

母と子の笑顔広げる
「ママハウス」・「虹の家」「子ども広場」
事業報告書 第2号

2013. 4. 1 - 2014. 3. 31



2014年3月

特定非営利活動法人 母と子の虹の架け橋

発刊の辞

より一層、ママの幅広い参加・参画組織へ

特定非営利活動法人 母と子の虹の架け橋
理事長 若菜 多摩英

花巻から来ている NPO 法人という観方が有る。しかし、私たちは外人部隊とみられることを“良”として居ず、現地の自主性・自発性で活動が広がって行くことを願い、母体組織の現地化を当初から期待して、それまでのつなぎ的思いで支援させて頂いている。

エクセレントな NPO の定義は、「自らの使命のもとに、社会の課題に挑み、広く市民の参加を得て、課題の解決に向けて成果を出している。そのために必要な、責任ある活動母体として一定の組織的安定性と刷新性を維持していること」と言う。中々固い言葉であるが、“母と子の虹の架け橋”はここを目指していきたい。事業収入の拡大と地域への浸透という結果を出して、現地化していきたいと望んでいる。ママハウスでは、創意・工夫の企画を出そうと活動してきた 1 年であり、虹の家では、主に 0 歳から 3 歳を主とした乳幼児の混合保育を、安全性を第一優先させつつも、それぞれの個性を伸ばし心身の発達に真剣に取り組んできている。

2014 年度を前にして、母と子の笑顔広げるというミッションそのものは変わらないものの、最初に手掛けた“ママのネットワーク”と“心身ケアのためのサロン”、キッズダンスなどの各種講座、就労支援講座はじめ、働きたいママ・学びたいママが必要に応じて子どもを預けられる「虹の家」、また 2013 年の夏と冬の“子供の居場所として「子ども広場」”を開設と事業が拡大してきている。

こうした事業は、妊産婦の心身のケアを主体とした初期のママハウスから、被災地での生活再建にとって必要な支援にと内容と質の変化をもたらしている。そして、今また、被災地では生活課題に直面していく 4 年目であることを見越して、個別相談として“寄り添い相談”を次年度に取り組もうとしている。

此処までの事業展開では、多くの機関・団体・個人の尽力を頂いたことに改めてこの書面の場を借りてお礼申し上げます。有難うございます。

この度の事業報告書は、第 1 号同様、アウトプットの事業報告書ではなく、問題・課題も敢えて書き込んだ事業報告書であり、活動内容を読んで状況が捕まえられることをと意図して編集している。

今後とも叱咤激励をよろしくお願い申し上げます。読者の感想・ご意見もお待ちしたい。

第1部 母と子の笑顔広げる「ママハウス」

1. ママハウスの活動

ママハウスのご利用者は、ママと乳幼児である。特別非営利活動法人「母と子の虹の架け橋」は、遅れている復興で心理的葛藤・不安も高まっているママたちの不安を軽減し、自立を支援するための「ママハウス」で、心身のケア活動及び就労支援等の各種講座を実施している。

開設以降のこれまでの利用者総数は以下の通りである。

平成25年度 利用者数台帳									
利用者総数台帳(=ママハウス来所者+各教室参加者)									
	ママ		子供		祖父母		合計	視察者	
	母子	累計	子供	累計	且父母	累計		視察者	累計
24年度末		1821		2012		479	3331		362
4月期	136	1957	122	2134	2	481	260	0	362
5月期	131	2088	107	2241	2	483	246	6	368
6月期	144	2232	95	2336	3	486	242	0	368
7月期	122	2354	117	2453	5	491	267	23	391
8月期	125	2479	123	2576	2	493	250	0	391
9月期	127	2606	122	2698	3	496	285	33	424
10月期	129	2735	127	2825	2	498	258	0	424
11月期	125	2860	105	2930	1	499	235	4	428
12月期	86	2946	77	3007		499	170	7	435
1月期	89	3035	65	3072	2	501	163	7	442
2月期	87	3122	100	3172		501	191	4	446
3月期	115	3237	110	3282	1	502	230	4	450
計		3237		3282		502		0	450

1-1 ママハウスの活動と機能

1) 孤立感の解消

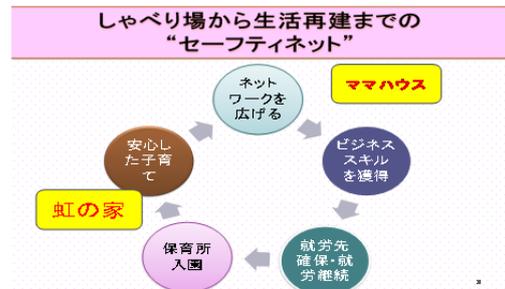
ママと子供の居場所空間の機能は、「震災後、子どもを連れて遊ぶ場所がないため、「ママハウス」が有って良かった」、「実家が遠いので、近くに頼れる人がいなかった」、「ママたちの行き場がない」、「友達ができた」、「自分自身がリフレッシュできた」などの声が寄せられ、「ママハウス」が孤立感の解消機能を果たしている。

心身の各種リフレッシュ講座（ベビータンク・ロディオガ・アロマ・ゆったりヨガ他）で、心身のリフレッシュを図りつつ、かつ、共に講座を通して親しくなったママ同士の横

つながり=ママ友によるネットワークも広がって生き生きとした姿が見られる。

2) ママのステップアップ

専門性の高い講座プログラム（コミュニケーションスキル講座・アサーティブ体験講座・気づき講座・起業家支援塾）などの各種エンパワメント講座が、県内外から広く講師を招いて展開している。



コミュニケーションスキルでは、グループでの話し合いも熱を帯び、講座を通して講師と受講生、受講生同士の触れ合いは良き刺激ともなり、新たな気づきを得ていることが伝わってくる。

ママたちはネットワークが広がると共に、スキルの習得などから、外側に向かった関心が活動や就労へと繋がっていく状況を生み出している。

1-2 ママハウスの周りの変化

ママハウスのある平田第5・6仮設団地では、転出が増えている。団地内を歩いていると、紙が貼られ此処にはもう人がいないことが一見してわかる住居が目につく。子供のいる世帯の転出の方が多い。残ってられる方々には、長引く仮設住まいでストレスも高く、怒りの感情が出やすくなっているのではと見受けられる方も居られる。

玄関が向かい合わせの仮設住居であるものの、屋根の架けられた玄関先のベンチに座って語り笑っている姿は殆んど見られず、ひっそりしている。スーパーが撤退したせいもあるのか、戸外を歩く姿もめっきり減った感じである。

釜石は大型ショッピングセンターがこの3月14日オープンし、今までにない雰囲気のお店が出来たとママも子どもたちも嬉しそうである。

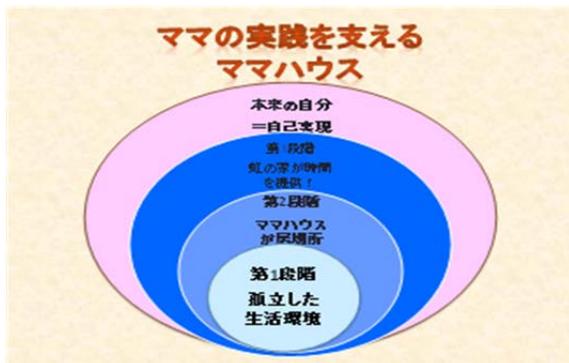
これまで、ママたちが楽しめる場所が無いという声を多く聞いていたので、その点の期待がかかっているかと思われる。子育てしながら、働きながらも身近なところでの気分転換ができ、心地よい刺激が得られると良いとこちらも楽しみではある。地元の商店街が活気づくと良いのだが…。

1-3 ママの変化

ママハウスが2011年9月25日に出来て既に2年半経過している。ママハウスを利用しているママには赤ちゃんが二人目・三人目になって、目下、妊娠中のママも複数見られる。

1) ママが担い手に変化

『私は、この「ママハウス」は、どうやって運営されているのか勉強したいし、講師の方々から講習などを受け資格を取得し、釜石市での活動を引き継ぎたい。ママハウスの応援団として活動に参画したいとの声生まれ、25年度は5名のママサポーターが誕生した。



講師として活躍するママサポーターさん、企画を担うママサポーターさん、イベントを実施するママサポーターさんが誕生して活動されている。

2. ママハウスのしゃべり場事業

開設以来、狭いながらも6畳のスペースをママサロンとして、何時でもお茶っこする空間として用意している。

ママたちは此处で思い思い、おしゃべりを楽しみ、ほっとして帰って行かれている空間である。

ママたちがおしゃべり空間で感じ取られている充実感を、感情的充実感（快・不快など生理的あるいは、楽しい・嬉しいなどの感情面の充実感）、社会的充実感（集団の中でうまく機能している・集団の中で承認・尊敬されたりの対人的充実感）、心理的充実感（なりたい自分を目指しているといった自己実現や成長にかかわる充実感）に分けてみた。なお、階層の高い充実感が優れているというものではない。むしろ、どういう講座等の参加で、どのような充実感が得られているのかの目安を見ているものに過ぎないことをお断りしておく。



2-1 看護師のしゃべり場 延505人、

毎週水曜日、13時—15時

☆4月2日

小雨の中、出掛けてきてくれた。予防接種の副作用の話、風疹ワクチンが有料になったとか！ 子宮頸癌ワクチンの副作用もある。

1歳8ヶ月児のママは言葉少ない。普段の生活でも子供との会話も少ないと思われる。ママも目を合わせて話さないが、子供さんも目を合わせない。ちょっと心配ですが、ここに通っている内に心開いてくれるようになる事を期待しています。

6歳児、4歳児の姉妹は字を書き、数字を書けるがパパが大好きでお風呂でパパが教えているとの事。お風呂教室って素敵ですね。

☆4月9日

感情的充実感

もうすぐ8ヶ月の大きなお腹で来館、上のお子さんが難産だったので不安を持っていた。呼吸法など聞いて安心して帰りました。

☆5月14日

社会的充実感

ロクシタン・ジョイセフの主催の講座の時の保育が悪かったということで、話が盛り上がりました。保育は人数がそろえば良いではなく、経験者がいた方が良い。

☆5月21日

今日はフットケアもあり、1人ママ講師のお子さん保育

☆6月10日

出産予定のFママ・6月5日予定のSママ午前はパン作り講座で櫻井ママ講師。その他にママ2人と2歳児・1歳児半、身体の悩みはなかもっぱら家計の話で盛り上がった。

午前から引き続き居た出産予定ママ達は名前を考えていない。今日は足が活発に動いているのよねと、出産経験ママ談話を聞いて、「第1子なのに5時間55分で安産でした」の話に「え、いいですね!」と別のママも「これなら2人目もいいか」と思いなど話していて出産前のママを安心させていました。

☆5月28日

心理的充実感

ママは妊娠昨日判明、仕事が決まっていたが仕事を解約。つわりが前の妊娠より少し違うとか転倒しても大丈夫だったので元気で丈夫な子供だねとか話した。ママは予想外の出来事でちょっと戸惑ったり喜んだり。赤ちゃんを授かることは本当に幸せなことです。風が強い日で火災も発生、乾燥注意報も心配です。

☆6月4日

心理的充実感

つわりがちょっと治まったママと子供1人体調が悪い日が続き、出掛けられなかったので外に出られて気分転換ができて良かったみたい。加奈さんが一生懸命お子さんの遊び相手になってくれてママはリラックスできました。七五三の話題がでて楽しい一日でした。

☆6月11日

ママと第2子誕生のときどうしようと8ヵ月後のことまで心配している。第2子って面倒なんですね、なんてマヌケ発言している。安心して出産にのぞめるよう、妊娠を楽しめるようみんなで支えて行きたいし大丈夫だと伝えたら笑顔で帰って行った。

☆6月18日

社会的充実感

久しぶりのママたちとの交流はおっぱいを離すタイミング、オムツをはずすタイミングなど楽しく話しました。2人の子供の成長も著しく言葉がわかるころもあったり。

☆6月25日

感情的充実感

色々楽しい話が弾みほっこりタイムで時間が過ぎるのが早かった。子供の鼻水がよくでるので中耳炎に気をつけよう。

☆7月2日

脱水症のお話しをした。おしっこの色が濃い良が少ないのはなしから、湿度が高い今の時期は運動量が多いだけでも発汗が多い。子供たちにはこまめに水分補給を心がけましょうと話した。元気な2歳児と一緒にほとんどの時間楽しく過ごしその間は間ママたちの交流を楽しんでいました。

☆7月9日

感情的充実感

久しぶりのママ。健康に関する話は子供のへそのお話。ほとんどは日頃の料理やおやつ、成長、芸能などのおしゃべりで過ぎました。笑いは健康の源！

☆7月16日

1人のママが妊娠したかも！と喜んでのお知らせ。風疹も免疫あるし。予防接種と妊婦の体重増加の管理。釜石では検診2000円、気仙沼は無料と市町村によって妊婦検診・乳児検診などの料金が違うのは不満であり少子化傾向の歯止めの逆行であると。どちらも妊娠中なので子育て支援や母子保健に興味津々。

☆7月23日

これから手足口病は流行るかもと伝え、大人も感染するときがあるので手洗いやうがいをすること。子供が感染すると口のブツブツができて痛がるなど伝えた。一歳児にしては言葉もしっかりしているので秀才！と言うとパパも「天才かも」といって楽しんでいるとのこと。

☆7月30日

子どものおやつの話。ママサボの話題やししゃべり場担当の最後の日だったので楽しいお話でストレス発散させました。

☆8月21日

おっぱいを夜、子供がずっとくわえているとの事。自分も疲れてしまい、離すと泣くし・・・

おっぱいのタイミングが難しい。これからおっぱいを離すタイミングも考えないと・・・と話していました。

☆8月28日

雨、風、雷の天候のなか来てくれた。予防接種についても話題になった。子供の体調管理をしながら受けていかないと大変と話す。

社会的充実感

今、仕事はしているが自分でカフェを営みたいが資金のことが一番どうしたらよいか・・・困っているがいつか実現させたいとのこと。子供さんもママハウス内自由に動き回り遊んでいたのが家のような感覚で居てくれるのが嬉しい。

☆9月11日

感情的充実感

突発、手足口病の話題あり。妊婦さんが便秘傾向でオートミールや野菜を採るようにしているとのこと。検診で予約しての県立病院だが待ち時間が2時間あるので大変。その時に子供を虹の家に預けられるのはとても助かっているとのこと。金銭的にもラクだと。

☆9月25日

ママ、子供と遊んだり話したり・・・

あつという間の時間、子供が泣いたりぐずったりした時のママの対応はさすが、子供が笑顔に変わるもの、やっぱり子供の笑顔は元気がもらえます！

☆10月2日

仕事が休みでリラックスのために来たと話す。下の子は食事をするとうんちをするので3、4回排泄とのこと。便秘よりいいが便の回数が多いとお尻が赤くなってしまうのでお風呂でお尻を洗ったり工夫していると話していた。上の子は幼稚園児であるがおもしろい、おねしょが

治らず気になると・・・私の子供のことの体験を話し焦らず子供自身が一番気にしているのであまり怒らないよう話してみる。

☆10月9日

4ヶ月男児ママ、ママハウスでは大人しく手がかからないように見えるがママにすると家では姿が見えなくなると泣いたりと思うように自分の時間が使えないと話す。なかなか夜寝てくれないと自分がストレスになったりすること。釜石の中で甲子地区、小佐野地区とか地区によって乳幼児を連れて遊ばせる環境が違うとのこと。

☆10月23日

午後はロディヨガの講座でママ達は指ヨガを行った。子供達も楽しくロディを使ったり本を読んだり過ごさせていた。ママ達はペアでハンドヒーリングで癒しの時間となった。ゆったりした時間は自分の体の不調を話したりしやすい機会を与えるのでどんな具合？を聞き出すにはいい時間になりそう。妊婦さんも居たので腰痛になりやすいなど話しがでた。ママはリラックスの時間でした。

☆10月30日

子供の肌が弱くアレルギーが少しあったりすると、ママは少し心配がある様子。皮膚の状態が酷くなければ様子を見るよう話す。外見上は大丈夫そう、子供は治癒力が高い為あまりいろいろなもの自分の判断で使わないよう話してみる。

☆11月6日

離乳の話と歯磨きの話と・・・歯磨きは大変ではないかと聞くが朝と夕と2回できていて、夕は寝る前で大人しくやらせてくれるため、苦になったりしないとのこと。虫歯もなく過ごせておりジュースも飲ませていないと・・・きちんと気をつけている様子。

☆11月13日

風邪流行っていたが、だいぶ治まってきた様。インフルエンザがポチポチ聞くので気をつけるよう話す。うがい、手洗いを・・・寒くなってきました！

☆12月11日

感情的充実感

家にいると子供といる時間が長く、子供中心になってしまう。そうすると、自分が疲れてしまい自分の事も何もしないでしまう。ママハウスに来ると、その点は少し発散になる

☆12月25日

今日は、クリスマスなのでみんなでケーキ作り。子供たちにもデコレーションを手伝ってもらい、おいしそうにできました。途中、つまみ食いもありましたがワイワイガヤガヤ楽しい時間でした。やはり、笑いがあるのは元気につながりますね。

☆2月12日

2人目の産後、久しぶりのママが来てくれました。やはり、2人は大変で授乳も2・3時間おきだし・・・眠い状態！

体重も戻り、体調もまあまで笑顔で話していたので、ひとまずは

安心。2人目の子は、今日がママハウスデビューでしたが、子供たちが遊ぶ騒がしい中でも熟睡。子供の寝顔を見ると、疲れも何処へやら。



講師の声

午後の2時間の間を看護師しゃべり場としていただいておりますが、あまり形式ばらず日常生活の中で困っている事や、気になることなど

話の中から問題となる場所等を導き出すよう心がけています。話している中からだと、ママたちも問題提示や質問などをしてくれる流れになり、自然な感じでしゃべり場が流れている気がします。

今後も看護師としてアドバイスできることや、ママたちが不安に思っていることが少しでも軽減できるよう、このしゃべり場の時間を過ごしていきたいと思っています。

2-2 助産師サロン（しゃべり場合む）

第1・第3土曜日 延404人、

（マタニティヨガを通して）

感情的充実感

- ・ 深く呼吸することがあまりなく、ヨガを通じてたくさん息を吸い、吐くことが出来たととても終えたあと、気持ちが良かったです。マタニティではないけれど、とてもリラックスできました。
- ・ 普段あまり意識していない呼吸を、意識してする事によってお腹のそこまで吸い込む感覚が取り戻せたような気がする。また、色々な体位をすることで、自分の体の固いところ、良い香りに包まれながら体をほぐせて良かった。
- ・ BGM（ヒーリング）があれば素敵かも。
- ・ 呼吸が気持ちよく出来た。久しぶりに運動したので楽しかったです。
- ・ 今日もマンツーマン♪贅沢です(笑)誰かいないかなあ・・・。ハーブティーおいしかったです。・午前だとちょっと眠いですが、午前中ゆっくりできます。
- ・ 今日も気持ちよかったです！体を動かしてよかったです。
- ・ 午後は眠い・・・ですね。いや、いつでも眠いですけど。

- ・ 途中のリラックスタイムで普通に寝れるくらいリラックスできるようになりました。
- ・ 今日リラックスできてスッキリしました。
- ・ インナーマッスル！！意識しよう
- ・ とても良かったです。体がほぐれてとても気持ちよくなりました。
- ・ 肩甲骨の間を広げる（あぐらの姿勢が多いので）膝の裏を伸ばす。股関節を広げる体位をやりたいです。
- ・ ゆったりとした気分でできたのと、腰痛対策などたくさん教えて頂いてとても良かったです。
- ・ 生まれる直前までマタニティヨガをしたいです。
- ・ 普段伸ばさない筋肉などを伸ばしたり、お産に良いといわれる運動など教えてもらえて良かったです。
- ・ 久しぶりのヨガで、体を動かして良かった。腰痛の事なども聞いて良かった。
- ・ つばなど、教えてもらえると嬉しいですよ。とこちゃんベルト、まいてみたいです。

感情的充実感

- ・ 久々に体と対話した感じです。体がほぐれ、ゆるむのがわかりました。普段使っていない筋肉や関節が動くのがわかって良かったです。
- ・ 体の動かし方を意識して生活ができるようになりました。勉強になります。
- ・ とてもリラックスできました。前回より気持ち、うまく出来たような感じがします。お産の時の心構えもできました。ありがとうございました。
- ・ 前回よりも気持ちよくなりました。

- ・ 楽しかったです。もっとヨガや色々な事を習得していきたいと思いました。呼吸が深くできるようになった気がします。
- ・ 勉強になります。散歩に励みます。
- ・ また機会があったら参加したいです。
- ・ リラックスできたし、腰が痛いのも相談できたので良かったです。
- ・ 産後はダイエット系をしたいです。
- ・ 腰が痛くて伸びきらないけどリラックスできました。
- ・ はじめてのヨガで、ついていけないか不安でしたが、ゆっくりできたのと色々おしゃべりできたので良かったです。
- ・ 久しぶりに参加したので、体が動きませんでした。
- ・ とてもいい時間になりました。ありがとうございました。
- ・ 呼吸が少しむずかしかったので、詳しく教えて頂きたいです。
- ・ これからもヨガにきます。
- ・ また、産後お世話になります。

社会的充実感

- ・ マタニティの方にももっと知っていただきたいし、それ以外の方でもガンガン参加してもらいたい。私も口コミしていきます。
- ・ ヨガマットを有料でも貸し出しがあればよいかも（100円、200円くらいで）
- ・ 普段動いていないことや、ストレッチの仕方がわかって為になりました。又来たいです。
- ・ 運動不足を感じました。日々動くように心がけたいです。

社会的充実感

- ・ 子育ての悩みやちょっと話づらい事も、ゆっくり話せる仲間が出来たので、この講座に参加して本当に良かったです。

- ・ 色々な悩みがあつて、同じように悩んでいる人がいて、すごく安心できました。
- ・ 深い話ができるママ友ができたし、本当に参加してよかったです。
- ・ 日々気になっていることを話せて良かったです。スッキリしました。
- ・ みんなから色々なアドバイスとか作戦を教えてもらえたので頑張ります。

講師の声

- ・ 妊娠中に医師や助産師から「運動してね」と言われても、どう動けばいいのかわからない。病院の妊婦健診で「はい」と返事をするものの、次の健診時にマイナートラブルが起きていたり、切迫早産気味になっている。そんな困っている妊婦さんたちを見るたびに、助産師はもっと妊娠生活を支える伴奏者であることが必要だと思っていた。妊娠中の過ごし方がお産に、産後の子育てに繋がっているのだが、妊娠期をどう健康的に過ごすかについて、医療者からフォローされた経験があるお母さんは意外に少ないのではないだろうか。
- ・ 縁あってママハウスでマタニティヨガの講座を持たせて頂くことになり、1年8ヶ月になる。クラスの中では、ヨガだけでなく、日々の生活を整えていくことをお伝えしているつもりだ。妊娠中は、今までの人生で一番健康的に過ごして欲しい。早寝早起きをして、3食バランスよく食べ、よく体を動かし、体を冷やさない。まずは自分の生活リズムを整えると、そのリズムが心地よいと思ってくる。そうになると、産後の子育てのリズムにも繋がってくる。
マタニティヨガは、自分の体の変化に敏感になるためのツールでもある。自分の体

