

子育てに関する 行政制度及び NPO 法人サービスについて

## 第15回 「地方の取り組みⅢ」

少子化により、自分の子どもがうまれて初めて触れる乳児という方が50%に達するというデータがあります。今回は、少子化の中で、子どもと触れ合う機会を作り、自尊心の醸成の一助となる「赤ちゃんふれあい体験授業」についてご紹介します。



### 赤ちゃんとのふれあいを通し命と向き合う 「赤ちゃん和小中学生とのふれあい事業」 -鳥取県倉吉市-

《内 容》  
小学校5年生、6年生、中学校3年生を対象に、赤ちゃんとのふれあいを通して、自身の成長を振り返り、親への感謝の気持ちをはぐくむとともに、自己肯定感を培うことを目的として実施しています。小学校・中学校でそれぞれの実施となっているため、小学校で体験した生徒が中学校で再び体験する場合があります。

《経緯・背景》  
2004年の次世代育成支援行動計画策定時から、市独自の取り組みとして検討をはじめました。2007年度にセンター型の子育て支援センターを設置したことに伴い、その機能を活用し、2009年から本格的に開始しました。

《成果・効果》  
人気の高いプログラムで、2015年は、中学校4校10クラス、小学校11校16クラスが実施します。

事前授業・事後授業については、各校が工夫を凝らして取り組んでいます。特に、事前授業においては、赤ちゃんを抱く場面もあることから、養護教諭及び担任と保育士と連携をはかり、人形を使って抱き方の練習なども行っています。また、事後の授業で性教育を組み込んでいる学校もあります。



#### 赤ちゃんとのふれあいがなく親になる

少子化が長く続き、現在、母親・父親になる方の多くが、赤ちゃんとのふれあいがないうまま親になる時代になりました。自分の赤ちゃんが、初めて触る赤ちゃんという場合、当然赤ちゃんに対する不安も強くなります。このため、行政や産院などでは「母親学級」を実施、母親になるための準備として定着した感があります。さらに「両親学級」等も実施され、父親の参加も増加しています。それでも、5割近くの方が、ふれあいのないまま親になる現実からも「ふれあい体験」の広がりの意味は大きいといえます。

#### 赤ちゃんとのふれあい経験

	2006年	2011年 (%)
妊娠期妻	57.7	57.2
妊娠期夫	48.7	42.3
育児期妻	50.9	51.1
育児期夫	43.5	45.1

\*「子どもを持つ前に赤ちゃんに身近に接したり、世話をした機会があったかどうか」に「はい」の%  
ベネッセ次世代育成研究所  
「第2回妊娠出産子育て報告書」2011年

## 全中学生が体験する「赤ちゃんふれあい体験講座」

-新潟県刈羽村-

《内 容》

地域の乳幼児を持つ保護者10~15組に協力いただき、中学生が、赤ちゃんを実際に抱いてあやす体験をします。体験を通し、赤ちゃんを抱っこできるようになり、子どもを育てる親の思い、愛情、責任感を感じることができます。

《経緯・背景》

少子化により、年間出生数が30人前後と少なくなり、兄弟の世話をすることも無いことから、親になって初めて赤ちゃんに触れ不安を抱えることのないよう、また、思春期の不安定な時期に、親の思いや自分が大切に育てられてきたことを感じてもらえるよう、毎年実施しています。

《成果・効果》

命のあたたかさを感じてもらえ、自分も大切に守り育ててもらえた命であることを、感じてもらうことができます。刈羽中学校では、2014年も3年生41名全員が体験をしました。



## 係わるすべての人が赤ちゃんからエネルギーをもらえる 「中学生とあかちゃんのふれあい体験学習」

-愛知県豊田市-

《内 容》

中学校3年生を対象に、授業の一環として実施するふれあい体験学習、事前授業ではビデオ鑑賞や自分史作成等、「命」を考える授業を実施。ふれあい体験学習本番では、駐車場へのお迎え、乳児とのふれあい(だっこ、おんぶ、遊び)や保護者との交流、こども図書室による絵本の朗読等、そして駐車場まで荷物をもって見送りが行われます。事後授業では、参加者親子への「お礼の手紙」を書き、まとめ・振り返りの場としています。

《経緯・背景》

2007年より実施。本番はボランティアの方にも協力いただき、4時間に渡る授業となっています。このため、老人クラブなどにお手伝いを願い、地域ぐるみで実施しているところもあります。負担を軽減した2時間のプログラムも作成し、27年度の実施は10校にまで広がっています。

