり?の頼りない母親をしているのが現実です。



今を楽しんで

笹岡 由美（土佐山田町）



長女が生後4カ月の時、普段は寝つきが悪いのに、その日に限ってミルクを飲むとすぐに寝る。微熱もあり、いつもと様子が違う。掛かりつけの病院では、風邪と言われたが、どうしても納得がいかない。何の根拠も無いのに、胸騒ぎがして一睡もできず朝を待った。

三か所目の病院で腸重積の診断、緊急手術でなんとか一命を取り留めた。

「一晩置けば、命の保証はなかったです」術後の言葉に、あのまま自宅で様子をみていたらどうなっていたか、想像しただけで体中の力が抜けたのを今でも覚えています。

そんな娘も、25歳。昨年母親になり、「スマートフォン」片手に子育て奮闘中です。妊娠中は、mixi（ミクシー）で知り合った県外のママ友と、面識の無い2人がお互いの妊娠の経過を報告!?子供の具合が悪くなれば、インターネットの口コミサイトを開き、評判の良い小児科を探す。育児書を片手に奮闘していた私の子育てとは違い、必要な情報は瞬時に手に入る便利な時代になりました。

ただ、情報に頼りすぎて本来持っている母親のカンを無くさず、大変だけど今を楽しんで欲しいと思います。そして、新米ママのスタートを切った娘に、いつまでもエールを送りたいと思います。





夢を追って

野口 典子（土佐山田町）



自分の出身校が甲子園出場校だったこともあり、よく野球の厳しい練習を見ていた。そして将来自分に男の子ができて、絶対に野球だけはやらずまいと思っていた。そんな思いと裏腹に息子は小学校3年生の時にジュニアチームに入りたいと言ってきた。世の中はサッカーが大人気。なのに何故？結局、高校を卒業するまでの9年間野球部に所属し続けた。

毎週毎週、休日には練習や試合の送迎、お弁当作り真っ黒に汚れたユニホームは直接、洗濯機には入れられず、汗だくになってお風呂場で手洗い等々、不満を上げればきりが無い。息子自身もつらかった事や、もうやめたいと思ったことも一度や二度ではなかったはずだ。しかし、野球のおかげで息子はかけがえのない経験と仲間を得られた。そして私も…。

息子たちがそれぞれ県外の大学に行って3年になるが、「寂しくなった親の会」と称して今でも年に数回は集まって近況を報告しあえる仲間ができた。もちろん、話題の中であの頃の子供たちの姿に花が咲く。この年齢になって、新しい友人を作るのは難しい。これも息子のおかげと感謝している。

そして、それぞれの子供たちの子供たちを、あの時作ったお揃いのTシャツを着て、応援に行くのが仲間たちと楽しみにしている夢でもある（まだちょっと早い？）。



感謝の気持ち忘れないで

高嶋田美佐（土佐山田町）



3人の子宝に恵まれアッという間の25年でした。

共働きの私たちは両親や周囲の皆さんの助けがなければどうなっていたやら…基本的に進路については子供の意思を尊重してきた私達夫婦。

長男は社会人として県外に就職。長女と二男も県外の大学に進みました。現在長男は海外出張も増え社会人としての厳しさ・責任感という言葉の本当の意味を痛感している様子です。

4月より4回生となる長女は只今就活の真っ最中で社会の常識と厳しさに直面しながら悪戦苦闘の日々を過ごしてます。

2回生となる二男は上の2人と違い人見知りも激しいので心配でしたが趣味を生かしたバイトをしながら適度に楽しんでいるみたいです。

小さい頃は3人共が甘えん坊でどうなるかと心配でしたが母親として本当に頼りない私に育てられたためか自分の意思をシッカリ持ち前向きに歩んでくれます。

長い人生、挑戦すれば失敗と挫折はつき物。それを恐れずに自分の信じた道を歩み成長して下さい。そして壁にぶつかったり困った時には必ず独りではないんだという事を忘れないで欲しい。

子育てというより逆に私は子供から学ぶ事ばかりの母親（苦笑）。そんな私が子供に伝えたいのは他人に対して感謝の気持ちだけは忘れない人間であってという事だけです。

生きる力を信じて

山崎 京子（土佐山田町）



3人の子供を授かり早いもので20年になります。

主人が単身赴任の10年間は、両親や周りの人々の協力のおかげで、育児をしながらの仕事も何とか続ける事ができました。この間3人の中学受験や思春期など次々と戸惑い不安に思う事もありましたが、今ふり返るとまさしく親自身、子供に育てられた貴重な時間だったと思えます。

「子育ては、くっついていく道ではなく離れていく道である」という言葉を聞いた事があります。「離れていく道」とは、親が子供の前や後ろを歩きながら「自立」へと導いていくという事でしょうか。

現在、県外の大学に進学した2人の息子と高校生の長女は、自立に向け自分の道を見つけようと少しずつ自分の夢へと向かって歩んでいます。

マニュアルのない、ましてや親の思うようにはいかない子育て。子供がいる限り続く子育ても、小休止してこの20年間に振り返ると・・・万事塞翁が馬。何事もどう転じるかわからないものです。一見つまづきと思われた経験が肥やしとなりプラスに転じてきた事も多々ありました。

これからは子供達も自分で考え決める事が多くなってくるでしょう。少しずつ距離を取りながらも力強く生きる力を信じ見守り続けたいと思っています。



親も子も楽しんで

森田 美穂（土佐山田町）



『夏の夕方、物部川のほとりでキャンプ用のイスで涼む夫婦と、サッカーと自転車遊びに夢中な3兄弟』 子どもたちの成長に合わせて増えていったアルバムには、その時の様子や子どもの言葉を添えて貼ってありその時間にタイムスリップし、家族の歩みを思い出します。

『お客様が来た時、自分でコースターまで準備してお茶を出してくれた誇らしげな長男』 『どうしても庭でプールをしたいとホースを持って泣きべそをかいている二男』 『4歳年上の兄を泣かせてにんまり笑う三男』。

月日を重ね大きく成長した子どもたちを嬉しく思いながら、いつまでも母として凜と接していきたいと思っている私です。

『育てたように子は育つ』 育児中に出会ったこの言葉は、親に対する自戒の意味があると思います。しかし、大学生、高校生となりそれぞれの道を模索しながら歩んでいる姿を見ると自己満足でしょうが、親へのご褒美の言葉にも思えるのです。