の「何かおかしい」を気づくことで、対処できる能力が付き、ひいてはご主人や子どもの「ちょっといつもと違う」を察することが出来る。安産目的だけではなく、子育てを楽しく乗り切り、家庭を運営していくキーパーソンとしての能力を、マタニティヨガを通じて高めるきっかけを作って頂けたら、と願っている。

2-3 臨床心理士のしゃべり場(子育てカフェ) 延 165 人

☆4月20日(土) 子育てしゃべり場

感情的充実感

- ・ 紙を切ったり、貼ったりなんて久々にしたので楽しかったです。子ども達も好きなように絵を描いたりできて良かった。
- ・ 同じ世代のお母さん達と悩みを共有したりするだけで、自分のところだけじゃないんだ〜と安心できました。解決法はないかもですが、ヒントはもらえたような気がします。
- ・ コラージュを作っている間は子どもと遊んでもらえたので、久しぶりに集中する事ができて良かったです。

心理的充実感

- ・ 以前やった、ノーバディパーフェクトのようなもの、またやってほしいです。
- ・ イライラするのはみんな同じなんだとわかって、これからはイライラしてもしようがないと思うようにしようと思うことが出来た。

講師の声

・ 3組の親子の子育ての心配、悩みの共通点は、子どものイヤイヤ期にある、親子でイライラする。子どもの発達時期に対応した悩みとし

て、①離れ(母乳)、②夜のおむつ使用と子どもの反抗期、発達段階について説明する。

☆5月11日(土)

- ・ 下の子が大泣きし過ぎて、ちょっとしか参加できなかったけど、長女が楽しめたので良かった。
- ・ 初めての参加でしたが、先生の人柄が癒されました。ハプニングもありましたが(笑)楽しく過ごせました。

☆6月29日(土)

心理的充実感

- ・ はじめて参加させていただきましたが、なかなか子どもの良いところ、自分の良いところなどを改めて考える時間がなかったのでごく貴重な時間でした。ちょっと一呼吸したときにまた考える時間を作ってみようと思いました。
- ・ はじめて談話室でのイベントに参加しました。子どもの良いところを書き出すのは得意でしたが、自分のこととなると偉く難しかった。たまにはこういう自分を見つめなおす?向きあうことは必要だと思った。
- ・ 少しお昼を食べてからだったので、眠気が出てしまいましたが、ちょうど良いと思います。
- ・ 自己分析などなかなか出来ていないのでこういう機会が必要だと思いました。逆に周りから分析されてみたい気もしました。
- ・ 手作り願い星楽しかった。また参加したいです。子どもと遊んでいただき、ありがとうございました。お陰様でストレス・フリーで参加できました。

講師の声 参加:2組(子ども2名)

子どもさんの良い所に目を向け、また、お母さん自身の良い所、得意なところも見つめ直し、お母さんのエネルギーの補給をエンパワメントを目的に実施。

子どもの好きな事、良い所を紹介しあう。
お母さん自身の好きなおところ、得意なおことなどを紹介しあう。

↓

共有する中で気付いたことをわかちあう。
子どもの言動にイライラしたときなど、クールダウンの時にこうしたことを思い出すことをお奨めした。

☆11月16日

コラージュ、リラクゼーション他の実施を試みることを話し合う。

臨床心理士編

ノーバディーズパーフェクト(完璧な親も子どももいません) in ママハウス延 210人、

2013年9月7日(土)、14日(土)、21日(土)、27日(金)、10月5日(土)、11日(金) 計6回
☆会場☆ 平田第6仮設団地 談話室

毎日の子育て、子どもの笑顔が天使に見えたり、泣き声が怪獣のささやきに聞こえることって、ありませんか? 「子育てって、大変〜」って思う時ありますよね。そんな子育ての悩みや、経験を、子育てカフェでひと息、お茶やお菓子を片手にゆったりと語らったカフェでした。カナダで生まれ育った子育てプログラム

ママたちは、ゆったりと、日頃感じている悩みや関心のあることについてグループの中で話し合いました。

ママの声

心理的充実感

・ 初めての参加でしたが、自分では気付かなかったことに気付かされたり、ちょっとしたアドバイスで「こうしたらいいんだ」と導いてくれた先生方や、参加者さんに感謝です。楽しく話ができて良い時間を過ごせました。

- ・ 皆が気付かなかった事に気付くというのを目の当たりにして、自分一人で考えていても固まった考え方になりがちなんだと皆で悩みを共有する事で、色々な考え方を出せるんだなと気づき、大変良い経験になりました。有難うございました。
- ・ 初めて参加しましたが、すごく良かったです。日頃、時間に追われながら考える時間がなかったので、子育ての悩みや考えを皆さんでディスカッションできる時間は気づきと発見があった。
- ・ 子育ての悩みやちょっと話づらい事も、ゆっくり話せる仲間が出来たので、この講座に参加して本当に良かったです。
- ・ 参加した方々からの、違う見方からの助言なども、今後の子育てのヒントになりそうで嬉しかったです♪

社会的充実感

- ・ 自分の考えてる事が、案外同じようにみんな考えてて、自分だけじゃないんだと、自信ももてたし、すごく育児に使えて助かりました。
- ・ 普段は話せない、話したとしてもサラッとだけしか話せないようなことを話せてすごく良かった。

2-4 何時でもしゃべり場(サロン活動)

ママハウスに遊びにきてくださったママ達の居場所として開放しているママサロン。

一緒に来た子ども達は絵本やおもちゃがあるキッズルームで好きなように遊んでいることが多いのです。ママサロンで多いのが、ゆっくり雑誌を読んだり、生活する上でのちょっとした悩みを口に出して、「子どものこういう行動ってどうなんだろう」「えー！うちもそうだ

よ！」なんて共感したり助言しあったりする場面。

結構自分が困っていることや悩んでいることって、同じ立場のママなら割と悩んでいる人も多いのです。共感してもらいホッとしたり、他のママ達も悩んでいたんだとか、お弁当やお菓子を作ってくれば、レシピを教えあったりだとか、節約術のご披露とか。ママ達のレポートリーの多さと、日頃の努力に驚かされる。

一度火がつくとなかなか収まらないのがお姑さん、旦那さんについての「意見交換会」です。時間がたつのがあっという間。その位ヒートアップするも、ママハウスから出たら他言無用なので、ママサロンはママ達にとって安心して語れる場、発散の場になっている。

同時に、赤ちゃん達のゆっくりお昼寝タイムの場所。赤ちゃん、子ども達が寝ると、夢中で話すママ達の声のトーンもすこーし下がるのです。お互いに子ども達のお昼寝時間は大事にしている。

こんなママサロンは、ママハウスになくてはならない空間となっている。

3. 各種講座

各種講座の参加者累計（開設時から現在まで）

- ・エンパワメント講座（起業家支援塾・各種ビジネススキル講座）ママ 延 207 人、

3-1 ママのエンパワメント講座

①働く女性のコミュニケーション・スキル講座

H26年1月22日

事業所アンケート後の研修で、アンケートの内容を踏まえた内容にしたい、女性社員の研修機会が弱いというアンケート結果から、開催した研修でした。

アンケートの内容は、幅が広く内容を絞り込むには大変でした。こちらとしても、実践力を育む研修、事業所にも聞かせたい、ご本人も聞きたい、考えたいテーマにしたい、また、ワークライフ・バランスから見た問題を共有し、そのための解決について意見交換等が出来、共に考える会になれば・・・等々、様々な希望がありました。

それを踏まえた形で、テーマを選んでいただき今回の講座開催となりました。釜石市内の銀行・保険関係者、また釜石市近郊の市民支援団体の関係者などの参加をいただき、私たちが希望する講座になったと思います。講座開催までも、スムーズに運ぶことが出来ました。

講師：上田晶美氏

一般財団法人女性労働協会 理事

1994年、日本初のキャリアコンサルタントとして独立。現在は全国の大学・自治体で年間200講演。

社会的充実感

- ・ 上田晶美先生がとても楽しい方でしたので、セミナーもとても楽しかったです。今回はコミュニケーションの中でも自分の印象が基本だったので、次回は場面設定などをしてどのようにコミュニケーションをとるのがよいかなど応用編をやっていただきたいです。
- ・ まさに今社会で女性社員のあり方について悩んでいたときだったので今回の講座は大変よかったです。また、他の人たちが職場で色々な悩みをかかえつつ働いていることがわかり私ももう少し頑張ろうと思いました。
- ・ 上司に頭を下げ休みを貰ってまで参加して良かったです。他の方々の職場の悩みを知り「自分だけじゃないんだな」と改めて感じ心強くなりました。

- “報・連・相”を見直し、上司にはこまめに報告し信頼関係を深めたいと思いました。「さしすせそ」は普段全くと言っていいほど使わないので今日からチャレンジしようと思います。
- 笑顔の練習もしていきたいです。
- ・ 上田先生の「はきはきとして明るく時に笑いありトークが非常に良かったです。アナウンスのお勉強をされていたということで納得！普段、自分の姿をわざわざビデオにとって見ることなどほとんどないので、他人からどう見られているのかどういう印象を与える話し方や見た目なのが客観的に分かり今後のコミュニケーションに役立ちそうです。
 - ・ プレゼンテーションのコツはとても勉強になりました。単調にならないように気をつけ自信を持って大きな声で話せるようにして意識して練習していきたいです。家庭のコミュニケーションの話もすごくおもしろかったです。男の人は考えていることの違い、コミュニケーションは情報交換くらいなのだと思いました。うまく「さしすせそ」使って行きたいです。
 - ・ ボリュームが丁度良かったです。基本的なところを分かり易く、入りやすく教えて頂けたと思う。男性とのコミュニケーションがとても参考になった。
 - ・ 第2部からの参加になってしまいましたが、第1部に参加できなかったことを残念に思いました。私なりに今まで自信をつけたいと様々ためしてきましたが、先生のお話を聞いてとても考えさせられました。やはり努力が大切ですね。みなさんにお声をかけて頂き有り難かった。
 - ・ 思った以上に自分の表情に声のトーンに様々なことが表れていることを知り、映像で自分の姿を見て、色々な意味でよかったです。もっと派手な服やお化粧品もこまめにしようと思います。
 - ・ 笑いもあって良かった。自分に自信を持つことも大切だし話しの仕方について勉強になりました。自分の表現の仕方について振り返ることができて良かった。
 - ・ 明日から実践できる研修でした。“報・連・相”の見直しは勉強となりました。
 - ・ 日々鏡にさらされている中でどのように相手に訴えられるのかの大切さを学びました。「さしすせそ」を意識的にすることの効用を再確認できたこと、挨拶の基本を共有できたこと。学べば自信につながることは生涯の宝となる。コミュニケーションの良好な社会となっていく。
 - ・ 思っていたより、それ以上に楽しかった！こんなに人の話を聞いて笑える講座だったとは・・・自己紹介はすごく驚きでしたが「ありのまま」の自分を発見し改善点も見つけたり、他の参加者の方の良いところ素敵などころは今度自分に取り入れよう！と思った。男女のコミュニケーションの違いとか、“うんうん、納得”、“女性にはこういう共感を求めてたんだ！”とかも改めて発見。楽しませてくれながら進めてくださった上田先生に感謝、またお会いしたいです！
 - ・ 客観的にビデオを通して自分の姿を見ることが出来て声が小さかったりして自身がなさそうだと感じました。職場で今後、自己紹介する機会があると思うので参考にしたいです。

心理的充実感

- ・ マナー、挨拶、ビジネス、コミュニケーション、昔習ったことが多い。そのつど思いだしますね。今度こんな感じの仕事につながる講座よいですね。ネイルもやって欲しいです。
- ・ 今回のような働く女性を対象にしたものがたくさんあったら参加したいです。メールでお知らせができれば良いです。
- ・ 上田先生のお人柄が本当によかったです。ぜひまた釜石においでんせ!
- ・ 今日の講演すごく楽しく色々教えて頂きありがとうございました。
- ・ わかりやすい資料の作り方。コミュニケーションをとっている相手の心理をわかる方法。
- ・ たくさん講座してください。また参加したいです。
- ・ 先生の話の面白さに笑いっぱなしでした。話術など何かテクニックがあるのでしょうか?
- ・ 「女性のための・・・」という感じだと男性の方には参加しづらいところもあったようでした。
- ・ 人前で話すことが苦手なのでコミュニケーション系は勉強してみたいです。
- ・ 夫婦でのやりとりもいいかな～夫婦での会話をテーマにもお願いしたいです。

②起業家支援塾

第2回女性の為のプチ起業セミナー

☆6月19日 1日目

心理的充実感

- ・ 現役時代に受講したかった思いをママ（女性）たちと共有して起業を応援する気持ちが強く思いました。発想が柔らかく解きほぐされていく講師さんの手法に脱帽!

- ・ 聞いているだけの講習ではなく、一緒に参加形のセミナーだったために分かり易く楽しかった。
- ・ 自分がやってみたい事を考えながら聞いていました。
- ・ 組み合わせで意外なアイデアが出るのが面白かった。自分の持っているものも棚卸をして考えたい。
- ・ 起業を考えている方の目線で参加する機会はあまりないので、参考になります。
- ・ とてもわかりやすく、引き込まれ、集中していました。和気あいあい、楽しく考えたり話あったりできました。なかなか、一人では難しい棚卸し（自己分析）も、リラックスした雰囲気じわじわと出てきました。
- ・ 起業と聞くと、すごく難しく感じてしまうけど難しい話ではなく、楽しいセミナーでした。
- ・ 普段、子育てをしているだけだと、頭をつかって自分を見つめなおすことがむずかしくなったりするので、このような機会をいただけてうれしく思いました。マスタ先生の名前「マスター」に見えて面白かったです。
- ・ 新しい発見が沢山あったみんなで考え発想を生み出し楽しかった。一歩踏み出せた。
- ・ もう少し長くても大丈夫です。時間帯は午前からで助かります。
- ・ 次は、水沢・北上で開催してください
- ・ ちょうど良かった
- ・ 2日間参加するのは難しい人もいるのでは?と思った。
- ・ 花巻から電車で来ました。二人目妊婦（8ヵ月）の為、駅前で助かります。思い切って申込み&参加して良かったです。

- ・ 分かりやすい場所で行きやすかった。
- ・ 午前中だと頭がさえるような気がします。よいと思いました。
- ・ 手続きなど（店を開業するため）
- ・ ぜひ活かして起業を实践しよう！と思います。
- ・ 不定期でも、次回を期待します。「マスター」じゃなく、マスタダ先生、また来釜をお待ちしています。
- ・ 増田さんの話がすごくわかりやすかったので、もっと先のところまで細かく教えていただきたいです。
- ・ 楽しかった。わかりやすくってあつという間の3時間でした。
- ・ 誰に、どこで、何を・・・など、明確に、確実に決めることは頭でわかっていても実際に具体的に決めていないため、先に進めないことが、はっきりと分かった。
- ・ もうちょっと内陸でも。
- ・ とても良かった。もっと長い時間でも嬉しいです。
- ・ 最後の10分しか参加できず、残念です。また是非いらしてください。たとえば何人集まったら開催できるというといった基準はありますか？

☆6月20日 2日目

- ・ 今日は具体的に「誰に何をどう売るのが？」ということテーマにお話していただき、自分の中のビジョンが少しずつ、ふくらんできて良いキッカケになりました。お金がないとなかなか進められないかなという不安な気持ちは取り除けた気がします。
- ・ 小さいネットショップから大きな企業になっていったジャム屋さんがおもしろかった。誰に何を売るのがが思いつかなかったのでよく考えてみたい。
- ・ 講師の増田さんが知識と経験も豊富で人間性の良い方。柔軟な考えをしていらっしゃるの、とても引き込まれました。お話が上手で、納得、わかりやすかったです。
- ・ 今後起業を希望される方に参考になつ話がたくさん聞けました。
- ・ 2日目で初参加だったのでついていけなかったらと思いましたが、増田先生の楽しいトークで引き込まれ、本当に楽しかった。起業という未知の世界を考えると、考えすぎて頭でっかちになりそうですが、こういう講座があると、自分も十分活かしながら、順に考えていけそうだなと思った。
- ・ また来てください、開催してください。
- ・ 頭を使うのも良かったですが、キレイになるイベントも20、30代女性に人気があると思うのでやりたい。
- ・ お金、計算方法も知りたかった。
- ・ 一歩踏み出せたので、踏み出せたらさらにまた、細かい部分を教えて頂けたら嬉しいので、次回のセミナーも参加できたらなと思います。

③アサーティブコミュニケーション

延29人

牛島講師の声

一昨年度に引き続き、昨年で2回目のコミュニケーション講座となりましたが、前回の参加者などから、参加して大変勉強になった、コミュニケーションに自信が持てる講座だったという声が数多く寄せられ、また講座の方を開催させて頂くことになった。

自分も相手も尊重して表現をするアサーティブネスというコミュニケーション方法を初めて知った方が多く、参加者は20代から70代までと幅広く集まって頂き、皆さんで輪にな

りディスカッションしながら意見交換等をして、とても生き生きとした笑顔が見られた講座となった。

日々の日常生活でうまくコミュニケーションが取れず悩みを抱えている方が実際多くいることが分かった。その中で少しでもこの講座が、皆さんが前に踏み出す第一歩となった事が大きな活力源である。



今後もアサーティブコミュニケーションを一人でも多くの方に伝えていく為にも継続していきたいと考えている。

講師：牛島 のり子氏

特定非営利活動法人アサーティブジャパン 専属講師。

IT企業にてシステムエンジニアとして勤務。その後、東洋医学を学び国家資格を取得後、指圧師として独立。心と体の健康にアプローチする活動の一環として、薬物依存症者の社会復帰施設のスタッフとして勤務。現在、アサーティブジャパン事務局長、アサーティブジャパン 専属講師。

3-2 心身ケア・リラックゼーション講座

ベビーダンス(延ママ153人・子173人)、アロマ(延ママ153人・子173人)クッキングサロン(延209人)、絵手紙講座(延89人)、手づくりサロン(延124人)、ロディオガ(延147人)、キッズダンス(延152人)、メイクセラピー(延10人)、ママ講師講座(延57人)、(ゆったりヨガ、パン教室、ベビーマッサージ、フットケア)

①アロマ

☆4月17日(水) アロマとハーブでホームケア・花粉症対策オイル作り

感情的充実感

- ・ アロマは初めてだったので、香り選びなど楽しめました。
- ・ 自分が気に入った香りで、アロマのスプレーを癒されました。
- ・ とても楽しくて、ためになりました。自分でもいろいろやってみたいです。
- ・ アロマの匂いが気になりました。子どももくしゃみをしていたので、ちょっと広い談話室でできるといいかな。
- ・ アロマとスクラップブックのコラボ、楽しみにしています。
- ・ また、色々教えて頂きたいです。今日みたいに生活に役立つ事を教えて頂けるのが嬉しいです。
- ・ 気持ち良すぎました！フットだけのはずが、全身ほぐれたような気がしました。
- ・ とても気持ちよかったです。リラックスでき、もっといろいろな場所(手・肩など)やってもらいたいです。
- ・ すごくリラックスできました
- ・ 顔もやってほしいです。
- ・ 寝そうになるくらい気持ちよかったです。また参加したいです。
- ・ 甘いアロマの香りにとっても癒されました。リップバームの素材にココアバターを使うことで、チョコレートのような甘い香りがしました。
- ・ 今日、私にぴったり心が落ち着きました。ぜひ、家でもやってみたい。
- ・ とても良い香りに癒されました。息子がアレルギーで寝る前に鼻がグズグズしてい

- るので、ペパーミントは鼻づまりにも良い
 そうなので使ってみてみたいと思います。
- ・ 野田綾先生がされる講座が今回で最後と聞いてとても残念です。山野目さんが後任をされるとのことで、いつもマッサージをして頂いていたので、今から楽しみです。
 - ・ アロマ系のマッサージはやめてほしくないです。
 - ・ とても休んで疲れている。リラックスしたい
 - ・ むくみがひどい
 - ・ 内臓機能が弱っているような気がする。
 - ・ アロマの知識が少し深まった気がします。とても楽しかったです。
 - ・ 子どもにアレルギーもあり、自然な虫さされなどほしかった時なので、とても参考になり良かったです。
 - ・ ケミカルを使用しないでアロマで虫除け、これからの季節に向けてよいと思いました
 - ・ 素敵な時間でした。野田綾さんの人柄と、アロマの香りがさわやかで是非また受けたいです。
 - ・ アロマには興味がありましたが、難しそうどこから手をつけていいものかわからずいました。この講座を知り、参加させてもらい、色々な話を伺いながら、実際に作ってみると少し身近に感じられ、嬉しかったです。家でもペパーミントを植えて楽しんでみようと思います。
 - ・ 来月の料理について、ガーリックバターのように材料を混ぜ、バゲットにぬるとか、簡単手軽に食べられるものだといいかも。クリームチーズにハーブを混ぜるとか。フオカッチャにハーブを混ぜて焼くとか。
 - ・ 定期的開催して欲しい。用途に応じたアロマを使ったクリームの作り方とか、アロマの効用についてなども色々知識を得られたらなあと思います。
 - ・ 帰省するたびに、ママハウスを利用していただいて母子共にリフレッシュできありがたいです。機会があれば（タイミングがあれば）アロマの講座の続きに参加させていただきたいですし、起業の講座やパン作りなどのクッキング、メイクの講座なども興味があります。釜石は母に優しいな一と、つくづく帰ってきたくります。
 - ・ 普段あまりハーブやアロマを使うことがないので今後生活にとりいれてみたいと思いました。気軽に使えそうで、やってみてみたいと思います。
 - ・ 楽しかった。親も子も一緒に楽しめて良かった。また来たいなあと思いました。
 - ・ 普通 日焼け対策アロマ、どんな精油が日焼けのほてりによいのか、消炎にきくのか、など、知ることが出来てよかったです。実際にジェルなども作ってみました。
 - ・ ハウスキーピング（そうじ、エアフレッシュナー、消臭に使い、赤ちゃんのおもちゃをふける・・・など抗菌作用のある）身近な使えるアロマを希望します。ハーブだと自宅でも育てられるので、よいと思います。
 - ・ フレッシュハーブティー美味しいです♪
 - ・ 身近な植物等を使って、色々できるのが、嬉しいです。
 - ・ 生活に取り入れてみたくなるアロマ講座でした。自宅にある保冷剤+精油=げた箱や台所やトイレの脱臭剤に☆他のママにも教えたいと思いました。
- 講師の声**
- ・ 少しでもリラックスして頂けるように横になってもらいアロマディフューザーを使って香りなどで癒しの空間を作りました。