《成果・効果》

命の大切さを学ぶことを目的として実施しましたが、そればかりでなく、中学生の感想から、自分も大切に育てられたことを感じ、親に対して素直な感謝の心が生まれています。また、子育て中のお母さんは、自分の子育てが社会の中で役に立つことを実感でき、みんなが赤ちゃんを通してニコニコしている様子に幸せを感じたといいます。実施校の先生も含め、参加者全員が赤ちゃんにエネルギーをもらえる事業となっています。



スタートから9年目を迎えた「中学生とあかちゃんのふれあい体験学習」では、中学生のときに体験学習を経験したお母さんが赤ちゃんを連れて参加される例が生まれています。彼女たちから「体験していたから、赤ちゃんが泣いても怖くなかった。」という声も聞かれ、ふれあいの成果が子育ての場で生まれています。

## Support for **Woman Doctors** ～私からあなたへ～

原田 和歌子 先生【広島県 22期】  
広島市立安佐市民病院  
お子さんは小6女子 小1男子の2人



広島22期 原田です。義務年限が明けて7年目、現在、広島市立安佐市民病院総合診療科4年目となりました。ついこの間医学生で、医者になって気が付いたら16年、40歳をこえていました！子どもは小学6年生の女の子と小学1年生の男の子がいます。

とてもここで披露できる歴史ではありませんが、震災支援でお世話になった17期小出先輩からのバトンであり、女性も十人十色、性格も背景も、環境も支援も全く異なる中で、もしかしたらこのエッセイで元気が出る人がいるかもと思い、リレーをつなごうと思います。

まず、この16年間は子どもや両親、周りのみなさんにたくさん支えられてここまで来たことに感謝です。そして振り返ればこの義務年限がなければ女性である私は子どもや家族を大切にすあまり第一線の臨床医は続けられなかったであろうこと、また子育て中の若い私を、地域の医療崩壊真っ只中の病院へ派遣し、病棟や一般外来、救急等、医者冥利に尽きる誇りある仕事に従事させてくださった、勇気ある諸先輩方、それを受容してくださった地域の住民のみなさんに今となっては感謝につきません。お陰様で気が付けば何とか医者らしくなりました。

とはいえ、実は私、自治医大がずっと好きになれませんでした。(学生時代の仲のいい女友達、クラブの先輩後輩、ゼミの先生方、大好きでかけがえのない思い出ではありますが) 当時は、寮である自治医大村からでたら村八分的な感覚も非常識に思え社会と隔絶されているような気がしていましたし、当時パブルがはじめて間もない華やかな総合大学の普通の女子大生がしてみたかったというもありました。

それが9年の義務年限を地域医療で右も左もわからずただただ走りぬけた後、ずいぶんかわりました。その理由はまず2011年震災の支援で南三陸を訪れた際に、自治医大卒業生があらゆる分野で働いており人脈があり何もない中から対応できる底力に触れ、そして9年間で染みついた地域独自の共通のスピリットを感じることができたこと、そして学会で久しぶりに訪れた同級生の診療所をみて、詳しいことは聞かずともその苦勞と楽しさがわかり涙が出そうになったこと等、時が経った今、自治医大生として歩んできたことにつづく誇りを感じる次第です。

さて、プライベートでは、医者2年目の当時『これで男性との出会いはきつと最後！』と思いき今の旦那さんと結婚し(今となっては(・・?)ですが)、3年目に地域の中核病院に放り出されました。現在働いている病院の3年目では考えられないことですが、自治医大ならではの一人入院主治医と外来患者の嵐、1次～3次一人救急を行いました。ある時夜勤帯の50代お母さん看護師さん達から、『子供を産む時期は計算しなくていい、その時にどうにかなる』と説得され妊娠、翌4年目に出産、そして上の子供が生まれて12年、ほぼほづってきました。我が家は幸い？主人は単身赴任もあり何もしないタイプなので(いやいや結婚当初は子育てに協力してほしくてよく喧嘩しましたが、無駄試合はやめました)、おかげで定年退職直後の実家の母とマッチングし子どもと母とともに地域を回りました。2-3時間毎に夜泣きをする感受性の強いわが子を抱いているところによく急変や緊急の内視鏡等の呼び出しがあり、泣きじゃくるわが子をひっぺがして母に託し家を転がりていました。貴重な休日は朝早く子どもが寝ているうちに仕事をすませ帰宅し眠たい目をこすりながら遊んで、わが子はちゃんと育つのだろうかと心配で心配でなりません。が、その子も小学6年生となり、家で宿題をしているところを『ママが教えようか』と部屋に入ると『ママは疲れているからいいよ。ベッドでワンピース読んで横になったら』というほど優しい子になり、私の方は貸してくれた漫画本に思わず夢中になり娘のベッドでぐーぐー寝てしまう始末です。5歳離れた男の子については、お姉ちゃんがそれなりに育てていることにすっきり安心し、孫育てを生きがいにしているおじいちゃんおばあちゃんにしっかり頼って子育てするようになりました。というか、40歳手前から、休日子どもが寝ているうちに仕事をかわらせて休日家事と遊びを丸ごとしようとする、風邪をこじらせるようになり、無理がきかない身体になりました(´-`;)。