まだまだ親も子も成長途中、これからどんな未来が待っているか不安もありますが、一度きりの人生、親も子も楽しんで生きたいと思っています。



絵本とともに

大塚 末子（土佐山田町）



今、子育ての頃を振り返り、思い浮かぶのは、やはり絵本にまつわることです。「からすのパンやさん」では、パンの名前をひとつひとつ読まされました。睡魔に負けて、うっかりぬかそうものなら、すかさず「ちがう」としかられて、ハッと目がさめたものです。

ある日、夕食の準備をしようと長女をおんぶして台所に立っていた時のことです。突然床に卵がグチャッと音をたてて落ちました。すると背中では「たまご ぽとん あっわれちゃった」と。これは「しろくまちゃんのほっとけーき」の一コマです。ちょうど手の届く所に卵を見つけたのでしょう。思わず、家族で大笑いしてしまいました。

何よりも、スーザン・バーレイの「わすれられないおくりもの」。この本に出会ったことで、私の絵本に対する意識が変わりました。絵本は、けっして子どものためだけのものではなく、大人の心にも感動をあたえてくれるということを知りました。

2人の娘達は、東京、大阪とそれぞれ離れて暮らしていますが、今でも本が好きです。私が読んでいる本は、先日主人が読み終えたものです。次は長女へ、そして次女へと。

これからも、共通の話題で盛り上がります。



守ること

大井 美子（土佐山田町）



昨秋長女が結婚しました。大切に育ててきた娘を私と同じか、それ以上の温度で守ってくれる人が現れたのだと、とても嬉しく安心してバトンを渡すことができました。

長女が生まれた時の驚きはとても大きく神秘の最たるものでした。腫れものにさわる様にそ〜っと。

そして離乳食からはじまり運動能力、知能全てが育児書や母子手帳からはみでる事なく、今思えば窮屈な子育てでした。

そのうち二女、三女と生まれ少しづつ慣れてくると育児書を買う事も忘れ離乳食も適当になっていきました。それでも子どもが困った時はそばにいて守ってあげたいと思いながら育ててきたと思います。

東京に住んでいた娘は結婚を機に会社を辞め、挙式までの50日間を山田の実家で過ごしました。これは娘の配偶者となる彼からの最高のプレゼントでした。

私は結婚式で三姉妹が並んだ姿を見て涙が止まりませんでした。皆いつの間にこんなに大きくなったのでしょう。

この子達もいつしかこうして守る事を覚えていくのでしょうか。

ありがとう

百田 瑞 (土佐山田町)



今年の春、末っ子の次男が巣立って行きました。思えば高校を卒業すると長女は専門学校へ、長男は県外の大学へと親元を離れて自分の選んだ道を歩んでいます。三人の子供が巣立ち、子育てを一段落終えた今、振り返ってみると、先日、実家の母に言われた言葉を思い出しました。「瑞はいかん子やったけど子供は三人とも良い子に育ったねえ」と。

その時は、子育てを褒められたような気がして嬉しかったのですが、よくよく考えてみると私が育てたのではなく、みんなが助けてくれて協力してくれたからこそだと思います。

今は天国で仲良く見守ってくれている義父と義母とは、同じ敷地に住んでいて義母は義父の介護をしながら明るく元気に孫の面倒も良く見てくれました。実家の父母も本当に協力的で助けてもらいました。主人とは当たり前のことですが、子供の前では絶対けんかはしない。二人で一緒に子供を怒らないなど、様々なルールを守って今まで家族仲良く一緒に暮らしてこられたのだと思っています。子育てを通じて沢山の友人飲み友達と出会えたことは子供たちのお陰です。あっという間に巣立ちを迎えてしまったけど沢山の幸せをありがとう。



親元を離れて

杉村 和子（土佐山田町）



私は県外出身なのですが親元を離れ大学に進学してからは、地元に戻ることはなく、縁あって高知に暮らしています。例えば、実家で過ごした年月より高知での生活の方が長くなり、出身地の方言より高知弁の方が淀みなく口から出てくる様になりました。

そして、子供も私同様、長男、長女は県外の大学に進学し、次男も来春には県外の専門学校に行きます。長男は就活真っ盛りですがアドバイスも出来ず、気を揉むばかりです。県外に居着くのか、高知に戻るのか気になるところですが、本人には「どっちでもいいよ」と言っています。

県外にいる2人は全くもって淡泊で、普段連絡はほとんどなく、何か物がある時と、仕送りした時だけ単語または一行程度のメールが届きます。こちらが大雨で全国ニュースに流れようとも、子供の頃から「山田は大丈夫!」と言っていたせいか、心配メールも届きません。まあ、しっかり親離れ出来ているということにしておきましょう。

昔、3人のお子さんがある先輩お母さんに「子供が3人いたら、最初の子は試作品、真ん中は手抜き品、三番目は付属品って言うらしいよ」と教えてもらいましたが、今思えば全くその通りで完成品がないままです。親元を離れて完成品になってくれたらいいのですが…。



旅立ちと成長

東山 郁子（土佐山田町）



私は、結婚前からサッカーに関わっていて、子供が生まれたら絶対サッカーをさせる！と決めていた。だから、息子、娘とも小学校入学と同時に有無を言わず、地元のチームに入部させた。息子は最初嫌がっていたが、いつの間にか夢中になり、娘も女の子ながら一生懸命頑張った。子供たちを通じて、私達夫婦は山盛りの思い出が作れたしそして友人に恵まれた。

小学校卒業から六年。高三の息子は来春、県外へ就職。「なぜ県外へ？」と聞くと、息子は「お母さんはずっと好きなようにやりゆう。僕も県外で頑張ってみたい。」とのこと。なるほど。息子には私が好き放題生きていると映っているのか……。ショックだったが、その心意気を精一杯応援しようとした。高二の娘は大人しそうに見えてチャレンジ派。先日、異国の文化に触れる機会があり、良い影響をたくさん受けた。「自分のやりたいことができて良かったね。」と言うと、「お母さんに似いたね。料理が苦手も同じやし。」と言われた。娘もそんな風に見ていたのか……。絶句。