- ・ 横になるだけでもリラックスできるので、両足を念入りにもみほぐしました。
- ・ 足の裏のツボの説明をしながらツボが痛いという方に、ツボの話をさせていただきました。
- ・ 初参加の方がいたのでまず、リンパマッサージ&ツボ押しとはどういうものかの説明をさせていただきました。
- ・ 足のむくみがひどく、内臓機能の不調を少し感じている方がいらしたので、説明をさせていただきながら優しくその部位にあたるツボ押しなどさせていただきました。みなさんリラックスされていてとても良かったです。

☆11月 ママ2 女の子2

感情的充実感

- ・ 好きな香りで癒されながらのマッサージですごく気持ちよかったです。オイルで気になる乾燥も少し改善されたような気がして家でも取り入れなければと思います。
- ・ すんごく気持ちよかったです。紅茶？（ハーブティー？）も用意されていて感激でした。またお願いします。
- ・ アロマの効果、効能のリストみたいなのがあればうれしいと思いました。
- ・ こういうマッサージの機会が増えてくれてありがたいです。たまには土曜日にもあったら嬉しいですね。

☆12月3日（火） ママ2 男の子1

感情的充実感

- ・ 大変気持ちよかったです。すっかりリラックスさせてもらいました。手もベタベタにならず、肩までもありがとうございました。
- ・ 午後のひとときを好きな香りを選んでマッサージをしてもらえて、とても気持ちがよくて至福の時でした。人にふれてもら

とがこんなにも心地よかったんだと・・・、ついつい眠りそうになりました。

- ・ 丁度良かったです。
- ・ 参加しやすかったです。午後って良いですね♪
- ・ ネイルケアとか、してもらいたいです。
- ・ ハンドマッサージ+αで肩をマッサージしていただき、とても満足でした。ハンドだけでなく+αって良いと思いました。クッキングのおやつバージョンとか、幼児食バージョンとかあってくると少し大きい子を持つ母も参加しやすいです。

☆2月27日 ママ2 女の子1

感情的充実感

- ・ いつもリラックスしたひとときに大満足です。リクエストで方のマッサージをして頂きました。普段誰にもマッサージをしてもらえないので、とても気持ちが良かったです。
- ・ 部屋の雰囲気もよく、マッサージもとても気持ちよく寝てしまいそうでした。
- ・ なかなか自分ではマッサージできない方や背中はやはり気持ちよくリラックスできました。
- ・ 午後のゆったりとした時間で参加しやすかったです。
- ・ お土産のオイルをいただけるので家でも少しリラックスタイムをもちたいと思います。

②キッズダンス

キッズダンス

☆6月17日

- ・ 加奈さんの手作りおもちゃでダンスをしてとても楽しかったです。

☆7月1日(月)

- ・ 前でた時よりも上手に踊っていたので成長したのを実感できました。
- ・ 今日もとっても楽しかったです。
- ・ 先生の声や言葉に反応して一緒に動いたり手遊びしていてすごく楽しそうで良かったです。
- ・ 成長の変化に驚きながらも嬉しくなりました。
- ・ キッズダンスをした後にベビーダンスでもいいかな。みんなベビーダンスをした後にキッズダンスに参加すると眠くなったりするようなので。いかがでしょうか？でも今日はRも途中から参加できてかなりテンションあがって楽しそうでした!!!
- ・ 体を使った遊びをこれからもどんどんお願いしたいです。
- ・ いっぱい走ってくれて良かったです。



☆8月19日(月)

- ・ お盆で体がなまってしまっていたのですが、久しぶりに体を動かしてスッキリしました。とても楽しそうに真似っこしたり、お友達と走り回ったりして微笑ましかったです。
- ・ 他の子といっしょだといつもよりたくさん走り回ってくれるので助かります。意外とちゃんと真似をしておどれていることにビックリでした。

☆9月30日

- ・ 久しぶりの参加で良い疲労感を得られて良かったです。子どもも遊びをすごく楽しんでいました。

☆10月28日(月)

- ・ 楽しかったです。娘も体を動かすのが好きなので楽しそうでした。
- ・ 最初固まっていたけど、慣れた頃には楽しく動き回っていました。家が狭いので大きく動けて良かったです。

☆11月25日

- ・ 短い時間だったので集中して楽しめたと思います。おどるのが好きなので楽しそうでした。
- ・ 時間が少し短かったので残念でした。でも楽しそうに踊っていたので良かったです。
- ・ 子どもが楽しそうに動いていたので良かったです。
- ・ はじめて参加しましたが、いい運動になりました。
- ・ 手遊びやわらべ歌を沢山やる講座をやってほしいです。

☆12月16日(月)

- ・ とても楽しかったです。家でも出来そうなことばかりだったので家でやってみたいと思います。次も時間があれば参加したいと思います。
- ・ お昼を挟んでいて次回からはお弁当持参できるなど、家出食べるのとは少し違った感じで出来ていいと思います。

☆1月27日

- ・ 楽しく適度に運動できたので良かったです。
- ・ キッズとベビー通して参加したらすごく疲れました。初めモジモジしていた息子も体を動かすことに楽しかったみたいで喜んでやっていたので良かったです。ベビーはすぐ寝てしまい最後まで起きませんでした。

- ・ 子どもと一緒にストレッチや工作など体験できて楽しかったです。リフレッシュできました。
- ・ マクロビオティックの講座があれば良いと思います。

☆2月24日（月）

心理的充実感

- ・ 転んでしまっでご機嫌ナナメになることもありましたが、製作等でもち直し、笑顔で終れて良かったです。ひな飾り、かわいく、簡単にできて良かったです。転ぶことを想定して保冷剤を持って来ようかと思えます（笑）
- ・ はじめは恥ずかしそうにしていたのですが、楽しくなって走ったり踊ったり、普段はできない事なので参加して良かったです。
- ・ 久しぶりに自分の子どもも体を動かすことが出来たので良かったです。

③フットケア

☆7月11日（木）

感情的充実感

- ・ とても癒されました。娘が大泣きしても笑顔で対応してくれて助かりました。腰のツボ少し痛かったのが驚き。身体と本当につながっているんだと、、ツボあなどっていました。またこういう機会が欲しいです。お願いします。
- ・ とても気持ちがよく、ゆったりした気持ちで受けることが出来ました。また講座があれば参加したいです。
- ・ リンパマッサージは聞いて興味があり、実際にやってもらう機械があつてすごく楽しみにしていました。やってもらうと、すごく気持ちがよく、リラックスもでき、このような時間を今後もとれば良いなあ

と思いました。自分でも家でやれる事をやりたいと思います。（良）

- ・ マットもあつて、とてもリラックスしてやっていただけで気持ち良かった。（良）
- ・ とってもとっても気持ち良かったです。前回イスに座ってやってもらった時よりも寝てやった方が気持ち良さ倍増でした！！
- ・ ぜひ、またこのような機会を作って下さい。
- ・ フェイスも興味があります。やって貰えたら嬉しいです。
- ・ 全身、顔もあつたらとても嬉しい。
- ・ 綾さんとのトークも楽しかったです。全身も何時かやって貰いたいです、紙パンツAさんの前ではけないっす（笑）
- ・ すごく気持ち良かったです。有難うございました。

講師の声

はじめて講師としてフットケアマッサージをやらせていただきました。ツボ押しについて皆さん良く分からないという事で、足裏のツボについて説明させて頂きました。腰痛もちもママさんがいらっしゃいましたが、腰痛のツボを刺激した所、すごく感じる部分があつたようでこちらとしても大変やりがいを感じました。

はじめてという事で、リンパマッサージとツボ押しの説明をさせていただきましたが、そもそもリンパとは何だろう？と自分自身もわからないところでしたので、説明させて頂きました。

リンパマッサージをすることで免疫が上がり、免疫が上がると健康にも繋がることを話しました。ツボも奥が深いので少しずつ伝えることができました。

☆8月10日(土)

- ・ 普段足を酷使しているものの、中々セルフケアできていませんでしたが、元気の出るツボ、湧泉を押して貰ったり、体の排泄に効くと言われるツボを押してもらいながらのマッサージとても気持ち良かったです。癒しの一時でした。
- ・ すごく気持ち良かった。ツボについても教えてもらって、すごく有り難かった。また、やって欲しい。
- ・ 静かにできて良い。
- ・ 健康に良さそうなものを作って欲しい。

☆9月10日

感情的充実感

- ・ 気持ちよすぎました！フットだけのはずが、全身ほぐれたような気がしました。
- ・ とても気持ちよかったです。リラックスできたし、もっといろいろな場所(手・肩など)をやって貰いたいです。
- ・ すごくリラックス出来ました。
- ・ 顔もやってほしいです。
- ・ 寝そうになるくらい気持ちよかったのでまた参加したいです。

☆11月29日(火)

感情的充実感

- ・ すんごく気持ち良かったです。またお願いします。
- ・ とても気持ちが良くてリラックス出来ました。
- ・ とても気持ちが良く、あっという間の施術でした。リフレッシュできてとても良い時間でした。
- ・ すごく良かったのでこれからも参加したいです。

講師の声

- ・ 頭痛もちの方が2名いらっしやっった。

- ・ 子宮のあたりがたまに響くとの声があった。妊婦さんの方が、腰痛がひどいと言っていた。
- ・ 内臓機能が弱っているような気がする。
- ・ 少しでもリラックスして頂けるように横になってもらいアロマディフューザーを使って香りなどで癒しの空間を作りました。
- ・ 横になるだけでもリラックスできるので、両足を念入りにもみほぐしました。
- ・ 足の裏のツボの説明をしながらツボが痛いという方に、ツボの話をさせていただきました。
- ・ 初参加の方がいたのでまず、リンパマッサージ&ツボ押しとはどういうものかの説明をさせていただきました。
- ・ 足のむくみがひどく、内臓機能の不調を少し感じている方がいらしたので、説明をさせていただきながら優しくその部位にあたるツボ押しなどさせていただきました。みなさんリラックスされていてとても良かったです。

④ロディオガ(ママ101人・子134人)・

はぐもみ・骨盤ヨガ・ゆびヨガ

感情的充実感

- ・ 終わりにロディオガに参加して、ヨガに参加していないのに、お菓子をいただき、マッサージまでしてもらい、すごくありがたかったです。次こそは参加したいです。
- ・ 初めてのロディオガ、子どもも楽しい雰囲気終始ニコニコしてい



ました。ロディを使って体を伸ばすのがとっても気持ちよかったです。

- ・ ロディヨガのスタッフさんに感謝です。風船も楽しかったです。
- ・ 体のコリがとれて気持ちよかったです。次は「ゆびヨガ」が楽しみです。
- ・ 子どもだけでなく大人もヨガが出来て良かったです。骨盤調整、気持ち良かったです。
- ・ 大人も子どもも楽しめるイベントなので良かったです。ロディにのってピョンピョン子ども達が跳ねてる姿が可愛かったです。骨盤ヨガを教えて頂けたので自宅でも出来そうです。
- ・ ロディヨガ、久しぶりに子どもが参加しました。最初ははずかしがっていましたが、だんだん思い出したのか、生き生き動いていました。バランスが培われるのが魅力。先生方も優しく好き♪
- ・ 産後の骨盤は気になっているところだったので、実際に調整してもらえてすごく良かったです。骨盤と肩甲骨も関わっている



と知り、家でもストレッチ

したいと思いました。

- ・ 腰が痛いのが少し良くなりました。子どもも楽しそうにやっていたので参加できて良かったです。
- ・ 場所が狭かったなーでも密着してやるのも楽しいかも。
- ・ 「ゆびヨガ」ロディヨガ、不定でもまた参加します。

⑤ベビーダンス (ママ 153 人・子 173 人)

感情的充実感

☆4月17日(水)

- ・ ベビーダンスとっても楽しかったです。息子を見てあたしも楽しく体を動かさせてすっきりしました。
- ・ 今度は、キッズダンスも楽しみで一す!

☆5月27日(月)

- ・ 子ども達といると気付かないうちに体がちぢこまってしまって肩も腰もかたかったんですが、伸びました!
- ・ 気持ちの良い風が吹き抜けて心身リフレッシュしました!
- ・ とても楽しかったです。息子もゆったりまったりしていた気がします。
- ・ 外も見えてとても気持ちよかったです。
- ・ いつまで参加できるかわかりませんが、(年齢的に)出来る限り参加します。



☆6月17日

- ・ わかりやすく指導してくださって、楽しく取り組みました。子どもも楽しめたみたいです。
- ・ 今日楽しかったです。初心に戻って、基礎から出来たので、体にほどよく圧がかかって気持ちよかったです。
- ・ また参加したいと思います。

☆7月1日(月) 3組参加

- ・ 今日とっても楽しかったです。
- ・ 先生の声や言葉に反応して一緒に動いたり手遊びしていてすごく楽しそうで良かったです。



- ・ 成長の変化に驚きながらも嬉しくなりました。
- ・ なかなか普段体を動かさないの、この機会に子どもと一緒に体を動かすことができて楽しかったです。
- ・ キッズダンスをした後にベビーダンスでもいいかなと思います。みんなベビーダンスをした後にキッズダンスに参加すると眠くなったりするようなので、いかがでしょうか？ でも今日は遼太郎も途中から参加できてかなりテンションあがって楽しそうでした!!!
- ・ 体を使った遊びをこれからもどんどんお願いしたいです。



☆9月30日

- ・ 今日はマンツーマンだったけどすごく楽しそうに踊っていたので良かったです。
- ・ クリスマスパーティやりたいです。

☆11月25日 ママ5 男の子3 女の子2

(男の子1、女の子2見学)

- ・ はじめて参加しました。先生も優しく、楽しい時間が過ごせました。ゆっくりリズムでも体があったかくなり、いっぱい寝てきた子どもはまた寝ました(笑)
- ・ 何てない動きだと思いましたが、結構体にきました。とてもリフレッシュになりました。家でも抱っこしながらやりたいです。
- ・ 久しぶりだったので体が動かなかったけれど、だんだん動いているうちに子どもは寝ちゃったし楽しかったです。
- ・ けっこうハードでビックリしました。少しただけで足がだいぶ重くなりました。運動不足が・・・、腰が痛くて辛かったです。

- ・ 場所は、次回ののぞみ病院だとありがたいですが、平田でも来たいです。

☆1月27日

- ・ 楽しく適度に運動できたのでよかったです。
- ・ キッズとベビー通して参加したらすごく疲れしました。初めモジモジしていた息子も体を動かすことに楽しかったみたいで喜んでやっていたのでよかったです。ベビーはすぐ寝てしまい最後まで起きませんでした。
- ・ 子どもと一緒にストレッチや工作など体験できて楽しかったです。リフレッシュできました。
- ・ よかったです。ただ、床に寝ることに抵抗がちょっとありました。最後はひらきなおりましたが。
- ・ よかったです。あたたかいし、眺めはいいし。
- ・ ネイル・マクロビオティックの講座があればいいと思います。

⑥メイクセラピー in ママハウス

- ①2012年12/19(水)、②2013年2/26(火)、
- ③4/15(月)、④6/13(木)、⑤8/29(木)
- ⑥10/10(木) 計6回 ママ56人

感情的充実感

- ・ 以前より参加したかった。たっぶりの泡での洗顔、ハケを使ってパック。どれもはじめての体験、メイクも普段と違う顔に・・・アリかなと(笑)メイクの幅も広がる気付きがありました。講師の方々もみなさん楽しく、とても場がなごみました。
- ・ パックやメイクをしてもらい、子育ての事を忘れ、とてもリラックスすることができました。

- ・一歳の次女がまだ夜中に授乳の為、起きたり、三歳の長女も今日から幼稚園に通園が始まるなど、育児疲れと寝不足から肌も心身も共にDOWN気味でしたが、ゆったりした、子どものいない自分だけの空間でよい香りに包まれて、気付いたら眠くなって寝てしまいました。パックも洗顔もワントーン顔色が白く明るくなって、メイクも自分に合うおまかせの色やプロの手業を体験でき、とても気持ちが明るくなりました。
- ・パックが気持ちよかったです。
- ・いつも化粧をしないので、参加できて良かった。良い気分転換になりました。パックして肌がツルツルになってビックリした。
- ・次はネイルをしてもらいたいです。
- ・ネイルのイベントがあればいいな。
- ・顔のエステははじめてでしたが、まあ気持ちがいいったら！手の指、指の腹で圧をかけたり、すべらせたりしていただいていたのですが、気持ちよすぎて半分くらい寝てたかなと。自分へのご褒美の時間♪参加してよかったと思う。パックもくすみがなくなった気がするし、赤ちゃんのおしりのようにツルツルになった。
- ・パーソナルカラーを知ろうみたいな話をしたので、次回もしくはその次にできたらなと思います。リップの色、アイシャドーの色、自分にあう色を探す。

☆8月29日（木）

- ・とても気持ちよくリラックスした時間を過ごせた
- ・とても香りもよく、マッサージも気持ちが良かったです。バタバタの日常から離れて良かったです。



- ・すごく気持ちよくなって、いびきをかいて寝てしまいました。いつもしない事をしてもらって良かったです。
- ・アロマセラピー今回のイベントとても楽しかったので、また開催してほしいです。
- ・普段スキンケアに時間をあまりかけられないのでとても気持ちよかったです。
- ・パック後は肌が白くなったと思う。エステで癒されました。
- ・初めて人にパックやメイクをしてもらい、すごく気持ちよかったです。普段なかなか出来ないけれど、余裕のあるときにはもう少し自分のケアもしたいと思いました。
- ・良いと思います。できれば、13時より13時半が良いと思いました。
- ・場所も時間もちょうど良いと思いました。
- ・また参加したいです。

☆12月5日（木）

- ・とても気持ちよかったです。久しぶりにちゃんとケアしてもらいました。ありがとうございました。
- ・ネイルケアお願いします。

講師の声

- ・1~4回目は美白パックとメイク。5回目からさらにエステも行った。
- ・エステが好評。メイクよりもエステを望む声もある。
- ・メイクよりもエステで喜ぶ人の方が多いように感じました。メイクは個人個人の好みがあるため、難しい。普段の自分のメイクと違って新鮮さを感じる方もいれば、いつもと違って落ち着かないなど、人それぞれに反応も違ったように思います。
- ・エステサロンは釜石市内にあまりないそうで、とても喜ばれました。メイクをせずに帰ればその日の夜は顔のお手入れは何も

せずにそのまま寝られるため、普段あまりメイクをしない人には良いと思います。ただ、メイクをしなければ外を歩けない方もいると思うのでそういった方にはエステの後にメイクも施すことも可能です。

- ・ エステを取り入れてからまだ2回しか行ってないので、今後もエステを継続して様子を見たいと思っています。また、何回かに1回は、希望があればアロマセラピーの説明やパーソナルカラー診断、化粧品の中身についての話や食品添加物の話などもこれからしていければと思っています。

3-3 生活潤い講座

① クッキングサロン (361人)

☆4月19日(金)

心理的充実感

- ・ 炊飯器が残念でしたが、おいしかったです。おっぱいが美味しくなる気がしました。
- ・ ごはんは残念だったけどおいしかったです。
- ・ 今日ちょっとご飯にトラブルがありました。すみません、うちの釜が原因かもしれません。
- ・ 次回は外でのクッキングという事で楽しみます。
- ・ 魚のおすい物は家ではあまり作らないので、今度は家でも作ってみたいです。山菜はちょっと苦手でした。
- ・ 人数も丁度良かった気がします。
- ・ ご飯が上手に出来なくて残念でした。タラも骨がたくさんだったので、子どもが食べるのに大変そうでした。
- ・ 人数もちょうど良かった気がします。



☆5月23日(木)

- ・ あまり作るのに参加できなかったけど、チューリップの巻き方はわかったので、家でも挑戦してみたいです。
- ・ 外でご飯を食べられて楽しかったです。はじめて太巻きを作りましたが、チューリップで勉強になりました。
- ・ 今回のクッキング初の外での食事でしたが気持ち良く、たまには良いなあと思いました。のり巻き、サンドイッチ美味しかったです。
- ・ 子どもも楽しそうで、食事もおいしく出来て満足です。

☆6月14日(金)

- ・ 久々に参加し、託児もしてくれて助かりました。ゆっくりクッキングできました。
- ・ 楽しかった。子どもも一緒に参加できて良かった。
- ・ 久しぶりに参加しましたが楽しかったです。見た目もきれいで美味しかったです。レパートリーが増えました。
- ・ 切り干し大根のお汁は初めてでした。とてもおいしかったです。次も参加したい。
- ・ 切り干し大根の味噌汁やおやき、子ども達もとても良いと思いました。
- ・ クッキング、とても楽しかったです。子どもを預かってもらって助かりました。
- ・ 子どもが手づかみで食べられるような料理があったら(簡単に作れる)いいなと思いました。
- ・ また来たいなあと思いました。

☆7月19日(金)

- ・ 子どもと別々で作ることが出来たので、料理に集中することができて良かったです。
- ・ ちょっと寒かったのが残念ですが、麺、おいしかったです。

- ・ 家ではやらないような手の込んだ料理を作って、子どもも良く食べていたので、家でも頑張ってみればなあと思いました。美味しかったです。
- ・ 久しぶりに参加させていただきましたが、みんなで共同作業で料理をするのはやはり楽しかったです。夏らしいメニューで夏気分を味わえました。ボリュームーでお腹いっぱいでした。
- ・ 後で自分なりにドレッシングを作ります。
- ・ ごまだれとてもおいしかったです。ツナとトマトの卵とじも間食しました。
- ・ ちょうどいい時間帯でお昼頃に出来上がるのでタイミングはGOODです。

☆8月27日(火)

- ・ 三回目の参加にして初めてきちんとクッキングに参加できました。離乳食がおいしく出来てよかった。高野豆腐、自分でも挑戦してみようと思いました。
- ・ 子供と離れて料理が出来たのでゆっくり調理できました。
- ・ 久々に出て楽しく料理ができた。みんなで食べるご飯は美味しかった。
- ・ みんなで料理して食べて楽しかったです。子供も美味しそうにたべていました。
- ・ 今まであまり使わない食材を作ったのクッキングだったのでとてもとても勉強になったのと、今後も家で作りたいたいと思いました。
- ・ レタスと豚肉のやつがすごい美味しかったので家でも作ってみたいです。
- ・ 野外での試食会楽しみにしています。
- ・ いものこ会にはおにぎりらしいので、みそ焼きおにぎりをリクエストします。離乳食～大人食

- ・ 幼児食は鉄分やカルシウムがおいしくとれる食事をリクエストします。
- ・ 外で食べるのを楽しみにしています。
- ・ グラタン、マカロニ、パスタ等もやって欲しいです。
- ・ 秋の食材を使った料理をつくりたいです。

☆9月20日(金)

- ・ 今日は久々に談話室の外でのぷちピクニック。天気にも恵まれ、暑いくらいでしたが、子ども達と楽しそうに笑うママたちの笑顔を見て嬉しくなりました。外で大勢で食べるご飯は最高でした。
- ・ 毎回レシピ楽しみにしています。
- ・ みんなで外で食べるのは楽しかったです。
- ・ 外でみんなでご飯をたべれておいしかったです。いものこ汁がとってもおいしかったです。子ども達も楽しそうで良かったです。
- ・ スイーツ(ちょっとした簡単なものでよいので)
- ・ デザートを作りたいと思います。
- ・ 秋のもの(かぼちゃ、さつまいもなど)を使ったのを作ってみたいです。
- ・ 炊き込みご飯が食べたいです。

☆10月25日(金)

- ・ 今日は、私は影での参加者でしたが、すべてにおいてすごく美味しく出来ました。大満足です。
- ・ 久しぶりにクッキングに参加しました。自分では作った事のない料理を教えてもらえて良かったです。大変おいしかったです。
- ・ とての美味しかった。先生方の楽しい話が聞けて良かった。
- ・ 楽しくクッキングできて良かった。
- ・ 久しぶりに参加して楽しかったです。自分とは違ったメニューや味付けで勉強にな

りました。食改協さんのつけものもおいしかったです。

- ・ 広い場所の方が子どもも一緒に食べられるのに談話室がちょうどBEST!!