それにしても、わが子たちは父母が忙しいためたくましくなり、じいじばあばと一緒にいるからか、地域の方々にとこのほか可愛がってもらっているようです。

呼び出しのため遠くにいけないので、地域のあらゆる行事とお祭りに参加させてもらい、お陰様で今は二人とも祭りで開催される相撲の春場所秋場所 優勝(準優勝)候補です。(あつ、お姉ちゃんは卒業しました。)

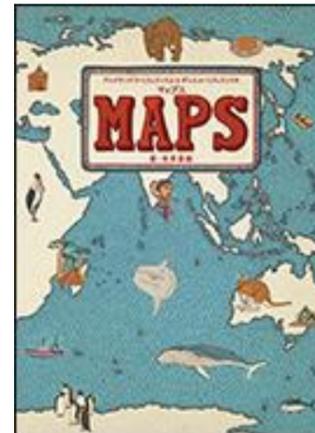
### 後輩医師・学生へ一言メッセージ

『女は笑顔と体力！そして感謝』

「自治医大卒業生 女性医師支援 NEWS」では、読者の皆様からのご意見をお待ちいたしております。特集記事のテーマ、絵本やその他のコーナーについても、ご希望などあれば、是非お寄せください。  
連絡先：自治医科大学 地域医療推進課 卒後指導係  
E-mail : chisui@jichi.ac.jp

# 絵本の森

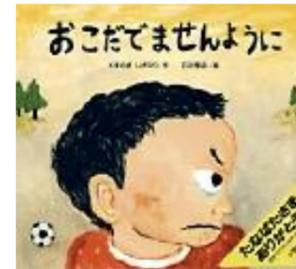
読書の秋、まだまだ絵本を楽しめていない親子にも、絵本を堪能できる本を紹介します。何度も開きたくなる絵本には、それぞれの魅力がありますね。全くタイプの違う2冊の絵本です。この秋は、いろんなタイプの絵本で本との付き合い方の可能性を広げてみませんか。



### MAPS

作・絵：  
アレクサンドラ・ミジェリンスカ&  
ダニエル・ミジェリンスキ  
訳：徳間書店児童書編集部  
出版社：徳間書店  
発行日：2014年9月  
読んであげるなら 5歳～  
定価：3,200円(本体価格)

ポーランドで人気の絵本作家夫妻による情報満載の世界地図。世界の42か国の食べ物、歴史的な建物、動物、植物などイラストがぎっしり。子どもも大人も好奇心が動き出します



### おこだでませんように

作：くすのきしげのり  
絵：石井聖岳  
出版社：小学館  
発行日：2008年6月  
読んであげるなら 3歳～  
定価：1,500円(本体価格)

「ぼくは、いつでもおこられる。」 独り言のようにはじめる絵本の中に、子どもの心が見えてきます。子どもはみんな甘えて、愛されたいという真実に、親として、人として心がつかまれる絵本。読後、ぎゅっと子どもを抱きしめたくくなります。



### ストレスケア

## 「水辺を感じるアクアリウム」

### 高い芸術性が注目

夏の暑さを過ごした体は、思いのほか疲れているもの、秋口にその疲れが出たりしませんか。そこで、身近に自然を感じるアクアリウムをお部屋に飾ってはいかがでしょうか。近年は展覧会が行われるほどアクアリウムに対する関心が高まっています。また、水草の配置や構成などその芸術性に愛好家も増えています。

さらに、アクアリウムによる水のきらめき、流水音による癒しの効果は、自然の中に身を置くのと同様の効果があるとさえいわれています。インテリアとして身近にアクアリウムを楽しみ、異空間にいるような心の解放を、日常に取り入れてみてはいかがでしょうか。

### ポイントは水草

アクアリウムに人気が集まるのはその美しさですが、ポイントは水草です。自然に近い水草の配置で、魚にも住みやすい環境になります。生き物の手入れは・・・という方には水草だけの作品でもとても美しく、癒されます。

水槽の管理が大変と思いがちですが、大きな水槽は必要なく、小型でLEDライトや外部フィルターがセットになって販売されている商品もあります。販売店で実際に見ると、小さなサイズでも、心地よい感覚を得られると実感できます。



写真は「すみだ水族館」にて撮影