でも、挨拶と感謝の気持ちを忘れないという約束を守り、近所の人にしっかり挨拶している姿を見て、反面教師の私でも少しは親業果たせているかなと一安心。

お父さん、これからの二人が楽しみやね！



子育てと感情

坂田 美紀（土佐山田町）



今年の1月で娘は成人式を迎え、息子も高校2年生。二人とも家から離れて暮らしている。私の子育ても一段落といったところ。

私たちは共働きのため、子供が小さい頃は、毎日時間に追われ、朝は大忙しで、「早く、早く」の大連呼。ついつい感情的に怒り、自己嫌悪に陥ることもたびたび。けれども、その頃の職場の上司の方から、「お母さんが感情的に子供に接するのは悪いことではないよ、子供も感情が出せるから。」との言葉をかけてもらい、とても気が楽になった。

娘が小学校1年で息子が幼稚園の頃、主人の行動に怒った私が、子供たちとだけで実家に行こうとした時、父親が一緒にないとわかった娘が突然「お父ちゃんとお母ちゃんが離婚するのはいやあ！」と飛躍した考えで泣き叫び、それを聞いた息子が「お母ちゃん！今日は家に帰るが、帰らんが！どっち！」と詰め寄り、しぶしぶ家に帰ると言うのと、娘に息子が「家に帰るやって。泣きやみや！」と慰めていた。今思い出しても頬が緩む。これも私が感情を出しまくった賜物!?

今までしんどいことも多かったけど、過ぎてしまえばあっという間。子供たちを通してたくさんの出会いがあり、楽しい時間を過ごさせてもらっている。

これからまだまだ、子供たちにかかわって楽しい思いをさせてもらうつもりだ。

もう少しの間楽しめます

石川 久美（土佐山田町）



この春から下の娘も晴れて高校生。少しずつ自立へと近づいてきました。上の息子が生まれて間もない頃急な発熱で見てもらった小児科の先生から聞いたお話。

子育ては、手をかける→声をかける→目をかける→気にかける。1人では何も出来ない赤ちゃんが、少しずつ1人で出来る事が増え少しずつ親から離れていく。そして自立。その後親に出来る事、すべき事は気にかけることだけ。そうやって、親離れ子離れしていく。

何かにつけこの話を思い出し、今はどうするべきか…と考えたものです。現実には、未だに口うるさく言ってみたり、やきもきしたり、世話を焼いたり…。なかなか上手いかわないことが多いのですが…。

子供との関わりの中で、保育園小学校中学校そして高校と、その時々沢山のひとと知り合い、沢山の友人が出来ました。そして楽しい時間を共有させてもらいました。

子供の年齢が上がるごとに少しずつ子供との関わりが減り、出会いが減る事を考えると少し淋しく感じる事もありますが、これまでの色々な出会いは私にとっても子供にとっても宝物です。

自立まで後少し?!上手に親離れ子離れ！
目指して日々奮闘したいと思っています。





まわりには頼りに なる人がいっぱい！

阿部 香織（土佐山田町）



子どもが小学生の頃、同級生の保護者の方に「うちの子は学校の話あまり家でしない」と私が言うとう「今、子どもの話を聞く機会を大切にしないと、大きくなったらもっと話さなくなって、子どものことがわからなくなるよ」と熱く子育てについて語って下さった事がありました。日常の雑事を優先して子どもの声を意識していない自分を反省したことでした。

また、仕事に関しては休みの希望を言い出しにくく仕事を理由に子どもの行事に参加しないこともありました。「仕事は代わりはいるけど、親は誰にも代わりを頼めない、子どもの行事は仕事を休んで参加したら良い」と言って下さった方もいました。休みの希望を申し出ると職場の上司も同僚も理解があり自分が不安に思う必要はなかったと感じたことでした。

こんな風にいつも周りの方に温かく支えていただき無事に2人の子供は高校生になりました。

私とは考え方が全く違う子ども達は全然思い通りにならず、本当に面白い毎日です。子ども達が“なりたい自分”に向かって、少しずつでも成長してくれることを祈りながら母親として見守っていきたいと思っています。





YDK (やればできる こ)

人生は長いし・・・

秋友ひとみ (土佐山田町)



小学校一年生の頃から学校も勉強もいやだった息子。宿題免除をしてもらい、それでもいやがるのを車にむりやり押し込んでの通学でした。

五年生になった時、突然「学校へ行こうかな」と言って一人で歩いて行き、帰宅すると、宿題をすと言いだしました。

「見よってよ」と言うので漢字を一ページ書く間、一時間ほど息子の横で見えていました。「この字は上手にかけたね」

「一行書くのが早かったね」と、宿題が終わるまで座って、たくさん褒めてあげます。

それは、どんな用事をしていても、宿題をすと言った瞬間から始まります。今、大切な事は息子がやる気をだした事。その気持ちを親は応援してくれているとわからせる事だと思い、毎日横で褒めました。

今は中学生になり、部活にも入り、一日も休まず練習をしています。きっと上手に褒めてくれる先輩がいたんだろうと思います。後輩もでき、指導するようになり、ほんとに驚きです。

朝、自転車にまたがった息子に「えらいね、気を付けてね、しっかりね」と声をかけます。そのうち「ウざい、ババア」と言ったら私の子育ては成功だと思って今日も粘着質に見送っています。



大好き！宝物！

杉村 彩（土佐山田町）



大学2年になる息子が小さい頃は子育ても手探りでした。どうしたら良いのかわからずに思わず手をあげてしまい、泣き叫ぶ息子と一緒に自分を責めながら泣いたこともありました。そのうち妹が産まれて息子は嫉妬で荒れましたが、しっかり向き合ってみると妹をととても可愛がるようになり、それ以後あまり手がかからずに育ってくれました。

一方高校1年になる娘が小さい頃はアトピーで大変でしたが、二人目の子育ては少し余裕もあったと思います。何をしても可愛くて、「どうしてそんなに可愛いのか？」と聞くといつも「ママが好き（だ）から！」と答えてくれました。これは名（迷）言！と嬉しくて何度も聞き返したものです。おかげで甘やかして未だに跳ね返りですが…

でもどちらも本当に可愛い!!つついとお小言もたくさん出ますが、子ども達のおかげで親にならせてもらい、多くを学ばせてもらっているのだとつくづく思います。未だに二人に「大好き！お父さんとお母さんの宝物！」と時々声をかけますが、二人とも照れくさそうにしながらもとても嬉しそうです。

子育てに正解はありません。子ども達が大人になった時、お父さんとお母さんの子どもで良かったと思ってくれたらそれで良いかなと思います。



人に支えられて

高木真由美（土佐山田町）



私達親子は20年前、長男が幼稚園に入園する時に香美市の市民になりました。アトピー性皮膚炎があり、除去食をしていた長男にとって色々な不安を抱えての初めての集団生活と給食の始まりでした。でも、園長先生、副園長先生、給食の先生担任の先生との見事なチームワークで、長男の心と食のサポートをしてくださいました。