☆11月15日(木) (ママ5 男の子2 女の子3)

- ・ どのメニューの美味しくいただけ良かったです。かぼちゃのおやきはソースをかけずに子ども達が手づかみ食べをするのに丁度良く、おやつにもいいなと思いました。
- ・ 託児でしたが、小さい子の寝顔も見れていやされた。抱っこしながら目をつぶる姿に胸キュン。お~いしいお鍋とかぼちゃのおやき、がんづき、つけもの・・・食べすぎました。いつもおいしい料理をありがとうございます。毎回楽しみです。
- ・ 今日、鍋は、すごく温まっておいしかったです。おやきもおいしく出来たし、成功ですね。
- ・ みぞれ鍋が大人味でしたが、とても美味しかったです。にんにくがきいていたので男性(パパ)にも好評だと思いました。がんづき来月ののしみです。
- ・ どれもおいしくて簡単で楽しかったです。家でもぜひ挑戦しようと思います。
- ・ 託児担当しましたが、子ども達の笑顔とパワーに癒されました。
- ・ いつも楽しく参加させていただいていますが、毎回メニューが様々で食べる前からとても楽しみでみんなでの作業も毎回楽しいです。みんなで食べると尚おいしい!また参加させていただきます。
- ・ 道具の移動も、今日は手分けしてやりました。全員参加で良かった。

- ・ クリスマス会みたいな忘年会みたいな会(もちより?)

- ・ 来月のかんづき食べたい!楽しみ!
- ・ 手作りおやつクッキングとかあったら参加してみたいです。

- ・ 豚肉のみぞれ鍋が最高においしかった
- ・ 栄養がとれる子どもの手作りおやつなのもあれば・・・

☆12月19日 ママ3 男の子 2 女の子1

- ・ 人数が少なかったので、やる事沢山でした。
- ・ けんちん汁風お雑煮、とても美味しかったです。人参がお花の形になっていてかわいかったです。
- ・ 目から鼻から胃から大満足です。
- ・ いつも楽しみに参加しています。今日は1才の娘もたくさん食べたので良かったです。
- ・ 是非来月のふかし作り覚えて家でも作ってみたいです。
- ・ 作る場所と子どもたちが遊ぶ所を別にする子どもが親の顔を見えないので子ども同士で慣れて遊ぶようになる。作る時間は今と同じで10時から始まり、12時には食べられるようにする。ママハウスをもっと市の中央部にもっていく。参加するお母さんがどの地区に多く在籍しているのかで場所を決めるとかを参考に考えるのもどうか。

☆1月23日 ママ4 男の子2 女の子2

- ・ 今日はスムーズにクッキングできて良かった。子どもが喜んで食べてくれました。
- ・ お赤飯を作っているところをはじめてみました。とても美味しかったです。カブもポタージュもおかわりしました。

- ・どれも大変美味しかったです。作り方も勉強になりました。楽しかったです。
- ・どのメニューもとても美味しかったです。お赤飯もなかなか蒸して作らないので、美味しく止まらない感じでした。カブの葉の炒め物もおいしく家でも気軽に作れそうなので作ってみたいと思います。

☆2月22日 ママ4 男の子2 女の子4

- ・鮭とイクラのばらちらし、すんごい楽しみでした！とてもおいしい！！けいらんも新鮮、こんなのあったんだと驚き！毎回驚きと感動です。
- ・土曜日って事で少人数でしたが、逆に広々と料理も出来、ご飯もゆっくり食べられたので良かったです。
- ・おいしかったです。娘も一緒に参加させていただきありがとうございました。彩りも栄養もよく、楽しく調理いただきました。ありがとうございます。
- ・どのメニューも美味しかったです。けいらんも初めてでしたが、おしることは違ってあっさりとお食べられました。いり豆腐も水分を飛ばすのが少し大変でしたがヘルシーで良かったです。
- ・完成し、食べはじめがちょうど12時でピッタリ☆場所も託児していただいたママハウスから近くの談話室でよかったです。
- ・自分の作った料理以外を食べる幸せ。毎回ありがたくいただいています。フジ江さんの料理のチョイスがすばらしい！来月も楽しみにしています！
- ・たまーに土曜日のイベントも良いもんですね。
- ・親子一緒にできるクッキングなどが土曜日に開催してもらえると嬉しいです。
- ・

講師の声

若いママさん達と一緒に料理づくりが楽しく、また、7ヵ月～8ヵ月の離乳食作りは昔と違ったつくりで勉強になります。

お母さん達の触れ合いとして、また、子どもと一緒に参加する場所としてとても良い時間だと思います。子ども同士と一緒に楽しそうに遊んでいる様子は、私達も元気を貰う、嬉しく思っております。健康で元気に育って頂くよう私達も少しでもお役に立てば幸いです。

場所はもう少し広ければ子ども達も多くなっても自由に遊ぶことができるかと思いますが、子どもはその場所場所に適応して楽しく過ごしているのを見てもちらも嬉しく思います。

太田フジ江

クッキングサロンをはじめてから26回になります。これも食生活改善推進員の菅原さん、佐藤さんのお陰です。感謝しています。月1ですが、メニューを考えると大変ですが、普段作らない料理等、離乳食の手早く出来るレシピ等、妊婦さんのお乳の出るメニュー等健康的なメニュー等考える時私は幸せです。一番は皆で参加して食卓を囲みワイワイガヤガヤ楽しく料理を食べる楽しいことが目的だと思います。笑顔でお互いに癒され調理するママたちの腕前もさすがである。クッキングもして良かったと毎回思います。

要望の声をお届けください。お待ちしております。

② 絵手紙講座 175名

☆5月23日(木)

心理的充実感

- ・毎月1回の来所ですが、楽しく描けることに感謝。来所にきてくれる方々にも楽しく描いてくれてありがとう(講師)

- ・ はじめての絵手紙、楽しかったです。色々も教えてもらいありがとうございました。
- ・ フジ江さんのイラストで出てみて良かったです。すごく楽しかったです。絵心がなくても形になって嬉しかったです。たくさんほめて頂いて、ほめてもらいに来たようでした(笑)
- ・ またチャンスがあったら参加してみたいです。

☆6月27日 4名

- ・ やりたいと思っていたことが出来てとても良かったです。
- ・ 今日も楽しい時間が過ごせました。先生の人柄が素敵でした。



- ・ リフレッシュできました。
- ・ はじめてやりましたが、先生も優しくおしえてくださり、楽しく取り組むことができました。また出来たら参加したいです。
- ・ はじめてでしたが、とても楽しく参加する事ができました。先生達が優しく癒された。
- ・ 前回の絵手紙を送ったら相手にとっても喜んでもらいました。次回も都合が合えば参加したいです!!
- ・ 若い人と一緒になって絵手紙を描いて元気を貰いました。時間的に1時間は私達にとって満足いく時間です。(講師)
- ・ 若い人の飲み込みが早くて素晴らしい絵手紙が出来ました。少しでも心の癒しになってくれることを祈ります。

楽しい講座でした。帰ってから描きたい気持ちになりました。ありがとうございました。時間は1時30分からのほうが良い。

- ・ 楽しい出会いありがとうございました。またきたいと思います。

☆7月25日 男性1 ママ1 女性2

男の子1

- ・ いつも楽しくしております。
- ・ 絵手紙は失敗はないと先生がおっしゃられたことが、心強く、楽しく参加できました。
- ・ 大坂から突然仲間に入れていただきましたが、皆さんやさしく接して下さり、とても楽しく過ごさせていただきました。
- ・ 今日楽しく絵手紙を描けました。あじさいは難しかったですが、私でもなんとかかけました。
- ・ 落ち着ける場所でした。
- ・ 丁度いいです。託児ありがとうございました。
- ・ いろんな事に楽しく参加できる場を。今後も開催し続けてください。

☆8月22日(木) 男性1 ママ4 男の子1

女の子1

- ・ 楽しかったです。今日は大勢でさらに楽しかったです♪
- ・ はじめてやったけど、なかなか楽しくできて良かった。先生のセンスにびっくりでした。

☆9月26日(木) 男性1 ママ2 男の子1

女の子1

- ・ 子ども抜きで一人で絵手紙をかく時間を持て贅沢な時間でした。楽しかったです。
- ・ 久しぶりに参加しましたが、楽しく作品を書くことができました。前回の作品を送って喜ばれたので、今回の作品も下手だけど送りたいと思います。
- ・ 次回も時間があえば参加したいです。展示会が楽しみです。

☆10月31日(木) 男性1 ママ2

女の子1

- ・初めての参加でした。絵を描く、色を塗る、字を書く。上手でなくていいというものもなかなかむずかしく(上手なわけではありませんが)奥深いなあと思いました。とても楽しく出来ました。また参加したいです。
- ・ヘタですが、楽しく描くことができました。季節も感じられて良かったです。

☆11月28日

- ・今日は年賀状がかけてすごく楽しかったです。いがいとおかめさん?の顔は簡単に書け、今年の年賀状でも使えそうです。木で初めて書きましたが、時々かすれたり、面白くかけました。



- ・1度、絵手紙に挑戦したことはありますが、講座自体は初参加でとても楽しかったです。先生の指導が興味を引くような話し方だったので絵手紙に魅了されました。誰でも気軽に挑戦できるところがとても参加しやすく、また機会があれば挑戦したいです。
- ・久しぶりの参加でしたが、心躍りました。集中してどっぷりはまれる時間、すごく貴重です。今年の年賀状は絵手紙にします!!
- ・初の参加でしたが大変勉強になりました。また参加したいです!
- ・また是非参加させていただきます。



- ・今後も毎月教室開設をお願いします。

☆1月28日 参加者2名

- ・絵手紙の題材で季節を感じながら楽しくかくことが出来ました。桜の枝は柔らかく書きやすかったです。
- ・楽しく集中して描けました。ありがとうございました。

担当スタッフの声 太田フジ江

- ・絵手紙の担当になり、月1回の教室が開かれ最初の頃は、仮設住宅の住民の参加が多く、最初では若いママ達の参加があり大変良いことだと思います。
- ・60歳の男性は最初から毎回参加しています。小田島先生と下手でよいという響きがとても新鮮です。私はお手伝いをしながら絵手紙をもらった方は感動すると思います。
- ・2時間の楽しい時間若いママさん住民の方の真剣な目指しを見ていると心の優しさの感動で元気になります。
- ・先生、これからも宜しくお願いします。

③ 手作りサロン ママ139名 子ども9名

心理的充実感

☆4月18日(木) 箱形アレンジ(フラワー)

- ・花が好きなので、とても楽しかったです。自分でレイアウトするのがいいです。
- ・玄関を華やかに飾れそうです。
- ・楽しくアレンジメントできました。自分でもやってみようと思います。
- ・どこから見ても綺麗に見えるようにするのは難しかったけど、楽しかった。
- ・お花とっても久しぶりにいけられて楽しかったです。託児もしていただいて真剣に集中してしまいました♪

- ・ 初参加だったけど、バランスや色合いとか考えながら取り組んだ。香りもいいし、普段やってみたくても出来ない経験をさせてもらえて良かった。花を買い足してプラスしながらやってみようと思う。
- ・ 日常、子育て家事追われている自分のために、ご褒美になるようなイベントがあれば良いなと思う。きれいになるような、気分が盛り上がるようなイベント。ネイルとかは元気ややる気がでますね！
- ・ 普段やらないので頭の体操になりました！笑 なんとかまとまって良かったです。
- ・ 家でもやりたいとは思うけどやっぱりできないのでこういう場があると気軽に作れるので助かります。

☆5月17日(金) ハーブのアレンジ

- ・ グレープフルーツが器のいけ花はお店にもなかなかないので素敵に作れて楽しかったです。
- ・ グレープフルーツを器にすると斬新で素敵に出来上がって嬉しかったです。
- ・ ハーブの香りを楽しみながらお花の名前を覚えながら制作できました。
- ・ すごく色が綺麗で香りもして楽しかったです。春らしい感じがして良かったです。
- ・ グレープフルーツを花器にしたのは新鮮だった。ハーブの香りにいやされました。グレープフルーツをくりぬいたのも楽しかった。
- ・ また参加したい！この講座のおかげで花がある生活になりました。
- ・ 楽しかったです。フジ江さんのアイデアに脱



帽ですー！！

- ・ 自分ではお花を買うときがないので、ママハウスでお花をいけられると家が華やかになるので、定期的にやって欲しいです。
- ☆6月21日(金) 3名

- ・ 剣山でのアレンジ、さし方が少し難しかったですが、楽しかったです。
- ・ 10年以降前に剣山を使った事があり、なつかしいなと思いながら参加しました。6月という事で、花器もワイングラスと大人な感じ、かつ、涼しげでまたいつもと雰囲気違う楽しみ方ができました。
- ・ 普段と用途とは違う入れ物を使って、アレンジメントするととても素敵になって家でもできればなあと思いました。
- ・ 家の玄関に飾りたいと思います。花束のアレンジをしてみたいです。
- ・ いつもながら、フジ江さんの花器のセレクトに驚きです。これからもグッドセンスでビックリするような花器も期待しています。でも、オーソドックスな花器でも大丈夫です。要は、楽しく、普段の生活とは違う空間を満喫したいのです。

☆7月12日 ママ5名 託児3(男2、女1)

- ・ 工作系はあまり得意ではないのですが、折り紙などもあって、楽しく出来ました。あじさいをいけるのも難しかったですが、楽しかったです。
- ・ 扇子は昨年にひきつづき作成しましたが、センスがとわれるので少し寂しい感じになりました。残念でしたが、いい香りのオイルもあいまって素敵な仕上がりとなりました。あじさいも活けたのでさっそく玄関に飾りたいと思います。季節を感じる事が出来る手作り講座、素敵だと思います。

- ・ 扇子に絵を描くのは初めてでなかなか難しいところもありましたが、真剣に集中できる時間をとれて良かったです。気分によってアロマオイルで香りを楽しめるのもいいと思いました。今回はアジサイの花を生ける事件があり、季節の花を楽しめて良かったです。自分ではなかなか花を生けたりする事はないので。
- ・ なごやかな雰囲気良かったです。色々になりました。思いがけずアジサイの生け方まで終わりありがたいです。
- ・ ゆっくり考えることが出来ました。託児有難うございました。
- ・ 午前中助かります。午後は色々あるので、午前中だと助かります。
- ・ 今年の夏は今回作った扇子を使いたいと思います。有難うございました。今年の夏はマイ扇子を使います。

☆8月23日(金) ママ4 男の子1

- ・ ジェルを使うのは初めてで、今までオアシスを使っていたので、簡単に出来、見た目もかわいいジェルの存在も知れて良かったです。色使いをきれいで夏にピッタリ涼しげな作品が出来ました。
- ・ 初めてジェルの存在をしり、勉強になりました。家の台所に飾ります♪
- ・ 見た目から涼しげなジェルを使用してのアレンジ。観葉植物の流れるような形と、りんどうの白が映えて、また新しいジャンルを知れた感じですね。素敵な時間でした。
- ・ 食欲の秋に向けて、おいしい、簡単料理イベント、BBQ、いも煮 外でご飯食べたいです。

☆10月29日 ママ3 女の子2

- ・ なかなかリースを作る機会がないので、すごく難しいのかなと思ったのですが、意

と気軽に作れるとわかって楽しかったです。ドライフラワーも意外と扱いやすくて良かったです。



- ・ ドライフラワーのリース、とても楽しかったです。素敵だと思いました。センスの有無もありますが、ヘタでも上手に出来たように見えて良かったです。
- ・ ドライフラワーはなかなか扱うことがないのでとてもいい機会でした。とてもかわいく出来たので良かったです。
- ・ クリスマスリース、お正月飾り、楽しみにしています。
- ・ クリスマスミニツリーなども作ってみたいですね。

☆11月21日(木) ママ6 女の子2

- ・ たくさんのかわいい飾りでリースが豪華に作れてすごく楽しく、満足でした。まっぼっくりのリースは珍しいので大切に飾りたいと思います。
- ・ はじめての「手作りサロン」すごく集中して楽しかったです。お手軽価格で作れて素敵です。
- ・ 初参加でしたが、ずっと参加したかったので嬉しかったです。今回のクリスマスリース作りは、作る前からリースや飾りの数々がとてもかわいくてテンションが上がりました。センスがありませんが、出来上がりはとても素敵に仕上がりととても満足です。さっそく玄関に飾ります。
- ・ 去年も参加し、家族にも好評だった素敵なリースを作ったので、今日もすごく楽しかったです。フジ江さんが変わったリースのベースを探してくれたので、前回とはまた

違った雰囲気の世界に一つのオリジナルのクリスマスリースになりました。家に帰ってからどこに飾ろうかワクワクしてます！バランスをみながら、好きな飾りをくっつける作業なのですが、その時間は、ガッツと集中できるので、有意義な時間です。毎回参加できるわけではないのですが、手作りサロンが大好きです！

- ・ ちょうどいい時間帯です。そこまで時間がかからず、出来るので時間に追われることなく良かったです。
- ・ その時期、季節に合った手作りができるので毎回楽しみです。
- ・ 次の月のイベントなどに合わせて作るので、クリスマスや正月など、もっと楽しみに思えるというのも良い所だと思います。お花のアレンジもたのしいですが、作品が手元に残るといふもの良い所だと思います。そして、何かしら作って家に持っていくと、子ども達に褒められます。(笑)

☆12月12日 ママ5 子ども21

- ・ 今回はお正月飾りということで、実家で飾り作りをしていましたが、なかなか自分では作る機会がないので良かったです。すごく素敵に仕上がり玄関外に飾るのがとても楽しみです。300 円の材料費での制作ではクオリティが高すぎます！
- ・ はじめて参加しました。お正月飾りはいつも飾ったことはありませんでしたが、かわいく出来たので今日は飾ろうと思います。
- ・ 正月飾り2度目ですが、今年も楽しくできました。また雰囲気が違う感じになってすごく気に入った。ステキ～☆
- ・ とても楽しく作成できました。かわいいパーツがたくさんあって楽しかったです。

- ・ 正月飾りはいつも買って飾っていましたが、今回ステキなものが作れたので飾りたいと思います。自分で作ると愛着が湧き、良い年が迎えられそうな気がします。
- ・ 今回も楽しみながら作りました。来年度の課題も決まり、参加人数が楽しみです。ママ達に喜んで頂きよかったです。
- ・ フラワーアレンジメントをそろそろやりたい！花で心を洗いたい！手作り、月に1度の楽しみです♪
- ・ ベジブロスとか、マクロビオティックとか、からだに良い食事について勉強できる機械があればなあと思います。
- ・ 毎回季節や行事に応じたものを気軽に作ることができて、とても嬉しいです。1人だと材料集めて・・・ということからやるのが大変なので・・・
- ・ リクエストを聞きながら続けたいと思います。

☆1月24日(金) ママ4 男の子1 女の子1

- ・ アレンジメントひさしぶりで欲張ってしまいました。バレンタインらしく、ハートのメッセージピックや赤いシートなど、とてもかわいくできました。季節感があって良かったです。また期待します。
- ・ 久しぶりにフラワーアレンジメントで気分が明るくなりました。知らない花も含め、いろいろな種類のお花を贅沢にアレンジできて良かったです。
- ・ 楽しかったです。初めてアレンジメントをしましたが、教えてもらいながらできて、ステキな物ができました。
- ・ 参加しやすかったです。遅れてすみません。



- ・ ミシンを使って小物とか作ってみたいです。ちくちく裁縫もしてみたいです。
- ・ スウィーティーでの生け花も楽しそうです。
- ・ ラッピングの仕方を習ってみたいです。
- ・ ネイルをやってみたいです。マクロビとか、体に良い食事のことを・・・

講師の声：太田フジ江

ママ達に2時間程度で作って持ち帰ることの出来る手作りサロンのフラワーアレンジメントでは、季節に合わせ花、花器を選び、生花と接し、香りや花の名前を教えながら楽しんでいます。ママ達の癒しの時間でもあり、満足感にもつながるよう運営しています。いつも次の作品の事で頭を悩ませていますが、これからも、ママたちの意見も取り上げながら取り組んでいきます。

④ パン教室 ママ 92名 子ども 72名

☆3月12日(火)

心理的充実感

- ・ 初めてパンを作りました。用具や材料などお手軽に出来家でもやってみaito思いました。
- ・ 本当に簡単に作られて驚きました！3歳の娘も楽しんで一緒に参加できました。材料も少なく体に安全安心で是非とも家庭で作りたいと思います。そしてまた、講座に参加したいです。
- ・ パン作り初めてでしたがすごく簡単で楽しかった。時間を見つけて家でぜひ作ってみたいと思います。



- ・ ホームベーカリーを使わないでパンを作れるのはスゴイ！！袋とフライパンで作れるので、今度は自分でやってみます。

☆4月23日(火)

- ・ ポリ袋で簡単に作れたので、家でも挑戦してみたいです。
- ・ 初めてのパン教室、参加は簡単にパン作りできて楽しかったです。出来たてはおいしかったです。
- ・ 手軽にパンが作れるなんて素晴らしいです！！
- ・ ずっと天然酵母からのパン作りを試みたかったので、よかったです。家でも作ってみます。
- ・ 手軽にパンを作ることが出来たのが楽しかった。が、酵母さんを作るのが難しい？そんなことない？
- ・ 甘い系をつくってみたいです。
- ・ 時間内におさめていただきありがとうございました。天然酵母使って自宅でも作ってみたいです。
- ・ とてもためになりました。
- ・ 今度は粉を違えてのパンを焼いて食べ比べてみたい。