次は、小学校。ここでも、校長先生や保健の先生、担任の先生などの皆さんのご協力で、除去食を摂りながら元気に学校生活を送りました。

また、ご近所のママ友や幼稚園の保護者会活動で繋がった方々からかけて頂いた言葉は、とても心強いものでした。そして、地元の少年野球チームへも、小学校2年生から入団し、沢山の方々に温かく鍛えて頂きました。

現在、県外で一人暮らしをしている長男は、お陰様で、何を食べても大丈夫になり、自分で体調管理をしながら、大学生活を満喫しています。

私達親子にとって、恩人がいっぱいの香美市。次は孫にも香美市で生まれ育ってほしいとの勝手な願いをどんどん膨らませている今日この頃です。



人に支えられて

池澤 美樹（土佐山田町）



私には、中学3年生の息子が一人います。私が車の運転ができないので、実家の両親に助けをもらいながら子育てをしてきました。特に、病院の時間外である夜中や土日に限って高熱を出したりして、大きな病院などに連れて行ったこともしばしばありました。本当にわからないことが多かったので、家族の支えは、大きな励みになっていました。

育児書どおりにはいかない子育ては、多くの出会いを経て、自分一人ではないんだと勇気づけられました。

現在、息子は反抗期の真っ只中です。あらゆる面で、すごく難しい時期を歩んでいます。また、いろんな葛藤があります。そんな中、息子が、一生懸命に頑張る姿を見た時は嬉しくなります。

周りの人に支えてもらいながら、形にはならないけれど、ここまで子育てができたことに感謝の毎日です。

家庭が基盤

西山美由紀（土佐山田町）



私は6歳と3歳の子どもを持つワーキングマザーです。結婚・出産を経て、働きながら子育てをした7年間を振り返り気づいたことは、何事も『家庭が基盤』だということ。家庭がうまくいってないと、仕事もプライベートもうまくいきません。人生の土台はすべて家庭にあると気づきました。

私が子育てをすることにおいて意識していることが2つあります。1つは笑顔でいることです。「笑顔の人の周りに幸せは集まる。」ということで、子どもは親のことを良く観ていて、親が笑顔だと子どもも笑顔になります。最近は自然に笑顔でいられるようになりました。

もう1つは、できるだけ手料理をすることです。どんなにお金や時間があっても健康でないと意味がない。子どもを授かってから「食」の大切さを考え始めました。『食べることは生きること』家族の健康は母親次第、安心安全なものを、との想いで保存食や調味料を手作りしています。

昨今、家族の絆をめぐる悲しいニュースがある度に幼少期の教育の大切さを感じます。子どもには物事の判断基準として「損か得か」ではなく、「人として正しいか正しくないか」が重要だと伝えていきたいです。

現在、第三子を妊娠中ですが、私を母親に選んでくれた3人の子ども達に感謝して、これまで以上に『家族の時間』と『主人への思いやり』を大切にしたいと思います。



心の余裕

春田夕美子（土佐山田町）



私は、5歳の長男、3歳の次男、9か月の長女の母親です。子育てについて私が大切だな、と思うことは「心の余裕」。ゆったりとした気持ちでいれば、子どもが何か悪さをしてもしっかり怒ることはないのではないかと思います。でも、子育てをしていると余裕を持つって意外と簡単のようで難しいのです。自分の時間と心の声を聴いてくれる相手の存在が必要ではないでしょうか。

自分の時間がないのであれば、いろんな手を使って時間を取る。1日のうち10分でいいから好きなことをすると心も体もリフレッシュできる。それが結果、「子どものため」に繋がるのではないかと思います。

先日、3人を連れてスーパーで買い物をしていると「子育てはあっという間、今が一番いい時、楽しんで！」と励まされました。確かに子ども達といると、時間が経つのが早く、子育てを楽しめる期間を意識していませんでした。夜間の授乳で寝不足の毎日ですが、今はただお母さんを感じるようにしていきたいです。そこに今しか味わえない幸せがぎゅっとつまっているような気がします。

そして、何があっても子ども達を信じること、そして一番は子ども達を愛することを忘れずに後悔のない子育てをしていきたいです。



みんなに支えられて

西原 香織（土佐山田町）



私は、5歳と3歳の女の子を育てています。

1人目の時は何が何だかわからず、余裕もなく過ごしていました。四六時中ずっと抱っこしないと泣く、夜中の授乳、イライラしっぱなし・・・子供好きだと思っていたのに、自分の子供にこんなにイライラするなんて、私はおかしいのではないかと悩んだりしました。

しかし、幸いにも私には悩みを聞いてもらえる友人達がいきました。「自分の子供にイライラする」と打ち明けたところ、「わかるわかる！私もよ！」

その一言でとても救われたのです。自分だけじゃない、みんな同じような悩みを抱えて子育てをしているんだ、と。そのせいか、二人目の時は少し余裕をもって子育てができていくかなと思います。

友人の存在がとても心の支えになっています。もちろん、主人や両親も支えです。私は週2回程度、趣味のバドミントンで夜留守にします。主人は嫌な顔をせず、「行ってきいよ」と言ってくれます。

こう書いていると、自分はとても恵まれていると感じています。私も友人たちの支えになれているだろうか。お互い支えあって子育てをしていけたらと思っています。

子どもたちと共に

依光 里砂（土佐山田町）



私は、6歳の男の子と3歳の女の子を育てています。

何もかもが初めてで夜泣きがひどかった1人目の時は自分の子どもが産まれて嬉しいはずなのに寝不足や不安な気持ちから不安定になっていました。そんな中、新生児訪問に来てくれた保健師さんが話を聞いてくださったり、子どもを見た時に「ちゃんと話しかけに反応しているね。お母さんが話しかけてくれているんやね。お母さん頑張っているね」と言ってくださった時は「私でもお母さんできているんだ」と肩の荷が軽くなり子育てが楽しくなりました。

しかし、子どもたちが成長とともに悩みは絶えることはありませんでした。私自身が子どもに関わる仕事をしているため、自分の子どもと他の子どもを比べてしまい焦る気持ちから私の理想を押し付けてしまっていたからです。それに気づいたのは、子どもを通じて知り合った友人たちのおかげでした。私の悩みに「一緒一緒」「分かる分かる」と共感してくれたことで自分の子どもは大丈夫！と思えるようになりました。今でも子どもを通じて知り合った友人たちとは、子育ての悩みや家族のことなど色々なことを話せる関係になれたことに感謝しています。

私の周りには他にも、ワーク・ライフ・バランスに理解のある職場や「無理しないで」と気にかけてくれる両親、家族ぐるみで付き合いのできる学生の時の友人たち子育てに協力してくれる主人と支えてくれる人たちが沢山いることの幸せを改めて感じることができました。そして何より私を母親にしてくれた二人の子どもたち。これからも沢山の壁にぶつかっていくことと思いますが、一緒に考え、時に見守り、一緒に乗り越えていけたらいいなと思います。

子育ては親育て

浅野 明奈（土佐山田町）



6歳、3歳の姉妹と1歳の男の子の3人の子育て中です。
私自身が人見知りで新しい事に取り組む事が苦手だったので子どもたちは何にでも挑戦出来る子に育てて欲しいとイベント、ベビースイミングなど積極的に参加して色々な経験が出来るようにしています。

始めは泣かずに出来ただけ喜んでいたのに年齢が上がると、他の子と比べて焦る気持ちが出てしまう事もあります。また3人いると1人に合わせて行動出来ないの誰かに我慢させたり、私も何から手をつけたら良いのかパニックになりそうな時もあります。

そんな時に特に助けてくれるのは義弟のお嫁さんです。4人の子育て中の彼女は子育ての先輩としてアドバイスはもちろん、子どもたちにも優しく時には叱り・・・両親以外にも真剣に向き合ってくれる人がいることは、親子共に心強く感謝しかありません。また子どもを通じて親しくなり、今では家族ぐるみで付き合ってくれる友人たちにも助けられています。これから先も悩み、大変な事があると思いますが、子どもたちが3人仲良く遊んだり、並んで寝るなどを見ると楽しく幸せです。自分自身もまだ未熟ですが、子どもたちと共に成長していきたいです。

早寝早起き

濱田 恵子（土佐山田町）

私は、小学一年生、幼稚園年長の女の子二人の子育てをしています。

私が気をつけていることは、「生活のリズム」です。朝早く起きるためには、早く寝る、子供たちが九時までには寝れる様に午前中のうちに、掃除や晩ご飯の支度など家事をなるべく終わらせ、子供たちが帰宅する頃には余裕をもって子供たちと接する事ができるようにしています。「早寝早起きは三文の徳」ということわざがありますが、健康にも良いと言われているし、早く起きてやるべき事をしておけば、自分の心にもゆとりがうまれ一日が気持ち良くすごせるように思います。

長女が小学校に入学してから宿題・お友達と遊ぶ時間がプラスされましたが、子供自らが宿題をしてから遊びに行きます。「やるべき事をしてから」という考えが自然と身についてきているようです。子供の成長を感じる日々です。

そして、子供を通じてとても頼りになるたくさんの友人ができました。主人と私は県外からきたので友人がいなかったのですが、家族ぐるみで仲良くさせてもらっており、子供の事や習い事、病院など、そしておいしいお店など、高知の情報を色々と教えてもらっています。

多くの人たちに出会え、支えられ、とても感謝しています。これからも人のつながりを大切にし、自分自身も家族と共に成長していきたいなと思います。



私の課題

小花真由美（土佐山田町）

「やっぱり、お母さんにはかなわんがよね。」と私の広げた腕の中に照れながら飛び込んでくる長男。「今日のご褒美!」と手を広げると、はにかみながら抱きついてくる長女。私の心も軽くなる瞬間です。

私は、小学三年生の長女、年長の長男の二人の子育てをしています。子供たちへの接し方に反省する日は多くスキンシップは私にも、子どもたちにとっても大切な時間です。

私が大事にしていることは食事です。娘が小学一年生の頃、重いランドセルを背負って片道二十分の登下校をととても心配しました。学校でも集中して勉強ができるよう、平日の朝ごはんは、しっかりバランス良く食べて行くように工夫しています。

長男に関してはとにかく活発。これ迄にも、たくさんの怪我をしました。今後も、怪我の心配は続きますがある時から、“怪我をしても治りやすい体作りを!” が私の課題に。

体の質となる植物性タンパク質を、多く摂取できるように大豆を使った料理や、おやつなどを工夫しています。食にも興味が持てるようお米研ぎや、料理などを教えると二人とも今では、競って夕飯作りも手伝ってくれるようになりました。

来年は、長男が小学生。想像するだけで心配です!早寝早起き朝ごはんを基本に、子供たちとの会話や関わりの大切さも実感しています。主人や、両親のフォローにも感謝しながら今後も、子供の成長を楽しみに子育てに励んでいきます。

一緒に笑おう

山領 敬子（土佐山田町）



我が家は賑やかだ。女の子3人、男の子1人。おしゃべりが絶えない。

上の子は既に高校生だが、末っ子はまだ幼稚園。何でもかんでも興味津々で、クルクルと忙しい。

当たり前だが子どもって思いもよらない行動をする。笑わされたり驚かされたり。全く同じ事をしでかすのも面白いと思うけれど、本当にいろんな事が起こる。三者三様ならぬ四者四様。

雨の中ぴょんぴょん跳ねて、早く家に入りなよって声をかけたら、雨をよけてるの、なんて言ってたね。呼んでも呼んでも道路に向かって走る背中も、お弁当箱を机の上で宙返りさせたことも、お友達のママをナンパしたことも、みんなみんな、今となっては懐かしい思い出たちだ。

発煙筒つけちゃった時は肝を冷やしたことだけど、それもやはり忘れ得ぬ大事な思い出だ。日々失敗や不安、反省や迷いだらけの子育てではあるが、全てが懐かしく思い出される日が来ると私ももう知っている。

確実に言えるのは、君たちが大好きだよって伝えたいってことだけだ…

だから今日も、一緒に笑おう。

かわいいコンビ

竹平 七絵（土佐山田町）



私には二人のかわいいコンビがいる。長女が生まれた時あまりの元気のいい泣き声にびっくりした。今彼女は六才。元気いっぱい走り回り、よく食べ、よく遊び、よくしゃべり・・・誰も彼女にはかなわない。妹もでき、お姉ちゃんとしても成長している。彼女は我が家の元気印。