☆5月21日(火)

- ・ 全粒粉と普通の小麦粉の食べ比べができたり、粉の違いで分量を変えなければいけなかったり楽しかった。
- ・ パン作りはほぼ初めてだったので楽しかったです。天然酵母があることも今までよくわからなかったので、良い勉強になりました。
- ・ わかりやすくやっていて楽しかった。もっと色々なアレンジでやってみたいと思った。
- ・ 楽しかったです。そして美味しい♪

- ・先生に手早く教えていただきとても楽しかったです。また参加したいです。パンは小麦粉の味がわかり、甘くておいしかったです。
 - ・思った以上に簡単にでき、また、思った以上に美味しかった。楽しい時間を過ごせました。有難うございました。
 - ・美味しいパンが簡単にできて楽しかったです。食品の安全性を気にはしつつも、市販のものを使っていますが、色んな所に含まれているんですね。
 - ・好きなトッピングを持ち寄って、入れられたら楽しいかも？
 - ・フライパンでパンが作れるなんてすごいです！家でも作ります
 - ・いろんな講座があり、初めて参加したので、これからいろいろと参加してみたいと思った。
 - ・親子で楽しめるようなもの（料理教室とか）、小学生くらいの子どもだけで参加できるような（工作とか）などがあったら良いなあと思います。
 - ・ピザとか色々な味のパンも挑戦してみたくなりました。また機会があれば・・・。
- ☆6月10日（月）
- ・楽しかったです。色々アレンジができたそう参考になりました。
 - ・2回目の参加でしたが、とても楽しくわきあいあいとあっという間に出来上がりました。レーズンパンも初でしたが、甘くておいしかったですし、イチゴシロップをわけていただき、さらにパンをおいしく食べることが出来ました。
 - ・アットホームな感じでよかったです。パン作りが身近に感じました。
 - ・難しいかなと思っていたパン作りが気持ちにできる方法があるということを知れてすごく勉強になり、家でも出来たらやってみたいと思いました。講師の先生も気さくな方で、わかりやすく参加して良かったなと思いました。
 - ・簡単につくれてみんなで、楽しくできたので良かった。家でも色々アレンジして作ってみたいと思った。
 - ・櫻井さんから以前よりお話を伺っていたので機械があり、実際につくれて良かったです。レーズンパンとてもおいしかったです。
 - ・はじめてのパン作り、楽しく出来てありがたい。一人で作ってみましたが、うまくできなかったのも、コツがわかったので作りたいです。
 - ・お昼ごはん時に、ちょうど焼きあがるのでタイミングがちょうど合っているので、おなかにも嬉しい時間でした！定員が5～6名という事で、是非また参加したいので、場所（というか作業テーブルの拡大）をリクエスト。
 - ・2時間でちょうど良いです。駐車場もあるので良かったです。
 - ・少し自宅からは遠いですが、気分転換にドライブにピッタリです。談話室は、今回的人数で教室をやるには、広すぎず狭すぎずでいいと思います。時間も早すぎない時間で、子どもを預けてから来るにはちょうど良かったです。
 - ・ちょうどお昼時間だったので、美味しく味わえました。お昼やおやつの時間に合わせるといいと思います。
 - ・出来る時間がお昼なので色々なもの、食べた～～～い！！

・ 先生が同世代の方で楽しくできました。子どもと一緒に楽しめると感じました。参加者の年代によって作るパンを工夫した方がいいと感じました。

- ・ 毎月違うパン、楽しみにしています。
- ・ ピザやパニーに等も作ってみたいです。
- ・ わからないので何でも作ってみたいです。

☆7月22日(月) ママ5 男の子1 女の子3

- ・ 簡単に美味しいパンが出来て嬉しいです。なかなか家では作れないので、気分転換にもなります。体に良いもので、こんなに美味しく家でできればなあと思います。
- ・ 今回バナナパンとレーズンパンも焼けてよかったです。前回のプレーンのパンも良かったです。全粒粉もおいしかったです。
- ・ 家でも無理なく作れるパンだったので、参加して良かったです。そしてとても美味しかったので、娘も大満足の様子でした。家では具を色々変えて作ってみたいです。
- ・ とても楽しいパン作りでわかりやすいです。
- ・ 天然酵母のパンはもちもちしていてとてもおいしいし簡単に作れるので楽しいです。
- ・ 親の側をはなれない子なので、今日のように一緒に作れる環境だと嬉しいです。
- ・ チーズ入り、あんこ入りのパンも作ってみたいです。かぼちゃ等、野菜入りも興味があります。
- ・ ピザとベーグルも焼いてみたいです。
- ・ ピザ、惣菜パン等、作ってみたいです。
- ・ ピザとかかぼちゃパン、角パン、どちらか一つお願いします。
- ・ ピザとソーセージパン作りみたいです。
- ・

☆11月18日(月) 4名参加

母4 子供男2 女3

- ・ ママハウスでのパン教室は初参加でしたが、すごく楽しい作業でとても満足でした。普段、手ごねパンを作っていますが、
- ・ 天然酵母のパンは体に優しく、もちりしっていてすごく美味しい。しかも沢山のアレンジがあって、ピザもゴマもレーズンもとにかく全てが美味しくて、息子も喜んで食べました。また是非参加させて頂きます。天然酵母の本を買おうかな？
- ・ 毎回簡単なのに美味しいパンを作れて嬉しいですが、今回はさらにピザを作って頂いて食べられてすごく幸せでした。
- ・ 家でも何かイベントの時に作りたいと思いました。
- ・ ピザを作って頂き美味しかったですし、作るのが簡単で良いなと思いました。あらかじめ種を作って頂いたのでスムーズにできて良かったです。自宅でも作ってみたいです。
- ・ パン講座は美味しく楽しくて簡単で、もう3度目のリピーターです！後、何と言っても講師の京子さんのお人柄がナチュラルでほんわかで Good です。是非、また次回も参加したいです！！
- ・ お昼にご馳走になるのでちょうど良かったです。
- ・ 10:30から良かったです。(10時だと思い焦りました。)
- ・ 託児が虹の家ではなく、ママハウスでしてただけで非常に有難いです



- ・ ピザ楽しみにしています。
- ・ お惣菜パン系を色々知りたいです。
- ・ いつも子供を見て頂いて有難うございます。今度、酵母を共同で購入したいです。あんこ入りやパニーニとかも作ってみたいですよ。
- ・ パンだけではなく、ピザ等も一緒にできると楽しいかなと。
- ・ 枝豆のフォカッチャ with 岩塩も作りたいです。

☆12月2日(月) ママ5名 男の子2

女の子3

- ・ 今回2回目の参加でしたが、今回多種類のパンを作って食べることができて楽しかったです。1人だと何種類も作れないし、全粒粉チーズマフィン、クリスピーピザ、パンピザ、枝豆フォカッチャ様々で贅沢でした。
- ・ 色んな種類のパン、ピザを試食できて良かったです。京子さん準備ありがとうございます。
- ・ 4種類ものパンを食べることができて大満足でした。子どもをお昼に連れて行って一緒に食べるのは子どものお昼も済ませられて、みんなでにぎやかに食べて良かったです。家でも作るの楽しみです。
- ・ 楽しかったです。今回は種類も多く、すごいお徳感!!参加者で違う虫類を作ると色々な味が楽しめるので良かった。
- ・ 今回はフォカッチャ、クリスピータイプピザ、パンピザ、全粒粉チーズマフィンと4種類も作ることが出来、豪華な気持ちになりました。他にも全粒粉の良さ、調味料の紹介など勉強になりました。

- ・ ピザがすごく美味しかったです。またピザも良いし、やはり惣菜パンが食べたいですよ♪

- ・ 子どもと一緒に食べることができて良かったです。自宅で基本のパンケーキを作りましたが、簡単で子どももパクパク食べて良かったのでパン以外の物もまた良いかと思います。「基本のパン」ももちろん好きですが。

- ・ リクエストした種類のパンも食べられてすごく嬉しいです。

- ・ 参加者で違う種類を作るといいなあ。
- ・ フォカッチャおいしかったです!!チーズマフィンも!!

☆1月20日 ママ3

- ・ 久々の参加でした。焼きあがるころのあのにおいがたまらなかった。やさしい味が体中にしみました。

- ・ 久しぶりのパン教室。あまり手伝えなかったけど、とても美味しく頂きました。

- ・ 体に優しい材料です。パンも美味しかったです。

- ・ チョコのパン、ミックスチーズフォカッチャ

☆2月3日 ママ4 男3 女2

- ・ 久しぶりに講座に参加し、とても楽しかったです。

- ・ はじめて参加しましたが、知らないことが多すぎて学ぶことの多い教室でした。いつもはホームベーカリーに頼っているので、たまにはフライパンで作ってみたいと思いました。色々なパンが作れるのも魅力です。

- ・ 久々のパン教室、今度こそ一人で作れるようになりたいです。次の参加も楽しみです。

- ・ ゆったりと美味しいパンが焼けて楽しく過ごせました。やっぱり天然酵母で作るパンは美味

しくていつもお土産のパン生地をいただけるので、家族で喜んで食べています。

・ 次回のピザ、楽しみにしています。また、パンも他の種類も食べられると嬉しいです。

講師の声：

今日は、当日2組のキャンセルがあったものの、4名の参加者がいました。ロコミではじめての方が1名参加してくださり、嬉しかったです。はじめての方にはマンツーマンで指導しました。それ以外の方はリピーターだったので思いのパンをつくってもらいました。来月のリクエストもいただいたので、来月も頑張ります。

☆3月3日

- ・ あんパンケーキ作ってみたいです。餡を自宅で作ったことがあります、何回やっても上手に出来ませんでした。何かコツがあるのでしょうか？
- ・ 久しぶりにピザを作って楽しかったです。ピザは簡単でいいですね
- ・ とてもおいしかったです。今日作ったものが持ち帰りで食べられるところがまたよかったです。
- ・ 来月はリクエストがあったのでパンケーキもう一度作れるのでありがたいです。
- ・ ピザは家族みんな好きなので具を変えてたくさん作りたいと思いました。
- ・ パンケーキや鍋のパンも作ってみたいで今日は作ったものを、忘れる前にまた2〜3日後に作れるというのがうれしいです。

4 文化活動

4-1 京都 歌うたう猫

被災地には音楽活動を通じた支援がたくさんありました。京都・向日市を中心に活動する

「歌うたう猫」は復興支援をきっかけに結成されたグループです。益金を被災地に届けています。地元でのコンサート開催、CD販売で得たママハウスにもお立ち寄りいただきました。

はるばる関西から2泊かけ大勢の団員での釜石コンサートの実現は、虹の会の会員が発した被災地に応えたものであり、改めて被災地は多くの皆さんに支えられ、励まされていることを実感。



花巻でのコンサートは11名、釜石では17名の団員が支援金やCDデッキ、絵本、お便りなど持参して復興支援コンサートを開催しました。

釜石シーブラザでのコンサートは「かまいしキッズ&ママ」、ミュージックグループギターの弾き語りで市民は楽しみました。

大槌町「キッズコーラスあぐどまめ」の皆さんと共演しました。

子どもたちの澄んだ美しい声は聴衆を魅了した。



4-2 ミュージックグループ「虹」結成

コンサート開催をきっかけに結成。中心メンバーは元ママハウスの家庭相談員の佐々木美佐子さんを中心にしたメンバーで、今、毎月、1回以上、「虹の家」でミニコンサートを開催し乳幼児のリズム教育に貢献もしている。ママハウスをベースにママたちの自主活動が膨らんでいる。

大槌町「キッズコーラスあぐどまめ」の皆さんと共演しました。子どもたちの澄んだ美しい声は聴衆を魅了した。

5. 子ども広場の開設・運営

この夏季休業期間（学校の夏休み期間）に、「子ども広場」として午前は学び、午後は遊びの場として開設した。

これは、ママとの数回のワークショップの中で、狭い仮設住居であることから、「以前の暮らしで有れば学習机も有り、落ち着いた環境で学ばせてあげることができたが、今は、学童が複数いると勉強のための机も争いになり、落ち着いた環境で学習もさせてあげられない」、「学力の面での不安が有る」とのママの言葉から開設したものである。

また、平田の仮設団地の子供たちは、4つ学区に分かれていることから、子ども同士の交流も弱く、親同士のつながりも希薄という傾向が有り、子どもを通して親も繋がればとの思いもあった。平田の仮設団地には、「みんなの家」や「談話室」、「サポートセンター」はあるものの、これらは多分に大人の利用に供されており、子どもが自由に出入りし子ども同士で遊べる“子供の居場所”自体が無いという状況でもあった。

仮設住居で暮らす不自由さ、子どもの学習不安を感じているママの言葉から、ママにも子供にも多分にストレスが加わっているのではないかと危惧もあり、夏季休業期間中、子どもの居場所の開設を検討し、ママの子育てを地域で支える意義も含め、平日や夏休み・冬休みなどの長期の学校の休業時の子どもたちの居場所を平田団地自治会と共に開設・運営した。

5-1 子育てに関するアンケート調査

子ども広場は前年の11月—12月にかけて行われたコミュニティ環境点検シートの全戸調査の問いに、ママハウスから子育てに関する問い4問を加えて頂いた。その結果、子ども

の学習不安などが伺えたところから、「子ども広場」を開設した。以下は、東大が実施の子育てに関する4問のアンケート結果である。

調査対象：平田第5・第6仮設団地

調査項目：

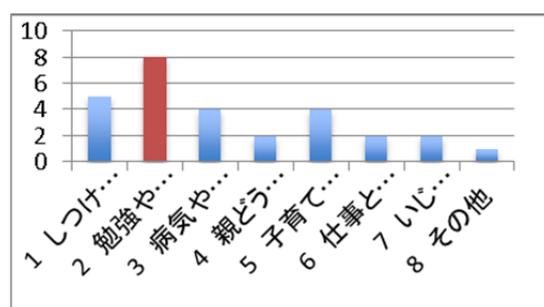
コミュニティ環境点検シート（質問項目）

調査主体：東京大学仮設まちづくり支援チーム

- ・ 近くに勉強を見てくれるところがない。
- ・ 通学・送迎も負担。
- ・ 11人中8人が「勉強や学力」の不安を感じており、不安の項目の中では一番多い。「経済的な不安」を抱えている人もいる。

1. どのような不安ですか？

- ・ ほとんどの人が不安を持っている。
- ・ 一番の不安としては、「勉強や学力」が強い。しかし、子どもの世話や経済的な不安も一定程度抱えている。
- ・ しつけや病気などの「子どもの世話」に対する不安や、子育てにかかる費用という殆どの人が不安を持っている。
- ・ 一番の不安としては、「勉強や学力」が強い。しかし、子どもの世話や経済的な不安も一定程度抱えている。



このアンケートの結果をまとめたパワーポイントを基に、2013年3月17日 10:00—12:00、サポートセンター・会議室をはじめ、その後、ママハウスで2回ほど団地内のママに声をかけて、ワークショップを持った。当日の

テーブルを囲んで座ったままで、意見をお出し
頂いたポストイットを類似をまとめて、意見・
問題点を整理した。

5-2 ワークショップの意見

① 子どもの学習環境について

- ・ 設は狭く、小学生2人と幼稚園児が居るが、
小さな机が1個しか置けない。とても学べ
る環境とは言えない。
- ・ 習できる場が欲しい。場が有れば、自主学
習も良い。
- ・ 静かに勉強できる場が欲しい。
- ・ 大槌では、談話室で8時—10時の間、勉強
部屋として活用されている。
- ・ 学習の場として、商店街の空きがないか。
- ・ 学力の面から教育の不安が有る。
- ・ 公文などあるが、学費が高い。(月額 8000
円—1万円?)

② 子供の宿題について

- ・ 宿題はしっかりさせたい。
- ・ 小佐野に寺子屋が有る。定員は 20 名と聞
く。
- ・ 長期休みの宿題が心配。(きちんとできれ
ば?)。
- ・ 大学生が勉強の相談相手を!
- ・ 春休み・夏休み、宿題を見ってくれる人が居
れば良いな。

③ 子どもの生活について

- ・ かって、子供は気を抜ける場があったが、
今の子には有るだろうか?…
- ・ 子どもの自発性を大事にしたうえで、目標
を持たせることが必要ではないか。
- ・ 子供の生活圏は、学校・ 平田の団地
平田ニュータウン3か所で動いている。

④ 子供の通学環境について

- ・ 学にはスクールバスが有るが、自宅と学校
の間が4キロ以上無いとバスが出ない。

- ・ 平田は陸の孤島になっていて、夕方など辺
りが暗くなると、単独下校は不安
- ・ 釜石は「交通安全母の会」が有り、見守り
隊が出ているが、仮設住居は見守りから外
れている。
- ・ バスが欲しいと市に相談したところ、住居
の移転を進められた。
- ・ 子ども世帯はその後転出が続き、今、低学
年で団地に住む子供は知ってるところで
は、4人(新1年生、1人、1年・2年各1
人、4年1人で低学年は全部で4人程度。
前はもっと居たが…。
- ・ 保護者が通学に関して、マイカーで送迎し
ているのが実情。一時、皆で相乗りをして
いたこともあったが、登下校がばらついて
きて、時間が合わなくなり今は相乗りは行
われていない。
- ・ 通学の送迎には親の負担が有る(大き
い?)。
- ・ 24年10月現在は 7歳以下が43人いた
が…。43人には乳幼児含む。
- ・ 団地内の安全性(交通面)について
- ・ 第5と第6仮設の間の通路は、頻繁にトラ
ックが行き交うので、第5に行かせられな
い。

⑤ 子どもの遊びについて

- ・ 幼稚園の子は1時半に帰宅、もっぱら家
の中で遊ぶ、またTVを見る。その前に、マ
マハウスで延3回、のママに結果をお伝え
しながら、子どもの居場所尾が無い状態
でること。手狭な住居環境内で子供の学習場
所の確保が十分でなく我が子の学習の遅
れが気になることなどの意見交換は行っ
ていた。

学習環境・通学の課題

- ・ 自宅（仮設住宅）以外で学習できる場所の必要性
- ・ 親としては通学や送迎に少し負担を感じている様子

その結果をまとめたパワーポイントを基に、2013年3月17日 10:00—12:00、サポートセンター・会議室にて、団地内のママに声をかけて、ワークショップを開催した。

- ・ 「経済的な不安」を抱えている人もいる。
- ・ ほとんどの人が不安を持っている。
- ・ 一番の不安としては、「勉強や学力」が強い。しかし、子どもの世話や経済的な不安も一定程度抱えている。

課題（分かったこと）

- ・ 子どもが静かに学習の出来る場・環境をどうするか？
- ・ 通学の交通については保護者の負担が重い。どう解決できるか？⇒個人の努力か、支援か？
- ・ 子供たちの送迎やスクールバス、下校の交通安全については、難しいテーマ。
- ・ 既存の町内会や学校、教育委員会などとの連携や交渉が伴って来る。
- ・ 団地の住民で時間のある人を自主的に雇って、子どもの送迎をしてもらうという手段はあるが、各家庭がいくらまでそうした取組みにお金を払って良いかなど、把握しなければならない。
- ・ 団地内のつながりが弱い。

平田の仮設団地内のママとワークショップでは、子どもの学習の不安が多く聞かれた。そこで、8月6日からお盆を除く8日間、団地内

で、子どもの居場所として「子ども広場」を夏季休業期間中開設・運営した。

子ども広場の開催に向けて、母と子の虹の架け橋を含めて5団体（サポートセンター、全心連、国境なき子供たち、日本リザルツ、）と5回ほど連絡会を持って開催の運びとなった。この間のママとの数回のワークショップの中で、狭い仮設住居であることから、「以前の暮らしで有れば学習机も有り、落ち着いた環境で学ばせてあげることができたが、今は、学童が複数いると勉強のための机も争いになり、落ち着いた環境で学習もさせてあげられない」、「学力の面での不安が有る」とのママの言葉から開設。

5-3 子ども広場の目的

子どもの居場所で社会性を育む

現在、学童保育が各小学校に開設され、指導員の下、異年齢集団での遊びの場であると同時に、基本的な生活習慣や社会性も育まれている。しかし、働くママの子で、かつ、低学年に限定されている。仮設住居は非常に狭い空間であり自宅での遊びは困難なため、仮設団地内を彷徨している学童が少なくない。こうした、仮設団地内で居場所が見い出せない学童に対し、自治会と協力して子どもの居場所を提供する。

1) 広場では、大人の見守りの中での自主活動・自主遊びを展開できるよう、電子ゲームではなく、複数で遊べるオセロ・将棋などの遊具・漫画雑誌等を置き、群れて遊ぶ楽しさ、傍に友が居てのんびりでき、宿題もできる空間とする。

2) 運営ルールは、子どもが自主的に決めることを第一とし、周りの大人は危険防止などの緊急時を除いて、間接的に関与する方式をとる。

5-4 夏期子ども広場

お盆を抜いた8日間開設、59名の学童の参加。平田の仮設団地には、“子供の居場所”自体が無く、学童のママの交流もほとんどなく、子供らもバラバラ。子ども広場終了で涙ぐむ子、ぶすつとする子も。学童のケアは見過ごしてきたことを実感する。なお、8日間の開催は、主としてNPOカリタス釜石・社会福祉協議会にはボランティアの派遣を頂いた。

(日誌から抜粋)

1) 子ども広場での様子 (一部抜粋)

8月6日

子ども広場のルールを子どもたちが決めた。そのためか、子ども同士及びボランティアとの間でもトラブルなし。

・言葉をきつくしない。・お友達に有ったら挨拶をする。・騒がない。・しっかり遊んでしっかり勉強。・喧嘩をしない。・物を大事にする。・ボール遊びは外です。

8月10日

イギリスからのボランティアさん一家との英語コミュニケーションを楽しむ。英語の勉強とそれぞ



れの宿題、お互いが勉強しあい、楽しんでいた。とても暑い日なので30分ごとに休憩、涼をとる

休憩時間10分間、バケツに水を入れ手洗いと水分補給



気温が高く暑い為、室内でカリタスさん提供のおもちゃ(リング、ねずみとり、かるた、ジェンガ)で楽しく遊ぶ。

8月19日

宿題の終わった子はボランティアさんの付き添いで外遊び。

いわて未来づくり機構「いわて三陸 復興のかけ橋プロジェクト」より届いた知育おもちゃ(図形ブロック他)で

5-3

ボランティアから見た子ども広場の子供たち

① 外国人や高校生との交流体験

午前中、夏休みの宿題 午後、遊び時間というスケジュールで子どもたちの見守りをさせていただいた。ボランティアの中にイギリスの方がいらして、英語



の勉強をしたり、他県からの高校生ボランティアとの交流もあり、子どもたちにも良い刺激があったように思う。

② 学習能率には場の環境も影響

特に印象に残ったことは、午前中2時間、子どもたちに勉強させるのがとても難しかった。途中で休



憩時間をこまめに取ったが、ロの字型での学習では気が散るようで集中力が続かず、すぐ別のことをし出してしまう子どももいた。

バス待合室では子どもたちの集中度は高かった。ただ、夏季の暑いさなかの冷房のない環境での勉強は、やはり子どもたちには酷であったようだ。

③ 子どもの遊び

午後は遊び時間。子どもたちは日頃



のストレスを発散するかのように暑さにもめげず、外で鬼ごっこや缶けりでボランティアと遊んだ。子どもたちだけで遊ぶより大人が入ることで、子どもたちも安心して思いっきり遊べるようだ。ただ、猛暑のため大半は室内遊びとなった。