妹の方かというと生まれた時からおっとりほんわかしている。今彼女は三才。お姉ちゃんの背中を追いかけて、お姉ちゃんのやる事をしたが。彼女は我が家の癒し系。

元気印と癒し系、いいコンビだ。彼女たちのやりとりを聞いているととても面白いし、懐かしい。プリキュアごっこをしてみたり、鏡の前でお姫様になりきって遊んだり、はたまた、演奏会に招待しますと言われて子供部屋に行ってみると、木琴やオモチャの太鼓を並べ、妹はタンバリンを持ち、お姉ちゃんが歌絵本のスイッチをつけて演奏会のスタート。元気印は木琴、太鼓を叩きながら妹に演奏の指導を入れ、それを素直に受け入れる癒し系。とても楽しそうでその姿を見ると、微笑ましい。

何気ない日常の成長に目を向けて、あなた達と一緒にいる時間を大切にしたい。楽しい事ばかりではなく、時には叱る事もあるけれど。一緒に過ごせるこの時間を大切にたくさん楽しい思い出を増やしていこう。

20年を振り返って

竹村あずさ（土佐山田町）



香美市に嫁いで20年以上が経ちました。娘と息子にも恵まれ、月日が経つのは早いもので娘は来年、成人式を迎えます。

この20年は娘にとって色々な事がありました。特に小学生の頃の思い出は辛い事の方が多かったと思います。そんな娘にとって、転機となったのが中学受験です。主人は「地元の中学があるのにわざわざ遠くの学校に行かなくてもいい」と反対しましたが、辛く悲しい思いをしている娘のことを一番に考えると、環境を変えてあげた方がいいのではないかと思い、反対を押し切って受験しました。

環境が変わったおかげで娘はたくさんの友達にも恵まれ、とても楽しく充実した学校生活を送ることができました。その中で自分の目標を見つけ大学に進学し、今は栄養士と栄養教諭の資格を取るため頑張っています。

もしあの時、環境を変えてあげていなかったら、今ここに娘はいなかったのではないかと、この20年を振り返ったときに不意に思うことがあります。

結果的には環境を変えてあげた事が、娘には良い方向へと進む道となりました。たくさんの友達に囲まれ笑顔でいる娘を見て、あの時の選択は間違っていなかったと今でも私は思っています。

すべてのことに感謝

徳永 美穂（土佐山田町）



高校3年と中学3年の息子ふたり。泣いて怒って悩んで、多くの笑いと幸せの中で豊かな時間を過ごしています。

上の息子が小2の終わり、離婚を機に帰高し生活と環境が一変しました。

息子たちへの申し訳なさと自身の至らなさ。先の不安と焦りから家族に気持ちをぶつけ、子育ての中の不安は上の息子に向きがちで、あどけない寝顔を見てはごめんねと涙をしながら頭をなでた日々。それでも息子たちと過ごす時間は、私に多くの気づきとひとりの人間としての成長をもたらしてくれました。

どうしたらこんなに優しい子になるのだろうかと思うほど穏やかで思いやりに溢れ、きょうだいが本当に仲が良い。そばで見ているといつも心が洗われるようで、私を母に選び、私の子どもとして生まれてきてくれたことに感謝の気持ちでいっぱいになります。

待てないことも多く、つい口出しをしたくなりますが、そこは私のお母さんとしての修行です。そう思えるようになったのも、これまで沢山の方に支え助けられ、今も色んなところで色んな人の思いや支えの中で生かされているからこそ。いつか、私も周りの方へ返していけるようになりたい。

やりたいことを見つけ、一步一步、歩きたした息子たち。その先には色々なことがあるでしょうが、起こることひとつひとつに意味があり大切な経験です。一度きりの人生を安心して大いに楽しんで貰いたいなあと思います。

かけがえのない日々

西岡美咲子（香北町）



ひとり息子がまもなく18歳になろうとしている。長かったようであつという間だった子育てが一段落しようとしている今、こうして書く機会を頂けたので振り返ってみたい。

幼稚園から小学校低学年頃の息子の写真を見ると、なぜかひとりで涙が出てきてしまうことがある。あの頃の小さかった息子をもう一度抱きしめてみたい、懐かしくてたまらない気持ちと同時に、余裕がなく怒ってばかりいた自分を思い出す。

優しい気持ちで息子に触れたいのにそれが出来ず、自分自身を責めていたその頃の私は、専門機関の先生方を頼り相談する中で、色々な思いを抱えながらも私は私なりに精一杯の愛情で息子を育てていること、そして自分がどう育てられたかに向き合い、母がどんな想いで子育てをしていたか、その頃の母の想いに寄り添うことが出来たとき、母のこと、自分のこと、息子のこと、全てをそのまま丸ごと受け入れられたように思う。

人生において子ども時代はほんの一時だが、心の中にいつまでも色濃く残る。子育てをしながら私自身の子ども時代を追体験し、息子と一緒に成長したかけがえのない日々。色々な出来事があったが、ひとつひとつ乗り越えてきたことが今につながる一本の道となり、未来へもまっすぐに伸びていると信じている。

食べられる事のありがたさ

村山 浩美（土佐山田町）



長男は、生後2ヶ月ごろから皮膚がただれて痒がり、小さな手で掻きむしる姿を見るのはとても辛いものでした。

検査の結果、卵、乳製品、小麦、大豆、ゴマにアレルギー反応があり、陰性だったものの鶏肉（卵）や牛肉（乳）も除去する生活がスタート。完全母乳だったので私も食べられません。

落ち込んでいた私を助けてくれたのは、食物アレルギーのお子さんを持つ先輩ママさん達や、ママ友、そして家族でした。役立つ情報をたくさん頂き励まされ、子育て支援センターで午前中遊んだ後、皆で行ったランチはいつもアレルギー対応のメニューのあるお店でした。「お母さんが元気だと、子供も元気」をモットーにした地元の子育て支援ネットワークとの関わりから、高知に越して来てから遠ざかっていた音楽活動も再開することができ、私自身も変わったと思います。

3歳を迎える頃には何を食べても反応が出なくなりザラザラしていた肌もモチモチに。病院からも卒業と言われた矢先、次男が生まれやはり皮膚がただれて掻きむしるように、、、。振り出しに戻り、更にその後3年ほどケーキを山ほど食べる夢を何度も見ながら過ごした日々は、私の人生において貴重な経験となりました。

現在は2人ともそんな時期があった事はあまり覚えていませんが、何でも食べられる事のありがたさは折に触れて話すようにしています。

我が家はインクルーシブ

堀澤 栄（土佐山田町）



上の子が4歳のとき、意を決して2人目を出産した。高齢出産も後期をすぎたとも言える年齢であったが、上の子にいとこすらいなかったので、将来を考え、なんとかきょうだいをつくってあげたかった。

近所の神社にお参りして「どうか上の子を助けてくれる子をお授けください」と祈ったところ、小さめの男児が生まれた。ダウン症だった。正直激しく動揺した。この子がお姉ちゃんを助けてくれるのだろうか？

第二子が生まれた後、できるだけたくさんの情報を集めた。いろいろなところに「少し手がかかるけれどちゃんと育つ」「やさしい」「人生が豊かになる」と書いてあった。そうなの？あれから10年、紆余曲折を経て、1ヶ月ごとの入院だとか心臓手術だとかを経て、下の子はかなり、いや相当しっかりしてきた。そして、私が祈ったとおり、お姉ちゃんを助けてくれる頼り甲斐のある子となった。さすが、お家芸は「神頼み」の我が家である。

上の子は下の子を本当に可愛がっている。下の子のおかげで代え難い学びの日々と幸せな人生を送っている。いわんや両親をや。2人のおかげで思いもよらない広い世界に連れて来てもらえた気がする。この楽しさ、面白さを皆さんに伝えるのがなかなか難しくて・・・。

たくさんの出会いに感謝

桑村 幸（土佐山田町）



関西弁バリバリの地から引っ越してきました。始めて土佐弁を聞いた子供のまん丸な目が忘れられません（笑）。真っ先に覚えたのは『ひやい』でした。

その我が子は、ご縁あって、現在、山田特別支援学校に通っています。毎日、子供と徒歩通学する中、お名前も知らない軽トラのおじさん、犬の散歩中のおじさん、通学路の道中にあるお家のおばさんなどたくさんの方から『おはよう』、『行ってらっしゃい』、『今日も行きゆうね』、小さな女の子からも『お姉ちゃ〜ん』と、お声をかけてもらっています。おかげで毎日元気に登校しています。

そして、龍馬マラソンファンランに出たり、音楽サークル、ダンス、トランポリン体操教室、キャンプやBBQなどなど、子供を通じて知り合った多くの皆さんに支えてもらい、たくさんの経験を重ね、笑顔いっぱい、元気な毎日を送っています。

高知でのたくさんの温かい出会いに感謝です！

毎日の積み重ねが 未来につながる

松本 明子（土佐山田町）



息子は2歳の時に自閉症と診断されました。保育園の時は、あまり相談もなかなか出来ず悩んだりもしました。

転機になったのは、山田特別支援学級に入学してからの先生の一言でした。「息子さんはとても力のある子なので、大丈夫ですよ」

毎日不安だったり泣いたりしていた私にとって、すごく安心したのを今でも覚えています。

小学校に入ってから、課題のマッチングクッキング、畑仕事、挨拶など色々なことを学び、楽しく学校へ登校しています。

1年生の時にうどん作りがあり、麺が大好きな息子は喜んで取り組んでいたそうです。家でもいつの間にかボールや小麦粉を出してきて作ろうとしていた時は、びっくりしたのと同時に本当にうどんが好きなんだと少し笑ってしまいました。体を動かすことも大好きで公園などで遊んだりもします。

こだわりは余りなかった息子ですが、魚だけは嫌いで給食でも食べられませんでした。きっかけは土佐巻きだったと思いますが、カツオのたたきが食べられるようになり、マグロ、サーモンなど少しずつ増えていきました。

それから6年間、学校の先生や放課後デイサービスの先生、お友達から沢山のことを教えてもらい、日々成長を楽しく感じています。

来年からは、中学生になり難しくなっていくとは思いますが、毎日の家でのお手伝いや興味があることを少しずつ増やしてあげて、出来ることを1つでも多く身につけて未来に繋がればと思います。

次のステップへ

中平 麻衣（土佐山田町）



子育て生活が始まってもうすぐ5年。制約と自由のバランスや意味の変化を感じます。「子どもがいるからできない」ではなく、子どもがいるからこそできたことや出会いがたくさんあります。

今でこそアクティブに見えているようですが、産後8ヶ月以上、誰と会うこともなく引きこもっていました。子育て支援センターには、こもってられないほど体調が悪くなってから初めて行き、検査入院をするために一時預かりで息子を預かってもらいました。この入院で、指定難病が判明。また、息子が療育を受けるようになってから、私自身も発達障害であると診断がつかしました。

一見ネガティブな形で自分を知る中で、何かしたいという思いが膨らんでいきました。「子育て広場たんぽぽ」で、お子さんと遊びに来るお母さんがほっと一息つける企画をするなど子育て支援に関わるうちに方向性が定まり、現在起業に向けて動き始めました。子育て中のお母さんたちに、もう一つの居場所を。その思いで「親子カフェ」開業を目指しています。子どもがいるからこそ、親である私が、親としてではない次のステップへと進んでいます。私の新しい世界は、息子が見せてくれているものだと実感しています。

ありがとう

辻井 幸（香北町）



香北町のアンパンマンミュージアムの近くで、小6と年長の姉妹の子育てをしています。

母になった、この10年ちょっとを振り返ると本当にいろいろなことがあったなあと思います。

理想の子育てを目指して挫折。長女にイライラをぶつけてしまい、抜け出せない苦悩の日々。この10年は等身大の自分を認めるというのか、ポンコツ穴ぼこだらけの自分を認めるというのか、本当に自分育てだったなあと思います。

そんな自分でも子どもたちは愛してくれる。子どもたちの存在が、私に何をすべきかを照らしだしてくれる。お母さんになれたことをしみじみと感謝する日々です。

昨年末から、出産後のお母さんが、退院後1、2ヶ月しっかりと身体を休めるように、ご自宅に訪問してお母さんの代わりに赤ちゃんの沐浴などのお世話から料理、洗濯、掃除、上の子の遊び相手、保育園等の送迎、検診の同伴など、ご家庭のニーズに合わせて、お手伝いさせていただく産後ドゥーラ（産後ヘルパー）という仕事を始めました。

命のはじまり、お母さんのはじまりを応援できるような存在でありたいと思います。

まずはお母さんが先をいく

近森 郁奈（土佐山田町）



子供ができれば、「好きなことや目標に向かって、一生懸命に取り組む子になってほしい」そして、「その夢や目標を支え、応援できる母でありたい」と強く願っていました。学校で学んだり、一緒に遊ぶお友達ももちろん大切にしてほしい。そこに加えて、刺激し、励まし合える仲間を見つけられたら最高だなと思っていました。