通信系の電子機器のゲームは基本禁止とし、支援で頂いたゲーム盤や頭を使ったり瞬発力を養うゲームで、子どもと遊べる時間を作った。

④ 子どもの感想・意見（アンケート含む）

- ・ もっと早くやって欲しかった！
- ・ すいか割したい。外遊びもしたい。雨の日遊べる場所が出て良かった！
- ・ すいか割すると聞き、子どもがすいか割を楽しみにして、自ら棒を持ってきてくれた。
- ・ 初めて友達になる子がいた。
- ・ 楽しかったこと
鬼ごっこしたこと。外遊び。すいか割したこと。ドラえもん。初めての将棋。ロイヤル。缶けり。
- ・ つまらなかったこと
- ・ 特になし。ない。
- ・ 悪口を言われたことが嫌だった。
- ・ 子ども広場ではどんなことがしたいですか？
- ・ 将棋。ボール遊び。ゲームしたい。



子どもひろば担当の声

- ・ 16日間で約200名の子供が参加した。
- ・ 高校生ボランティアがAMの学習を補助してくれたので、非常に良かった。
- ・ 午後からは遊びの時間。
- ・ クーラーが無いことから、かなりの猛暑を避けるため談話室に移動したりで、場所が

- ・ 子ども広場は夏休み以外でも有ったら良いですか？

はい（全員が“はい”と回答）

- ・ 外国人の活動できること、支援できること、特技などを発揮できるようにしてほしい。



⑤ 常駐見守り員から見た子ども広場の子供たち

- ・ 宿題を補う場としてはすごく良かったと思います。
- ・ 家でもやってきたから今日はもうやらないうちの子供たちは良く頑張った。
- ・ 「初めって会った」、「初めて話をした」という子どもたちが少しでも仲良くなれたことも良かった。
- ・ 子ども広場の会場（バス待合室）はクーラー
- ・ ・本当は、みずかみ跡に、いつでもだれでも入れるような環境がそろうことが理想だと考えている。
- ・ しかし色々な関係各所との兼ね合いもあり、なかなか難しいのが現状。
- ・ ・子どもたちに対する年配の方々の冷ややかな対応は、相変わらず問題と感じている。
- ・ ・団地内にたくさん散らばっている鹿のフンの問題が気になるが、担当者があるわけでもなく、対応が何もなされない。子どもへの影響がないとは言えないので、対策を考えたい。
- ・ 固定しなかった。そのため、貼り紙しても場所が分からなかったとの声が子どもから出た。
- ・ 学年は高校1、2年生が中心。進路の決まった3年生の参加も少々あった。
- ・ ・春休みに向けて、居場所づくりどうするか？というのも目下の課題。復興住宅への

転居も少しずつ進んでおり、親交のあった住民が分散してしまう可能性が高い。などの声も聞かれました。

5-5 冬期「子ども広場」

- ・ クリスマス、ウクレレ、吹き矢等、子どもにも、また係る大人にも楽しいイベントがあり、遊具も豊富で、盛り沢山の内容。子どもも前回に比べ、とても喜んでいました。
- ・ 場所が固定されたおかげで、子どもも安心して通っていたように思う。それに関連してか、前回より、集中して勉強に取り組んでいた。
- ・ 冬期の子ども広場から
- ・ 仮設以外からの子どもも多く来訪し、新たなコミュニケーション作りが必要となったが、皆遊びを通して仲良くなっていった。
- ・ 遊びも、子どもが考え出したルールや新しい遊びがあり、発想力、想像力が豊かになっていくのが良く分かった。
- ・ 期間中、3DSなどの電子ゲームを持ってきて遊ぶ子どもが一人もいなかったのは、とても良かった。それだけ内容が充実していたのだと思うし、子どもが本当に欲している遊びは、機械よりも生身の人間同士で遊ぶ事なのだと思改めて思った。
- ・ 吹き矢にしても卓球にしても、皆上手になっていき、「見てみて」と上達を見守っていて欲しいようだ。子どもの「自信」はこういった見守りの中から生まれてくるのだと思う。
- ・ 室内遊び中、大人同士で震災当時の話をしていたときに、子供が間に入ってきて自分



から自発的にその時の様子を語っていた。安心して話せる場になってきている感じがした。

- ・ 3年生と1年生の娘のいざこざが絶えない。それぞれに愛情不足なのか、不満を抱えているようであった。
- ・ 大槌町から来た高校生の存在は、子どもにとっては地元のお姉さんの存在であり、また、当方の学生ボランティアにとっては、良い交流が出来、また良い刺激になったようである。

12月21日

- ・ ママハウススタッフ 3名、ボランティアさん 8名

●参加者 1名

- AM 今日の子どもの参加者が1名に対してボランティアが8名でした。午前中は学校の宿題のドリルをしました。特に、勉強にまずいたりする様子もなく、スラスラと問題を解き、ドリル1冊、見事に終わりました。
- PM 遊びの時間では、子どもは体を動かした遊びをしたいと言い、室内での竹とんぼ遊び、おにごっこ遊び、ボランティア4名としました。その他のボランティアさんはクリスマスに向けての飾り作りなどをしていました。

今日は、子どもの参加者が少なかったものの、初日ということもありボランティアさんに多数のご参加をいただきました。「はじまりの会」や「おわりの会」、初日予定していた「子ども達によるルール作り」が初日はきちんとすることが出来ませんでした。

当たり前のことかもしれませんが、挨拶であったり、そういうこともこの場できちんと大人たちがしていくべきと思いました。別紙にてカリタスさんより、本日も活躍しての反省点、改善点などが挙げられていましたので、そちらもご

参考にして次回の活動につなげて欲しいと思います。

※参加の子どもより活動中「喉が渴いた」と言われ、夏と同様、水分補給が必要。→カリタス釜石さまより水を12月24日より、提供（コップは準備必要）

※24日AMのときにでも、本日出来なかった「子ども達によるルール作り」をお願いします。

※室内で鬼ごっこなどをする際、電気配線などにつまづかないよう対処したほうがよいかも・・・という意見がありました。

・灯油・・・外で給油、閉せん確認、帰りは中へしまう

水はカリタスさん

- ・コード等、足元、安全確保
- ・ビニールテープ等で地面に貼って室内遊び

☆12月24日 山野目久子・糠森圭子

AM ボランティアさん カリタス釜石5名
長島明子・宮入雛子・上河賢太郎・長谷川太耀・横山舜

●参加者 11人

10:00-10:30

子ども達のルール作り、

☆文房具を充実させたほうが良いと思う。

10:20-11:00 勉強

(鉛筆削り、鉛筆、消しゴム等)

11:00-11:10 トイレ休憩

11:10- 外遊び&室内ゲーム

PM ボランティアさん カリタス釜石5名
長島明子・宮入雛子・上河賢太郎・長谷川太耀・横山舜

●参加者 8人

- ・ジュースに名前をかかせる。

13:00-13:30 遊び

13:30-14:30 ウクレレコンサート

14:30-14:45 自由

14:45-15:00 帰りの会

12月25日 太田フジ江・糠森圭子

AM ボランティアさん 横山舜・木田隆成・長島明子・宮入雛子・外村宰香

ウクレレコンサート

OMF 岩手支援プロジェクトいっばいっばの代表高橋和義牧師さんが、10台のウクレレをお持ちいただいて、演奏に続いて、子供たちに手ほどきして下さい

た。僅かな手ほどきで簡単な曲が引けるのに驚嘆する！ 子どもの吸収力はすごい！



楽器は脳神経細胞を活性化させるだけでなく、一緒に演奏での仲間への思いやりが自然と育まれたり、楽器を弾けたことが自信となり、子どもたちに欠けていると言われるの自己肯定感も上がっていくものと、傍で子供の様子を見て居て実感した。

●参加者 9人

10:00-10:10 朝の会

10:10-11:00 勉強

11:00-11:10 休憩

11:10-12:00 遊び、勉強

PM ボランティア 外村宰香・宮入雛子

●参加者 1人

13:00-14:45 ゲーム・おりがみ・鬼ごっこ

14:45-15:00 帰りの会

・卓球台が合ったらいいと思いました。

・皿回しの棒を持ちながら走らないほうがいいと思いました。

公園のシカの糞を掃除した

ほうが良いという意見がありました。

☆12月26日 2人

AM ボランティアさん 宮入雛子・渡部洋史・外村宰香・鈴木英利華

●参加者 9人

10:00- 朝の会

10:10- 勉強

11:00- 休憩・遊び・おにごっこ・風船ゲーム

ボランティアで3名しかのフン等のそうじをしていただきました。

PM ボランティアさん 宮入雛子・渡部洋史・外村宰香・鈴木英利華

●参加者 5人

13:00- 遊び・けん玉・オセロ・外遊び・おにごっこ

14:45-15:00 おわりの会

12月27日 三浦綾 糠森圭子

AM ボランティアさん 外村宰香・宮入雛子・上河賢太郎・長島明子

●参加者 5人

10:00-10:07 朝の会

10:07- 勉強

11:00- 休憩・遊び・勉強

※ボランティアの方の3名シカの糞等の掃除をして頂きました。

0兄弟、おじいちゃんおむかえで11:00に帰りました。

PM ボランティア 外村宰香・宮入雛子・上河賢太郎・長島明子

●参加者 2名

13:00- 遊び 風船遊び、外遊び、竹とんぼ、

14:50- おわりの会

☆1月6日 山野目久子

AM ボランティア なし

●参加者 6人

10:00-10:10

朝の会 (今年の自分の頑張ること)

10:10-11:00 勉強

11:00-遊び (室内)

風船ゲーム・オセロ・将棋・けん玉

勉強時間はしっかり勉強しました。遊びと勉強とメリハリがついて過ごせました。

鉛筆を忘れてくる子があるので、鉛筆、消しゴムの準備が必要かも。水分。

PM 櫻井京子 ボランティアなし

●参加者 2人

13:00- カードゲーム・外で雪遊び・外で風船バレー・

15:00 終わりの会

※途中Rちゃんママのお迎えがあり、14:30頃帰りました。

人数が少ない中で工夫して遊んでいました。途中、けんかもあり外部の子をまきこんでの外遊びとなりました。ボランティアが不在の為、こどもからは不満の声がありました。

1月7日 櫻井京子

AM ボランティアさん なし

●参加者 6人

10:00- 朝の会

10:05-11:00 勉強

11:00-12:00 遊び (室内)

※オセロ、ケン玉、こままわし

※帰りにクリスマスのおかしの残りを渡しました。(自宅で食べるようにいいました)

宿題は終わっている子が数名いたので、読書などを進めました。遊びの時間は子供同士で遊べていました。低学年の子に勉強のサポートが必要だと思いました。

PM 保坂広子

ボランティアさん なし

●参加者 2人

13:00- 午後の会

13:00-13:45 風船バレーボール 風船テニス

13:45-14:00 休憩

14:00-14:40 風船サッカー

14:40-15:00 ぬり絵

15:00-おわりの会

(今日楽しかったこと、明日したいこと)

☆Sちゃん(以下Sちゃん)は活動的で前半はおもいきり体を思いっきり動かし風船で遊びました。その間、Rちゃんは羨ましそうにしていたものの。声をかけてもなかなか参加できず、一人でカードゲームいかったです。何度かけんかがあり、後半Rちゃんが怒って部屋を飛び出し、砂利を怒りにまかせて投げ出したりして、少し話をしました。Sちゃんとも少し話をしました。体を動かし、大きい声をだすしーちゃんはまだストレスを発散できているようですが、内に秘めてブワツといかりをだすRちゃんが少し心配です。最後まで怒って退出していました。

《気がついたこと》

・床のコンクリートがほこりっぽく手のひらもすぐ黒くなり、最後フジ江さんが掃除をしてくれました。

☆1月8日 保坂広子

AM ボランティアさん カリタス2名 長島明子・平岡良規

●参加者 1人

10:00-10:20 朝の会もそこそこに風船遊び
来客などもあり朝の会が数回とまり、新しく元気なボランティアさんの存在もあったので、風船遊びで元気にあそんだ。しかし、メリハリがないスタートになってしまったかな・・・

10:20-10:40 自己紹介・・・流れでもSちゃんの震災体験・・・辛い思い出だったろうに教えてくれてありがとう。

10:40-11:00 読書 大人3人の真ん中でSちゃんが音読(おばけの本(笑))

11:00-11:45 風船遊び、だるまさんが転んだ

11:45-12:00 のんびりストレッチ ♪

PM ボランティアさん 岩館恵美子・吉田美樹
(いわて子ども遊び隊)・平岡良規

●参加者 2人

13:00- 午後のはじまりの会 いわて子ども遊び隊の二人の自己紹介、ボランティア、他スタッフ、子ども達の自己紹介

13:10-14:00 牛乳パックにおえかき

14:00-14:10 おしゃべりしながら休憩、おみず、おかし

14:10-14:45 思い思いに遊ぶ、将棋たおり、コマまわし

☆1月9日 久保麻奈美

AM ボランティアさん カリタス長島明子

休憩、遊び、卓球、けん玉、しょうぎ、など

- ・勉強が終った子は静かに読書をしたりしていました。Sくんは集中力がたりず、1問やるごとに「あー疲れた」と。
- ・社協から卓球台が届けられ、勉強後はみんな卓球で遊びました。かづ代さんもいらして子ども達の楽しそうにプレーしていました。

PM 太田フジ江

ボランティアの氏名 カリタス 長島明子

●参加者 3人

13:00-卓球

14:00-14:30 Rさんだけが参加しないでしていました。何時ものこと、ケンカありです。

14:30-卓球 第5仮設の阿部会長さんが入り卓球台の子ども達も大変喜んでいました。良かった!

☆1月10日 久保麻奈美

・今日は、Yのサッカー仲間のSくんが参加。
(甲子小)

宿題が終った子も多く、読書をしていました。

PM:遊び、ぬりえ、卓球

女の子3人だったので、纏めるのが大変だった。Sちゃん、Rちゃんのけんかが絶えず、対応が難しいなと思いました。

☆1月11日

- ・卓球もしたりしました。午前中学習の時間は子ども数の少ないのが幸いして、きめ細かい処がわかりました。

PM：ぬりえ、卓球、風船、Hちゃん、Aくんは将棋を2人で仲良くしてました。Mちゃんオセロやお絵かき。Sちゃんは卓球、ぬりえ、風船など

☆1月14日

Rちゃんと勉強したり、Sちゃんとは、おりがみをしてました。男の子は勉強していました。



PM：スポーツ吹き矢（千田先生）

ルール説明

皆から一言

- ・「楽しかった」「的にあてるのが難しかった
- ・「またやりたい」「背筋が良くなった」
- ・皆はじめての経験なのにとっても上手で、どんどん上達していきました。人数が多かったので、待ち時間は少し暇そうでした。女の子（Rちゃん・Lちゃん）は、折り紙をして遊んでいました。
- ・吹き矢はオリンピック種目になるとか？ 今から練習すれば釜石から選手が出るかも！

・結果発表

キッズ部門 1位 Rくん 2位 Yくん、Mちゃん

大人部門 1位 保坂

結果に関わらず、皆楽しんでました！

☆1月15日

午前中は冬休みの宿題をしたり、自由研究をしたり、皆それぞれ自主学習をしていました。男子は卓球をして女の子はオセロや将棋をしていました。

PM：グルグルしたり、卓球ができてとても楽しい時間を持つことができました。ありがとうございました。

☆1月16日

- ・宿題が終っていない子は先に宿題をやっていました。もう終っている子は静かに折り紙をしていました。
- ・11：00からは卓球や風船をやりました。みんな卓球が上手になっていき、「すごいなあ」「嬉しいなあ」と感じました。
- ・皆、明日からの学校に備えて宿題をやっていました。折り紙や風船に熱中している子もいました。卓球が、皆上手くて驚きました。負けました。

PM：Sちゃんと将棋をやりました。ドラえもん将棋、使いやすくて良いなと思った。卓球も元気にやっていました。

☆1月17日 関谷萌

AM 始業式だったので、子ども達は誰も来ませんでした。

PM：将棋、鬼ごっこ、家族ごっこ、お店屋さんごっこ

- ・今日は2人だけだったけど、すごく楽しかったです。そして、2人とも将棋が上手で私は負けてしまいました。
- ・2人とも仲良く遊んで安心でした。御店屋さんごっこは時間がなくて余り出来ませんでしたが、とても楽しく遊ぶことができました。

☆1月18日

PM：神楽の公演・・・無形文化財の大迫の神楽を見ました。静かに大人しく見ていました。途中、飽きている様子もありましたが、一つ一つの神楽に手拍子をしていました。

① ボランティアの声

カリタスの協力日数・・・10日間

(12/24, 25, 26, 27, 1/8, 9, 11, 14, 15, 16日)

カリタス活動人数 30人

活動内容としては、子どもの学習及び遊びのファシリテーター、見守り、仮設広場内の清掃を行った。〈ハード・システム面〉

前回の課題点（場所の問題、団地内見守りの設置）の対策がされており、活動しやすかった。また、アンケート収集に同席させていただき、住民の方のニーズが拾え、鹿の糞が一晩でどっさり出るので、外で子供を遊ばせられないとのママの声を聞き、活動（広場の鹿の糞の撤去作業・清掃）に繋がった。

5-6 「子ども広場」保護者アンケート調査

子供の居場所に係るアンケート調査を、釜石市・平田第6仮設団地の子どもの居る世帯で、原則子ども広場参加のご家庭を中心に世帯を抽出して、その保護者の意見・要望を把握すること、並びに、同仮設団地における「子どもの居場所」に係る現状と問題点を把握し、今後の子ども広場の運営に資すること、および、子供の学びと遊びの環境整備をはかるための基礎資料を得ることを目的に実施した。

（実施主体） 実施主体は、特定非営利活動法人「母と子の虹の架け橋」のほか、釜石連絡会議参加団体（カリタス釜石・COMINICO）とママサポーター・ママハウススタッフで訪問による聴き取りを行った。

（調査対象団地） 釜石市・平田第6仮設団地

1) 調査結果

1. 回答者

①お母さん12名、②お父さん1名、③おばあちゃん2名、

2. 回答世帯の子供の年齢構成

高校生—1名、中学生—3名、小学生—10名、幼児—6名（17歳1名 小学生以上で年齢不詳1名、12歳3名、11歳3名、10歳1名、9歳3

名、7歳5名、6歳1名、5歳4名、4歳1名、2歳1名、1歳未満1名 計20名）

3. 子ども広場の参加状況

①参加した4名、②参加していない3名、③知らない3名、④未回答4名

✳ ✳ ✳ ✳ ✳ ✳ ✳ ✳ ✳

1. 子ども広場の開催時間帯（10:00-15:00について

①短い2名、②長い0名、③変更して欲しい1名・・10時—17時、母親が仕事を終えて帰ってくるまで。④このままで良い。8名

2. 子ども広場のプログラム（午前中は宿題の時間・午後は外遊び）

①午前・午後の分け方は良い9名、②子どもの自由に決めてよい。1名③その他（ ）

3. 子ども広場の開設場所（夏期は、サポートセンター・バス待合室・談話室）について

① 良い3名、②1か所に固定した方が良い4名

4. 傷害保険の加入の可否について

（夏期は、子ども実人員15人を想定し保険加入。保険料は18,750円）

①必要である8名、②無くてよい2名

5. 運営体制について

夏期は、日中の見守り員（大人）1名、学生等のボランティア2-5名程度の協力で実施したが・・・

① この運営体制で良い6名、②運営体制は変えたほうが良い3名⇒（見守り員は2名の交代制が必要だ。

6. 子ども広場は、冬休み・春休みなど学校が長期休業の時に再開が必要ですか？

① 必要だ12名⇒以下の問いにお答えください。② 要らない0名、

ア) 長期休業以外の平日の放課後の15:30-17:30の開設は必要でしょうか？

① 要る3名、②要らない5名

イ) 子ども広場へのボランティア参加について

① 参加したい(できれば)1名、② 興味が有る1名、

③ 参加は無理だ10名

7. 子育てに関する不安や悩みについて

- ・子ども広場を開催してもらって有り難い。
- ・長期休業期に、子ども広場は必要だ。
- ・長期休業期は、子どもにストレスがかからないように、冬期にも子ども広場は必要だ
- ・できれば下の子の預かりもできれば…。
- ・ママ同伴で下の子も参加させてほしい。
- ・幼稚園は、夏休みは別料金でお金がかかる。
- ・宿題をする場に未就学児を入れないほうが良いと思うが、遊ぶ場に入れても良いと思う。
- ・平田の仮設の傍の山に、アスレチックを創る、山にフリースペースを作って子どもの遊びの場を作る。
- ・高齢者など得意なことを生かして、華道・将棋・ランニング・お茶など子供たちに教えてくれたら良い。
- ・中学生でクラブ活動をやっている子は、3時に終わっては参加できない。終わりは少なくとも5時だ。出来れば親が帰って来るまでやってくれれば、親も安心して働ける。
- ・子ども広場では、朝、食事をしてきたか聞いたほうが良い。食べていなければお握りを上げるとか…。
- ・年齢や学年でも違うので、低学年は30分から40分くらいが良い。
- ・長期休業以外は、双葉小に通っているの、3時に学校が終わり4時半帰宅なので不要だ。

3) 場所について

- ・夏は時間や曜日で分散していて場所が分からなかった。
- ・子ども広場は場所を固定したほうが良い。
- ・子供専用の場が欲しい。
- ・子ども広場は専用の場所が欲しい。
- ・冬期は寒くては勉強ができないので暖房が取れるところに開設して。
- ・「みずかみ」のようなスーパーがなくなるのは不便だが、子どものための施設になれば便利。
- ・バス待合室は寒そうだし、お年寄りも利用するので・。
- ・健康のため、なるべく「食べる・動く」ようにし、バランスのよい生活をしている(1日5000歩ぐらい)。
- ・仮設住宅での暮らしも、最初は不自由だったが、今は有り難い。以前は仮設から出たかったが、今は出なくても良いと思っている。
- ・詐欺が横行している。
- ・注意しても怒られたと思うのが今の子どもか？
- ・大人が注意しても素直に聞くどころか怒る。