そこで私は、自分自身が関わっているバレエ教室に娘を通わせてみました。始めは一緒に楽しくレッスンしていましたが、だんだん欲の出る母に疲れてきた娘。三人目の出産もあり、一度離れることに。そこで私の意見はあまり言わず、なにかをしてほしいとも言わないようにしていました。

「子供に目標を持ってイキイキ頑張してほしい」と思えば、母である私自身がそうであるべきだと思い、たくさん学ぶこと、挑戦することを意識しました。そんな中で出会った心と身体を整えるピラティスに魅了され、資格をとり、インストラクターとして活動しています。安定した職を離れ、新しいことに挑戦するのは、とても勇気のいることでした。しかし、応援してくれる家族と、バレーボールを始めて目を輝かせている子供たちの姿を見て、この選択をしてよかった。子供たちと一緒にどんどんステップアップしようと思っています。

小さな人たちから 教わることばかり

松原香奈美（土佐山田町）



東京で妊娠・出産を経て、娘が生後10ヶ月の時に家族でIターン移住。小学1年生となった娘と夫の家族3人で自然豊かな環境で暮らしています。

東京の助産院で出会ったスリング（一枚布の抱っこ紐）や子育て情報がワンオペ育児にずいぶんと助けられ、移住を機に抱っことおんぶの専門家「ベビーウェアリングコンシェルジュ」として活動を始めました。その後もさまざまな資格を取り、知人・友人がまったくいなかった高知でネットワークが広がり、たくさんの親子と接する仕事をしています。

娘からはもちろん、赤ちゃんたちからたくさんのことを教わります。それは子育て支援者となってからも学びの連続。迷ったら目の前にいる赤ちゃんに聞いてみる。きっと答えを導いてくれますよ。

育児において“失敗”や“〇〇であるべき”はないと思っています。“育児法はこれが一番！”なんて言えないのです。参考となる情報はさまざまなツールから拾えるけど、その親子にしかないオリジナルな育児が確立されていく。ママたちはすでにいっぱい頑張っています。力を抜いて時には息抜きしつつ、目の前の赤ちゃんとのコミュニケーションを楽しんでほしいですね。



子育て支援情報



《 行政の情報 》

子育て世代包括支援センター

TEL 0887-52-9281

健康介護支援課 親子すこやか班

妊娠期から子育て期にわたって、切れ目のないきめ細やかな支援を行なう拠点として、母子保健コーディネーター（保健師・助産師）や地区担当保健師が妊娠、出産、育児に関するさまざまな疑問、悩み、相談に対応します。また、必要に応じて関係機関のスタッフや専門職と連携しながら、総合的に支援していきます。

子育てセンターなかよし

TEL 0887-53-1008

子育てセンターびらふ

TEL 0887-59-3121

（開設時間：年末年始除く、月曜日～金曜日 8：30～17：15）

子育て家庭に寄り添い、子育てを応援する取り組みをしています。在宅で子育て中の親子が自由に遊んだり親子同士の交流ができるひろばの開放、子育てに関する相談対応や情報提供、一時預かりなど子育てサービスを行っています。

《 近隣の小児科 》（R2.7月作成 香美市子育てガイドより）

名 称	所在地	電話番号
あけぼのクリニック	南国市田村乙1992-1	088-878-6611
いちはら内科小児科	南国市大樋甲1775-1	088-863-3915
田村こどもクリニック	南国市篠原1459-1	088-863-0723
たかはし内科小児科	南国市緑ヶ丘2-1715	088-865-5680
JA高知病院 小児科	南国市明見字中野526-1	088-863-2181
高知大学附属病院小児科	南国市岡豊町小蓮185-1	088-866-5811
おひさまこどもクリニック	香南市野市町西の651-1	0887-57-8880

《 地域の情報 》

香美市ファミリー・サポート・センター（通称 ファミサポ）

場 所：香美市移住定住交流センター内（香美市土佐山田町本村）

連 絡 先：080-5665-2075

受付時間：8：30～17：15（水・日・祝日休み）



ファミサポでは、依頼会員（子育てを助けてほしい人）と援助会員（子どもを預かる人）の会員ネットワークをつくり、地域で子育てをお互いに助けたり、助けられたりする会員相互の援助活動を行っています。

ほんのちょっと手を借りたい、そんな子育ての困りごとにファミサポをご利用いただけます。

子育て広場 たんぽぽ

場 所：プラザ八王子 3階和室スペース

開設時間：毎週火曜日・金曜日

10：00～15：00（年数回休みあり）



公式LINE
はこちら

「子育て支援ネットワーク ろばみみ」が行っている、お母さんが気軽に子どもを連れて自由にのんびり集える場所です。体を動かすイベントやリラクゼーション、心が軽くなる講座なども開催しています。育児の相談や情報交換など楽しくおしゃべりしませんか？

地域サロン ボランティア家 てとて

（プラザ八王子 1階）

地域サロン みによん

（保健福祉センター香北 1階）

地域サロン ひとやすみ

（奥物部ふれあいプラザ 1階）



香美市社協本所の
情報はこちら！

香美市社協香北・物部
支所の情報はこちら！



（ 開設時間：月曜日～金曜日 9：00～16：00 ）

香美市社協では土佐山田町・香北町・物部町の3カ所で地域サロンを開設し、「地域のお茶の間」を目指してお年寄りから子どもまでのさまざまな住民が、自由に気軽に立ち寄ることができる場を提供しています。

ゆっくりと 一歩ずつ…

あひるの親子

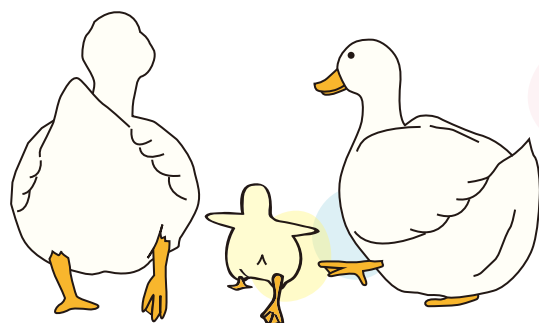
令和4年1月発行

【編集・発行】

社会福祉法人 香美市社会福祉協議会

〒782-0041 香美市土佐山田町262番地1

TEL 53-5800 FAX 53-5470



『ゆっくり一歩ずつ… あひるの親子』は会費と共同募金配分金を活用して発行しています。