3) 学習について

- ・子ども広場の学習は子供の自由に任せるほか、ボランティアさんもちよっと見てあげて欲しい。
- ・学習の時間帯に学校で習っていない計算をしていた。
- ・午前中に勉強という今のプログラムでOKだ。宿題をやらせてほしい。
- ・何を勉強したらよいか分からない子が殆んどだった。もう少し親がアドバイスをしても良いと思う。

- ・中学生・高校生のために、夜の学習支援をしてほしい。
- 4) 傷害保険について
- ・傷害保険は怪我した場合に必要だ。
 - ・危険な遊びが無いのであれば保険は不要では。
 - ・万一を考えると保険は必要だ。
 - ・保護者負担が大きくなければ、払ったほうがよい。
 - ・親が払ったほうが良い。
 - ・保険は必要と思うが、預けてから親が払って良い。
- 5) 運営体制について
- ・見守り員は一人ではなく代替可能なように2名必要ではないか。子どもの対応・ボランティアの対応・その他対応もあるため。
 - ・見守り員は、やはり2名以上必要だと思う。子どもたちの年齢が異なる（バラつきがある）と、見るのが大変だから。
 - ・3名必要だ。動き回る子をしっかりサポートするために。
- 6) 親のストレスと子供のいじめ
- ・ストレスが多い。ストレスが強い。親のストレスの結果が子どもに向かっている。
 - ・子どもも親のストレスのはけ口になっていて、上の子にきつく当たる⇒下の子は学校で友達をいじめる⇒学校にいじめられる子が出ている。
 - ・罹災していない家庭でも仕事場が流されている。きつい！。
 - ・公務員もストレスが強くなっている。
- 7) その他子育てについて
- ・ゆとりが無かった。
 - ・悩み事、困り事はない。
 - ・土日関係なく変則的な仕事だが、実家と保育園が近く、子どもの発熱時にも対応してもらえる。
 - ・お友達との予定も入れず、常に待機している。
 - ・孫の通う保育所から呼び出しがきた場合も、すぐに駆けつけられるようにしている。
 - ・震災後1年はしょんぼりしていたが、今は頼られて自分の役割もあり、ちょうど良く感じる。
 - ・同居ではなく、たまに見る孫だから体力的にもちょうどよい。
 - ・高齢者など得意なことを生かして、華道・将棋ランニング・お茶など子供たちに教えてくれたら良い。

第2部 元気の出る家「虹の家」

1. 元気の出る家「虹の家」事業

虹の家は、東日本大震災の津波からの復旧・復興を目指して、釜石市との連携のもとに行われている取組であり、野田武則釜石市長の同意の下に実施している子供の一時預かり事業である。一昨年度は、待機児解消と就労促進の効果が発揮できた。1日の最大保育定数15名の預かりの子に対し、この4月保育所・幼稚園には

13名の子が入所・入園でき、待機児解消の一端が担えたと共に、虹の家に預けて、IT講習に通ったママ3名が就労に至った。

昨年度は新しい公共として、今年度は復興支援の（担い手の運営力強化）実践事業として、県の公開プロポーザルで助成をいただいた事業で、虹の家の運営に当たっては地域との連携

のもと行うため、釜石市子ども課・社会福祉協議会・仙壽院・NPO@リアス・NPO カリタスを構成団体としての運営会議を設けている。

1-1 予算

虹の家は県の補助金 5,966,000 円と民間の2団体の助成を受け899万円ほどの予算で運営している。

1-2 虹の家のコンセプト

生活の復興に歩みだすママらの就労支援として、求職活動や高等職業訓練校等でのビジネススキルを磨くことができる環境整備として、仕事が見つかったにかかわらず、保育所に入所できない

といった待機児解消を図ることを目的に、お子様の一時預かり保育事業を行っている。



釜石では、市は保育の整備を一生懸命で頑張っているが、保育所工事の契約不成立も有り厳しい環境の中、新たにこの4月には大型ショッピングセンターの開店及び翌年度は2つのホテル開設も見込まれ、求人の需要は高まっている。また、最近の情報では魚の缶詰工場が数十年ぶりに釜石で稼働されるという。子育ての働く世代には心強いことではあるが、容易に待機児が解消できない環境でも有る。

しかし、生活再建と子供の教育費を準備したい子育て世代のママの、働きたい要望、仕事が見つかったママへの対応として、市の受託を受けながら、第2虹の家の開設も予定しているところである。

1-3 保育の活動

1) 「虹の家」の託児の特徴

保育従事者1名に3名の子どもの保育体制で保育している。しかし、保育者は自分が直接担当の子供のみならず、全ての子供の動向をしっかり視野を広げて注意を払っている。

〇平成25年度年 齢別入園児童・申し込み理由 (4月1日～3月31日)		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	計
就労	人数	11	13	4	5	1	1	0	35
	延べ人数	884	504	217	20	3	2	0	1630
研修	人数	1	0	0	0	0	0	0	1
(ハローワーク)	延べ人数	18	0	0	0	0	0	0	18
研修	人数	3	1	1	0	0	0	0	5
(その他)	延べ人数	12	28	1	0	0	0	0	41
就活	人数	1	1	1	0	0	0	0	3
	延べ人数	2	3	16	0	0	0	0	21
家事都合	人数	5	5	3	0	1	0	0	14
	延べ人数	22	50	122	0	1	0	0	195
講座	人数	7	13	1	0	1	0	2	24
(ママハウス)	延べ人数	23	86	2	0	1	0	2	114
計	人数	28	33	10	5	3	1	2	82
	延べ人数	961	671	358	20	5	2	2	2019

目下の虹の家は、0歳から2歳までの子供の預かりが大半であるが、この年齢・月齢は、身体的行動力は大きく異なることから、お散歩でも室内でも注意深く見るよう心掛けている。

そして、スタッフ一同、虹の家の保育目標に向かって、同じ思いの目線



で子ども達を保育している。開所以来、保育者1人に対し子ども3人の保育体制を守る事で、子ども達が安全に健康で楽しく一日を過ごせる取り組む事が出来ると同時に、保護者の方々からの信頼を得る事が出来ていると考える。

*1日の生活スケジュールの流れの中で、どの時間帯に登園しても、すでに登園している虹っ子の中に自然に溶け込めるよう配慮している。

また、保護者の方には虹の家の保育のタイムテーブルを理解して頂き、子供達に負担の少ない時間の登園をお願いしている。

*子どもの送迎時、朝は看護師が保護者に対し家庭での過ごし方や朝の状態を伺い、帰りには保育士又は看護師が虹の家での過ごし方を伝え、常に保護者とのコミュニケーションを良好に保つよう努めている。

この毎日の継続が、保護者の方々とスタッフとの信頼関係の構築に繋がり、その良好な関係が“虹っ子の心の安定・安心感”を生み、“虹の家が好きな子ども達”にと好循環が生まれている。

*保育で重視しているのが、異年齢の子ども達が同じ空間で過ごす事の、良さと危険性を常に念頭に保育している。

0歳児と3歳児では明らかに0歳児の方が保護されなければなりません、ズ〜ット抱っこしたり、オンブしたりするのではなく、登園している虹っ子達の個性や遊びの内容によって、一人遊びをさせたり、あるいは2・3歳の子ども達には、自分より小さくて弱い立場の子には優しく接したり、大切にしなければならない事を、機会を捉え教えるようにしている。

また、同年齢での玩具の取り合いや喧嘩は、危険が無い限り見守る。一人っ子や豊富な物に囲まれている環境の中にいる子ども達には貴重な体験であり、譲り合いや順番を待つ事の大切さなどを教える良い機会と考えるからである。繰り返し教えても中々難しい事だが、虹っ子の吸収力は素晴らしい。諦めず根気よく機会を捉え教えている。

*虹の家にはおやつや給食のサービスはない。調理施設設備が整っていないことや食物アレルギーの問題を考慮し食の提供はしていない。給食は皆同じものを食べるが、虹っ子のお



弁当はそれぞれ違うが、子供達は他の子のお弁当を欲しがること無く「ママの作った弁当美味しいね!」「見て!見て!」と自分のお弁当を自慢し合う光景も見られる。他と違って良い、このような小さな経験の積み重ねが個性尊重・性格形成につながると考え大切にしている。

*おやつや食事・散歩の後やトイレの後の手洗い(うがいは難しい)の徹底や環境整備・汚物・吐物処理の徹底により感染性胃腸炎やインフルエンザの集団感染の発生予防に努めている。

また、体力作りと自然観察を兼ね毎日散歩を実施している。乳母車での移動より、自分の脚で歩きたいという虹っ子の気持ちを大切に、年齢に合わせた速度で散歩を楽しむ。その散歩コースは階段有・小山有と虹っ子にとっては少しハードですが、虹っ子は大好き。そのため「虹っ子」は、元気にたくましく成長。これらの相乗効果で感染症の集団発生はゼロである。

2) 基本的な生活スケジュール

①登園して直ぐに検温⇒②看護師が時間毎に健康状態チェックをする⇒③自由遊び又は音楽教室⇒④おやつ・水分補給⇒⑤トイレ・おむつ交換⇒⑥散歩(散歩は、雨降り以外毎日実行している。自然への触れ合いと観察を重視。体力作り。時に子育て支援センター)⇒⑦お弁当⇒⑧お昼寝⇒⑨おやつ⇒⑩自由遊び⇒⑪お帰りの流れで、子どもの生活リズムを大切にしながら、託児している。

3) 一時預かりで短期間での関わりの子ども達もいるが、保育者1に対し子どもが3人の預かり体制なので、保育者は個々の特徴や癖、興味関心、体調などを把握して子どもに寄り添った託児もできている。

4) 虹っこの成長

- ・ 毎日泣いていた子が、ママをハイタッチでお見送りできたこと。
- ・ 地域の方々からの温かい見守り。「一所懸命歩いて可愛いね。ガンバレ」「寒いのに偉い。強いな～」「こんにちわ！」とすれ違う地域の方々笑顔で声かけして下さいます。2歳児は元気に挨拶を返す時もあります。

5) 保護者とスタッフの関係

- ・ 地域で孤立しているママも、子どもを通して朝夕スタッフと言葉を交わすことにより、孤立が緩和している。
 - ・ 日々の送迎時の情報交換により信頼関係を築いている。
 - ・ 保育園や幼稚園が決まるまで安心して預けられる場所である。
 - ・ 保育園や幼稚園に入る前のステップとして、子どもの人数が少なく一人一人きめ細やかにみられる虹の家の役割は大きい。
 - ・ 急に大きな集団の中に溶け込むのは大変なストレスがあるものだが、異年齢の小さな集団での経験の果たす役割は大きく、集団に馴染みやすいとの入園した保育者からの声も戴いている。
- 6) 仙壽院・カリタス・青葉ビル子育て支援センター等地域の方々との日頃から密な関係を構築している。
- ・ 就労の継続による生活の安定と経済的基盤の確立に、また、ママらのエンパワメント（成長）と生きがいの創出につながることを目指している。

ピアノで遊ぼう

ピアノに合わせて“果物マラカス”・“タンバリン”



ピアノで手遊び

で音をだして楽しんだり、リズムに合わせて体を動かしたりの活動を、月1回ミュージックグループ「虹」のミニコンサートとは別に毎週実施していただいています。

虹っ子は美佐子先生がいらっしゃるのを楽しみにしています。美佐子先生は「訪れる度に子ども達の成長を感じます。子ども達はリズムに乗って体を動かしたり手拍子をしたり、楽器で音を出すことを喜んでいて、以前より何か変化しているように感じます。」とお話されました。虹っ子は自分の好きな音楽になると、自由に体を揺らしたり、ピアノを弾いたりします。虹っ子の耳には確実に生演奏の音が届いています。



1-4 アドバイザー研修

1) 太陽の子保育園に派遣研修

☆4・27 太陽の子保育園実地研修
スタッフの研修報告

保育園に出向き保育士さん・赤ちゃん・子ども達・給食の試食など直に研修出来た事は有意義でした。とても素晴らしい理念と環境の下、のびのび・ゆったりと個々の成長に合わせた保育していてとても感銘した。

ゼロ歳～5歳までの各クラスの食事風景は、成長過程が分かると同時に、子ども観が大きく変わりましたし、子ども達には能力が無尽蔵にあることを証明してくれていて、参観している私達を幸せな気持ちにさせてくれました。

しかし、個性豊かで積極的で笑顔の可愛い子ども達に溢れているのは、焦らずじっくりと個々の成長に合った保育の姿勢保育理念を理解し携わっているスタッフの方々の研修と努力の賜物だと思われる。

私達「虹の家」のスタッフは「太陽の子保育園」のような保育は出来ませんが、一時保育でも子どもの成長に合わせた個性を大切にしたい保育は可能だと思いますので、研修を参考にしながら子どもに接して行きたいと思っています。

2) 虹の家現地研修

花巻の太陽の子保育園長の瀬川トモ子氏をアドバイザーに委嘱し、毎月1回の虹の家での保育者研修を実施している。ハイハイ板の設置やピアノの活用など、保育内容の充実に取り組んでいる。

瀬川先生の研修は、太陽の子保育園のガイドブックを基に行われますが、多くの時間は保育をしながらの研修になる。

1日のタイムテーブルの流れの中で、虹っ子の行動や言動などで疑問に思う事は、その場で質問し回答して頂き、実践につなげる。

また、一緒に散歩しながらの何気ない会話の中にヒントが隠されていることもあれば、虹の家に戻ってから、振り返り指導をして頂くなど、実践に生かせるので貴重な研修になっており、この研修は保育内容の充実に繋がっている。

2. 虹の家運営会議

ママの就労支援と子育て支援の両面からの効果的支援を行える事を目的に会議を開催した。

1) 第1回 9月19日

初回は、虹の家の現在の状況（託児の利用状況等現状報告）と問題点についてのほか、子ども課からは、待機児数および子育て支援の整備状況についてや、避難所になっている仙壽院（散歩コース）さん及びその他団体の参加で開催。会議の中で、浸水域に有る虹の家の移転先として、適切な場が無いかの話題も出た。

2) 第2回平成12月4日（水）

14時～14時30分

参加団体：釜石市子ども課、NPO@リアス、NPOカリタス釜石他、虹の家（若菜多摩英・佐藤かつ代・佐々木久美子）計7名の出席

（近況報告）

虹の家：虹の家の預かり状況は昨年度より0歳児が10%以上多く、昨年度は3歳児が28%いたが本年度は2%でしかなく。ほとんどの預かりは0才～2歳で97%を占め、釜石市の待機児の状況と重なる。もっと受け入れたくとも人手不足である。特に有資格者が見つかりにくい。また、安全保育のため、浸水地域じゃない別の物件も探しているが、なかなか見つからない。
子ども課：11月末現在の待機児は40名と過去最高になっている。市では25名の定員増にし、昨年度より30名多く保育しているが、なお40名の待機児がいる。

低年齢の子どもの母親が働きたいとの希望が多く、従って0歳児の待機が多くなっている。
@リアス：被災地支援として全国から保育者をお願いするとか、保育士協会をお願いするとかできない？ キャリアカウンセラーの資格も有、就労支援や相談に乗り長く働ける職場の確保につなげたいが、釜石にだけジョブカフェが無いのが不思議。

カリタス：震災後NPOを立ち上げ、全国からのボランティアに無償の宿と食事の提供を続けている。

子ども課：

保育所の待機児解消に向けた取り組み

現在、40名もの待機児がおり、生活再建・生活復興の足が止められている状況である。

虹の家：そこで、市と協議し、次年度は新たに15名定員の小規模保育のための第二「虹の家」を開設する予定となっている。

3) 第3回3月4日

参加者 (敬称略)

参加団体・釜石市子ども課・仙壽院・NPO カリタス・NPO@リアス・母と子の虹の架け橋 (若菜多摩英・佐藤かづ代・佐々木久美子)

報告事項

- ・子育て応援《保育者養成講座》
- ・虹の家の保育実績及び保育の状況
- ・虹の家の預かり実績と子供たちの様子
- ・釜石の子育て状況ほか

① 虹の家の利用状況報告

被災地では、個人の震災復興としては生活再建が求められる。そのため、子育て世代には就労確保・継続には保育が欠かせないことから託児を実施している。

- ・保育実績：25年度4月から3月末 延2,019人前年同月比1.42倍(1418名)、但し昨年は5月開設で11か月分)
- ・事業効果：就労による託児は延1630名 前年同月比1.9倍(853名)で待機児解消効果も生じている。
- ・運営力強化：虹の家スタッフの職員研修として、①保育アドバイザーを4回、虹の家に派遣研修として実施。②保育者養成講座(延10日間)に2名のスタッフ参加、③宿泊研修(8月17日-18日)に1名参加、④NPO会計の研修(延3日)に会計担当が1名参加した。

3. 子育て応援保育者養成講座

1受講申込み者数：26名 全課程修了14名、(部分修了11名 受講取消し1名)

講座内容： 詳細は別添のとおり

* 平成26年2月10日(月)から2月28日(金) 座学講座8回と実習2日

実施日	時間	科目	内容	担当・講師等
2/10(月)	① 10時～10時10分(10)	開講式	日程連絡	子ども課 母と子の虹の架け橋
	② 10時15分～12時(105)	保育の内容① 保護者との関わり	地域の社会資源の活用 保育の記録・体制	太陽の子保育園 園長
	③		保育者と保護者との関わりと対応 など	
2/13(木)	④ 13時30分～15時(90)	子ども虐待	子ども虐待とは 発見と通報 など	子ども課
2/14(金)	⑤ 10時～12時(120)	心読解生法	緊急法 幼児安全法	赤十字社岩手県支部釜石地区
2/17(月)	※ 9時30分～	【託児「虹の家」ガイダンス】	虹の家での保育について	虹の家 スタッフ
	⑥ 10時30分～12時(90)	子どもの食事と栄養	離乳の進め方 幼児期の食事づくり 食物アレルギー ほか	健康推進課 栄養士
2/18(火)～2/21(金) 2日連続	⑦ 9時～15時(300) ×2日	保育園見学・実習	子どもにとって遊びとは、遊びを通しての成長。	各認可保育園等
2/24(月)	⑧ 10時～12時(120)	小児保健	乳幼児の健康観察 子どもに多い症状・対応 子どもに多い病気・対応 事故予防と対応	健康推進課 保健師
2/25(火)	⑨ 10時30分～12時(90)	保育の内容②	保育・1日の流れ	中妻子供の家 保育園 副園長
		保育の環境	保育に必要な環境 ほか	
2/27(木)	⑩ 10時30分～12時(90)	子どもの安全と病気	健康管理・病気の世話 事故・事故の予防 保育の緊急点 緊急時の連絡・対応・対策 ほか	認定こども園 こうとう保育園 看護師
2/28(金)	⑪ 13時～15時40分(160)	乳幼児の発達と心理	発達時期の区分と発達 ことばとコミュニケーション ほか	子ども課 発達支援室 臨床心理士
		気になる子どもへの対応	気になる行動 行動特徴 対応の考え方 ほか	
	⑫ 15時45分～16時(15)	修了式	修了証交付 アンケート記入 ほか	子ども課 母と子の虹の架け橋

毎回、参加者からは一口感想を頂いていますが、初回・トップバッターで講師登場の瀬川とも子氏(太陽の子保育園園長)が、「子どもの・・・をしたいを重視して、今日の保育の活動を決めています」との説明に対し、「園児の意向でスケジュール決定は、就学後の環境に適應できるのでしょうか？」の質問が受講生からあった。子どもの自発を育てることと集団適応・規律との関係が気になった質問と思われる。子育てで気になる点かと思しますので、此処に回答を掲載する。

(回答)

人は本来、生々しい感情をもっていますが、経験と学びによって感情をコントロールする術を身につけていくのですね。さて、赤ちゃん時代の生々しい欲求(生理的な欲求の他に)とは？

赤ちゃんは這いたいからハイハイ出来るようになるのではなく、手を伸ばした先の興味を

覚えた物や人に近付きたいという思いによってハイハイを獲得します。タッチやアンヨも興味・好奇心に誘われて、もっと遠くへ行きたいという思いによって、立位姿勢や歩行を獲得して自己の世界を拡げていくのです。〇〇したい！という生々しい思いを安心して出せる環境が発達を後押しします。

壁やドアで外界の視界を遮らないようなガラス戸にして、興味が外へ外へと向くような部屋。そして大人が先回りの世話をするのではなく、自発的な生々しい思いを見守り、困った時に丸ごと受け止め抱きしめてくれる大人が側に居る環境がある時、子どもは安心して、様々なことにチャレンジしていきます。年齢が上がるにつれ、チャレンジによって自分の力を試したくなるのです。自分が何者なのか、自分と向き合う時代に進みます。

チャレンジが成功すれば自信になり、失敗に終わっても、前の成功体験が“頑張れば出来る筈だ”と自分を励まし、そして仲間が成功するまで支えます。大人にやらされるチャレンジは訓練です。やってみたくてたまらないという自発的なチャレンジが大事です。

幼児期は感情のコントロール力を身につける前に、どれだけ生々しい自分を出しきれるかぐずりたい！ 泣きたい！ 暴れたい！ 騒ぎたい！ はしゃぎたい！ 笑いたい！ 汚れたい！ 仲間とツルみたい！ 褒められたい！ 認められたい！・・・禁止や命令や指示なんかじゃなく、自分がやりたい事をやりたい！

その“やりたい”思いに真剣に耳を傾けて、実現するにはどうしたら良いか、対等に向き合っていてくれる大人を子どもは信じるのです。子どもは本物を見抜く力を、心を持っているんですね。だからこそ子どものやりたい事（発想）を何よりも優先したいのです。

幼児の時代を思いっきり 生き切った子ども達は、次には知的好奇心をふくらませて 就学への憧れと期待を抱き、学齢期の時代をしっかりと進んでいきます。

地域の小学校の先生方の卒園生の評価は

- ・ 友達を遊びに誘って組織的に遊び、トラブルが生じた時の仲裁役を果たす。
- ・ 掃除が上手(特に雑巾がけ)で働くことを嫌わない。 等々です。

(マイナス評価もあると思いますが)

卒園生が通知表を見せに来てくれたり、遊びに来たりよく顔を出してくれますが「学校は楽しい」という声が多く、適応していると思います。26.2.20

保育者養成講座の受講生の感想

- ・ とても勉強になった。子どもの気持ちになることが出来て、自分の子育てにもとても影響がありそうです。
- ・ 受講してよかった。どの講座も勉強になり、もっと若いお母さん達に受けてもらいたいな~と思った。
- ・ 大学の講義内容とかぶることも多くあったが、実際に子どもと関わっている方々のお話を聞くことができ良かった。見学実習もあり、座学だけでなかったところも良かった。
- ・ 保育の流れ、環境、設備又子どもの成長段階の表現、行動に対する接し方等いろいろ勉強になった。
- ・ 保育実習等貴重な体験も出来、とても有意義だった。
- ・ 忘れかけていた子育ての記憶を孫育てで思い出し、受講して沢山の知識を得ることができた。保育者として活かしたいと思う。

- ・ まだまだこの講座を受けたいママさんがいるので、ぜひ又講座をやってほしい。時々は。
 - ・ 子どもの預かりをしている人を対象にした勉強会をやってほしい。
 - ・ 分かりやすく、とてもよい勉強でした。自分は歳をとってるほうだが無事修了してよかった。
 - ・ 初日の、太陽の子保育園瀬川とも子先生の『子どもの立場に起ちきる保育』についてのお話は、こういう方針で保育をすると、子どもの成長にこういう良い影響があるんだ！と沢山の気づきをいただいた。もっとももっとお話が聞きたいと思うほど大変勉強になった。
 - ・ 中妻子供の家保育園の八幡雅子副園長先生は、講座の合い間に絵本や手遊びを取り入れて、受講生の皆さんも笑顔で楽しそう。先生の温かい人柄が伝わってきた。保育園の説明とテキスト内容もとてもわかりやすく、重要なことがまとめられていてとても良いテキストだと思った。今後も読み返し役立てたい。
 - ・ 子どもの食事と栄養については、子育て中の人から「離乳食に何を食べさせたらいいのかわからない」「アレルギーがあってレパートリーに困る、ワンパターンになる」などの声を良く聞くので、市の「もぐもぐ教室」もあるんだよと教えてあげたいと思った。
 - ・ 子どもの安全と病気について、甲東保育園・菅原佐智子看護師の話から改めて安全と健康の重要性を感じた。保育者が知識を持ち、緊急時に適切な対応を行うとか子どもの安全と健康を守ることだと学ばせていただいた。
 - ・ 保育園見学・実習はたくさんの園児さんと触れ合わせて頂いた。どのクラスも先生方が園児さん一人ひとりに目と心が行き届いていてとても感心した。
 - ・ 虹の家では保育者の先生方が温かく迎えてくださり、家庭的な雰囲気の中で楽しんで実習体験できた。毎日お散歩されてるだけあって、1歳児さんもしっかりした足取りで坂を登ったりお散歩中のワンちゃんにも怖がることなくでなでしたり元気いっぱい虹っ子ちゃんたち。託児は初めての体験でしたので、大変勉強になった。
 - ・ 全ての科目まで書ききれない部分があるが、今回受講した科目は全てが勉強になり役立つことだと思う。講義で学んだこと、メモしたりテキストで復習しながら、身近な人や今後の仕事に生かして生きたい。
 - ・ 午前、午後と分かれての講座は体力的にもよかった。保育園での体験で保育者としての心の準備ができた。
 - ・ 講義で学んだこと、メモしたりテキストで復習しながら、身近な人や今後の仕事に生かして生きたい。
 - ・ とても充実した学びの機会 子育て応援《保育者》講座を受講させていただき感謝します。ありがとうございました。
- あったらいいな講座に対しての受講生の声**
- 多くのご意見を頂きました。ママハウスとしてもこれらを加えていくことを、市との共催で開催について検討いたしたく考えます。お待ちください。
- ・ ベビーシッターやベビーマッサージ
 - ・ 発達障がいについて
 - ・ 子どもといっしょに遊んで学べる講座
 - ・ 子どもの表情、しぐさなどこんな時はどうしたら良いかななどの講座

(父子手帳あったらいいかな)

- ・赤ちゃん体操、マッサージ
- ・子育て中の母親達の生の声を聴きたい、困っていることなど
- ・乳幼児検診の見学
- ・どういう絵本がどの年齢の子たちがよるこぶのか？
- ・母乳で育てるお母さんの講座

- ・幼児食講座
- ・応急手当講座

以上の感想を通じて、保育者養成講座の受講機会をという要望も伺えます。現場の保育園（虹の家含む）の協力が有ってこそ、座学だけでない現場実習も持てたこの講座の内容に魅せられた受講者が多い。

第3部 「ママハウス」の新たな取り組みと連携

1 NPO 団体との連携による子ども広場の運営

平田仮設団地自治会及び同仮設協議会並びに、NPO 法人カリタス釜石さんたち数団体の支援・協力を受け、「子ども広場」ども広場が運営出来た。

運営に当たり、地元のママによる常駐スタッフ、ママハウスのスタッフの他に、NPO 法人カリタス釜石さん、殊に長島明子氏が継続して子供との触れ合い活動をして下さった事の貢献は高い。以下は、長島氏に投稿を依頼して寄せられた文である。紹介する。

「今回の活動で強く感じたことは、子どもに視線を配るだけの活動（遊び場がないから与えてあげようなどという施しや救済活動）では子どもはついてこない。子どもの視点で目線で、子どもの立場に立って考え接していくと、子どもの和に入れるということ。和の外で見守っているのでは、子どもを見守り育てることはできない。輪に入って同じフィールドに立って見守ることで、地域の大事な子どもたちは大切に育てる事ができるのだと感じた。

所感で前述したように、子どもは人との関わりによって自信をつけたり、社会性やコミ

ュニケーション能力を育てていったり、発想力・想像力が湧いてくるのだ。

人は、「人と環境の相互作用によって変わっていく」と学んだが、本当にそれを痛感する。環境も重要だが、まずは周りの携わる人間が子どもの育成に大変関係してくるのだということ、これを肝に銘じ今後の活動で留意していきたいと思う。」(カリタス釜石・長島)

2 市との連携による“あなたも子育てエキスパート＜保育者養成講座＞”

この講座は、釜石市「子ども課」との共催による初事業である。平成 26 年 2 月 10 日(月)から 2 月 28 日(金) 座学講座 8 回と実習 3 日(虹の家含め)で開催したところ、受講申込みは 26 名 全課程修了 14 名、(部分修了 11 名 受講取消し 1 名)で、例年市単独開催では 10 名ぐらいとのことであったが、今回、「虹の家」及び「ゆいっこサポーター」での子育て支援につながる講座であると広報したこともあり、これだけの人数が集まったかと推測する。

市との共催で延 10 日の講座を開催。全回の参加者には認定証を科目の参加者には修了証

を最終日の2月28日に受講生にお渡しした（P58に詳細記載）。

3 人材育成研修のニーズ調査

商工課・総合政策課（男女共同参画室）・社会教育課との連携で、女性の自律・自立の促進を目標に、「釜石市」、「釜石・大槌地域産業育成センター」のご協力をいただき、育成センターの賛助会員事業所82社に、女性職員の能力を最大に発揮してもらうための研修プログラムについてのアンケートを実施した。アンケートを基に、今後の女性の仕事力の強化に資する研修を企画した。

1) 調査の目的

生き生きと働けるママの支援

2) 内容

現在働く場ではどんな能力が求められているのか、現場の声に耳を傾けニーズを聞き出し、それに対する必要な講座を実施し、事業所が求める能力とそれに対応した力を発揮できるママで事業所の業績向上につなげたい。

そのために、現在働いている女性のキャリアアップで、女性が楽しくやりがいを持って働くことができ、自分自身や若い世代までも、職場で充実感を持って働くことを目指してアンケートを行った。

3) アンケート結果

アンケートは83社に行ったが、回答は14社・従業員数385名に留まっているので、現状の把握になっていないが、以下紹介する。

① 女性の登用について、

特に課題はないと思われる8社・57%と過半数以上であるが、一方、育児等家庭的な責任・負担に配慮が必要なため任せられない2社が全体の14%である。実際の幹部職員の登用率を調べてみるとどのようであろうか？

②女性社員の研修機会について

研修の機会が有るのは14%で、研修の機会が無いが11社・78.6%とかなりの事業所で女性向けの研修が行われていない。事業所で研修実施の時間と準備等を考えると、外部に研修機会を共通して設けることは意義が有ると思われる。

3) 研修参加意欲について

研修の必要性が無いが5社・35.7%ある。ジョブローテーションなどで日頃の人事で行われている自社研修が行われているのだろうか。職員の業務能力向上のため、スキルアップ研修の内容を事業所に送ってみることも必要かと思われる。

4) 研修に望むテーマについて

問題解決思考に3社・21%で、PDCAについては2社・14%であり35%がスキルアップ研修の内容を挙げている。管理職になることを希望する女性がいないので何とも言えないとの回答もあった。リーダー・管理職になる事の女性意識も調べてみたい。

5) 仕事に役立つスキルを学ぶセミナーについて

必要ないが0社で、ぜひ参加させたいは2社、まあまあ参加させたいは4社・42.8%である。どちらともいえない6社を含めると85.7%で、仕事に役立つセミナーの需要が高いと思われる。

6) 仕事に役立つスキルについて

・接客マナー5社、わかりやすく伝える力・話す力4社・64%を占めている。職員には基礎的な能力を求めている、プレゼンテーションの仕方や問題解決など専門性の高い能力への期待がなかった。女性職員が実際に当たる業務が現場対応の第一線であり、企画部門での従事が低いと想像される。

7) 仕事と子育ての両立のためのセミナー
について

ぜひ参加させたいは0社、まあまあ参加させたいは2社・14%と低い。どちらとも言えないを含めると63%であるが、一方、必要ないが3社、21%あり、釜石の事業所では、ワークライフバランスは課題となっていないのかも知れない。

8) 研修に望むテーマについて

ワークライフバランスをテーマに望む業種は2社(卸売業・協同組合)・14%で、ワークライフバランスに関心ある事業所は低かった。

他での選択肢では、コミュニケーション1社、職場や家庭での対人関係に2社・14%との回答であった。

9) 研修の日程について

研修日程および時間については、3 - 4時間程度が良い4社・28%と1回あたり3 - 4時間を選ばれている。これまでAMでは2時間が多かったが、午後の講座でしっかり4時間までとした方が良いかと、今後の参考にしたい。又平日が良いということで、平日の勤務時間内の研修の期待かと思われる。

10) 日頃の事業活動で支援を期待することについて

事務機器の進化や人事異動での新たな業務に就く場合に研修が必要かと思われるが、今回のアンケートに限っては研修への期待が弱い。また、男女差のない職務配置なのかもしれないが、女性特化の研修に違和感を伝えられた事業所も有った。一方で、職種によっては女性配置が困難な職種もあるとも述べられている事業所もある。

少子高齢化で、労働力不足が懸念される中、女性の活躍が期待される場所である。工事現場などで重機の扱いなどは女性もOKだと思わ

れるが、性差による職種よっての従事の困難さが製造業の事業所から、女性の心身への配慮の結果と思われるが、就業の無理を述べていた。妊娠・出産が有る女性には、危険業務の従事職種の回避も当然のことでもあろうが、事業の発展には大いに女子力を活用して欲しい。

11) 自由記載欄

- ・ 育児休暇取得率100%であり、結婚出産を機に退職という風土はない現状では特に必要とする研修はありません。(企業分類③)
- ・ 職場におけるスキルアップ研修において、女性に特化すること自体違和感を覚えます。(企業分類⑩)
- ・ 職種によっては、女性の参加はできない場合もあると思っています。(企業分類⑩)

ワークライフバランスの社会

今回の回答率の低さは、女性の登用とか能力発揮についての期待は有っても、現実的には子育て中のママは、子育てと両立する範囲の働き方であり、休みやすいパート勤務や責任を持つ部署から離れた業務を選択せざるを得ない現実も有るだろう。

病後児保育やパパも育児参加しやすい勤務時間など、ワークライフバランスがとり易い仕組みや制度がもっと整備されないと、持っている力をママ自身も発揮したくとも制約があったり、事業所も女子力を生かし切れない切れないのではないだろうか?

NPO法人としては、働きたいママの支援として主に0-2歳の乳幼児保育を行っているが、病後児保育は出来ていない。女性の活躍する社会を標榜している現政権に、抜本的な子育て支援政策を期待したい・・・。

2013年7月16日

釜石市内事業所 御中

(主に女性社員を対象とした)人材育成研修
のニーズ調査

特定非営利活動法人 母と子の虹の架け橋
理事長 若菜 多摩英

私達は、生き生きと働けるママの支援をテーマに活動をしている特定非営利法人「母と子の虹の架け橋」です。現在、働く場ではどんなことが求められているのかを把握し、その現場の声に耳を傾けニーズをお聴きし、それに対応した講座を企画できれば働きやすい職場、さらには企業の業績向上へとつなげるお手伝いができるのではないかと考えております。

企業側の声でも、就業側の声でもどちらでも結構です。企業の現状認識の把握と共に、人材の育成研修がの試みが、現在働いている女性のキャリアアップ等にもつながり、私たちが支援するママを含めた女性が楽しくやりがいを持って働くことができ、自分自身や若い世代までも元気にする機会になればと願っております。

是非、講座企画の趣旨に御賛同いただき、アンケートにご協力下さいますよう、お願い申し上げます。

なお、このアンケートの結果に基づき、人材育成研修を企画し、今年度中に開催することを考えております。研修内容等については詳細が決定次第ご案内申し上げますので、積極的なご参加を期待しております。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

記

1. アンケートの提出方法

メール、あるいはFAXで送信(転送)下さるようお願いいたします。

メール送信先:mamahouse_heita@yahoo.co.jp
FAX.0193-55-5422

2. 提出期限 2013年7月15日(土)

3. その他

今回のアンケート及び人材育成研修は市のご協力をいただき実施しております。

【お問い合わせ先】

ママハウス 山野目 ヒサ子

電話&Fax:0193-55-5422

email:mamahouse_heita@yahoo.co.jp

アンケート

○事業所の該当種別に丸をしてください。

漁業、建設業、製造業、電気・ガス・熱供給・水道業、情報通信業、卸売・小売業、

金融・保険業、不動産業、飲食店、宿泊業、医療・福祉業、教育・学習支援業、サービス業、

公務、その他()

○従業員数は? (全体 人、男性 人、女性 人)

○女性登用の推進状況についてお尋ねします。

1. 女性登用の推進について、自社の課題は何ですか? 該当に丸を付けてください。

・女性社員の意識、モチベーションが足りない

・(現場の)管理職の理解・関心が薄い

・育児等家庭的な責任・負担に配慮が必要なため任せられない

・長く働き続ける女性が少ない(結婚・出産で離職する)

・その他

○研修のニーズについてお尋ねします。該当に丸を付けてください。

1. 女性社員の研修機会はありますか。または女性社員に特化した研修・意見交換などを実施したことはありますか? (はい・いいえ)

2. 市や公的機関が、以下のテーマの人材育成研修を実施した場合、自社の社員を参加させたいと思いませんか?

(1)リーダー・管理職となることを期待する女性社員育成セミナー

(ぜひ参加させたい・まあまあ参加させたい・どちらともいえない・必要ない)

どのようなテーマを望まれますか? ご希望のテーマが有れば該当に丸を付けてください。

キャリア・デザインを描こう、意思決定の仕方、問題解決思考、PDCAについて、その他

()

(2)仕事に役立つスキルを学ぶセミナー

(ぜひ参加させたい・まあまあ参加させたい・どちらともいえない・必要ない)

どのようなテーマを望まれますか? ご希望のテーマが有れば該当に丸を付けてください。

わかりやすく伝える力・話す力、報告・連絡・相談の仕方、広報の仕方、統計学、

プレゼンテーションの仕方、創造的な問題解決、

(3)継続就労支援(主に仕事と子育ての両立)のためのセミナー

(ぜひ参加させたい・まあまあ参加させたい・どちらともいえない・必要ない)

どのようなテーマを望まれますか? ご希望のテーマが有れば該当に丸を付けてください。

ワークライフバランス、コミュニケーションスキル、ストレス対処の方法、

職場や家庭での対人関係のスキル、その他

(4) 研修日程および時間について

☆1回の研修は(2時間程度が良い・3-4時間程度が良い。

午前・午後と分けて集中して1日で良い。)

(5) その他、日頃の事業活動で支援を期待すること・・・

*ご協力ありがとうございました。

4 ママサポーターの意向調査

利用者から担い手に転換された意識のママサポーターに、ママの持つ問題意識や課題を探るためアンケートを実施した。ママの問題意識が映り出せた。

1) 母と子の笑顔を拓けることを阻害しているものは何でしょうか？

- ・収入の低さ〔共働きで無いと将来のビジョンが見えない〕
- ・収入が低い(将来へつながる見込みがない)。
- ・何時までも親頼りにもできず、自分が親を養っていく(親も込み)くらいの収入が無い。
- ・幼稚園が休みの時に預けられる場所が無い。(あるが中妻から甲子方面にしかなく利用しにくい)
- ・子どもを持つことは不利なようにさえ思える世の中(子どもがいると安定した職に付けない・保育先の確保)
- ・子育て時間と自分時間・家族時間(ワークライフバランス)の男女差が有る。
- ・子どもが優しくなれるのは、母が精神的にも身体的にも安定している状態が必要。
- ・友だちと集まれる場所、お茶できる場所、子供の遊ぶ場所が不足。楽しみが少ない。
- ・遊び場や娯楽施設が少ない。
- ・ママが働く条件と企業側のニーズの違い

- ・保育園等、待機児童がいることがそもそも問題
- ・核家族化・便利な世の中(コンビニ・ネット宅配)、震災による変化で孤立しやすい環境になっていること⇒イライラが増幅し、子供や家族にやさしく出来ない。
- ・信頼できる相談者
- ・多情報の中での息苦しさ。これもあれもと正しい情報の選択に困る。
- ・仲間外れのストレス
- ・家事育児に精一杯で、自分に余裕が無いママが多い気がする。

2) 母と子の笑顔を拓けるためのママのニーズは何でしょうか？

- ・子育て負担の軽減
- ・孤立しない子育て環境が必要。ママハウス(ママサークルが出来た)
- ・子ども課は、アンケートではなく、定期サロンの制度が必要。もっとママの声を聴く。
- ・時間の余裕、仕事・家庭・育児に対して夫の協力が必要。
- ・託児が少ない⇒自分の時間が欲しい。
- ・自分時間の確保のため、託児施設があれば。
- ・子供と離れて自分の時間を持つ

妊娠・出産

- ・みんながママになりたいと思える環境が必要では？
- ・出産一時金42万円⇒釜石では足りない。補助を出す。
- ・一時保育料1日2700円—2500円高い。時給0700円では高い。保育料の補助を出す。
- ・自分を取り戻す居場所、集える場所、楽しめる場所、参加できる企画が少ない。

- ・ 気軽に行ける、ゆっくりできる。コミュニケーションが取れる、美味しい食事ができる、自分の無理のない程度で働ける、楽しく育児しながら、遊びながら。働きながら…。
- ・ お金をかけず遊べる場所が欲しい。あるいは、お金をかけても遊びたい！と思える室内遊技場が欲しい！
- ・ 悩みを話せる場所
- ・ ABCcooking など、お料理教室に通って美味しい料理を家族のために作る。
- ・ 体験型のツーリズムが有れば（親子でホヤ・カキトリ、親子で畑仕事、他色々）良いな。
- ・ ゆっくりほっと休める場所が欲しい。かつ楽しい。
- ・ 気を張らずにママたちが気軽に集まれる場所が必要。
- ・ 母と子も楽しんで参加できるイベントがもっと必要。
- ・ 時間にもっと余裕が出来れば子どもにやさしく出来るし、自分にも笑顔になれる。
- ・ 集まれる場所・スペースが無い。
- ・ 母のストレス発散の場が無い。
- ・ 楽しみを共有する場無い。

3) 釜石のママの問題の背景にある原因や理由は何でしょうか？

- ・ 働きづらい環境
- ・ 昔の風習（男は仕事・女は家庭）からだいぶ変わりつつはあるが、それでも周りの目や保育園に入れるまでのハードルが高すぎるのでは（1Wで1日4H以上の仕事って出産後すぐで大変です！）
- ・ 小さい子がいると働きにくい。
- ・ 働ける範囲でと思ってもそれに当てはまる職場が少ない。

- ・ 夫婦で働かなきゃいけない状況でも、働きづらいので、結局ママが我慢している。
- ・ 働ける選択肢が少ない。
- ・ ママは働きたくても子供の預かり場の不足（パートだと保育所入園下位）
- ・ 女だから家事するのが当たり前というのも何度か家庭で話し合ったが・・・。
- ・ 昔からの制度など、未だに残ってる。
- ・ 新しい道が中々開けない・進まない。
- ・ 働きたくても働けない⇒住みにくい町⇒ほかの都市に出たい⇒人流出

4) 経済面

- ・ 生活の安定
- ・ 元々釜石のママたちは、新しいことに入り込まない気がする。
- ・ 転勤族が多い現象。
- ・ 50代・60代よりもっと若い人たちの活躍が必要。
- ・ もともと低所得の土地柄だったが、震災を機に拍車がかかった。
- ・ 狭いコミュニティー、狭い範囲で孤独・孤立。
- ・ 架設の場合の居住空間の狭さで、赤ちゃんの声や子供の声が響くので遠慮⇒苦痛⇒ストレスになる。

5) 釜石のママの課題の背景にある“制度的な問題や慣習”は何でしょうか？

- ・ 釜石でも収入の差が大きい。⇒収入格差
- ・ 昔は新日鉄で働いている人が釜石は多かった。今はSMCとか公務員とか転勤族が多い。このあたりの人たちは妻が働かなくとも子供を学校へやれるし、家も建てられます。それ以外の地元中小企業で働く夫を持つ家庭は、正直、低所得者が多い。⇒2極化
- ・ 女性が働いていると目立つ。頑張ってますね！凄いわ。働くママ素敵！！の声より、

大変そうね。子供や旦那さん大丈夫？周りの目も少し否定的。⇒同性による足の引張

- ・ ママが安心して（経済的裏付けが必要）、1年は子育てできる制度が欲しい。
 - ・ ママが安心して子育てできる家庭環境の改善、夫家事するのが当たり前、壁を取り払う。
 - ・ 何をするにも気軽に動けない・働けない。（預ける場所が無い）
 - ・ 夫婦で働くにしても、中々その環境が浸透していないので働きづらい。
 - ・ 子どもが居ながらだと働く場所が中々選べない。
- 6) ボランティアの参加を求めたいことが有りますか？ あれば、どんな場合でしょうか？
- ・ 有償で無いと疑問です。
 - ・ 本当に心からやりたいと思う方が居たら、託児や家事支援・産後のお世話など有ります。
 - ・ 規模が大きい企画の場合、人数に限られるので、必要かと…。
 - ・ イベント開催時のちょっとした託児や安全のための（第3の目としての）見守り隊など。
 - ・ イベントごとの場所の提供・協力
 - ・ 講座などある場合の託児
 - ・ 家事、託児、買い物、ヘアカット、用足し

5 ママサポ Smile（自主グループ）の活動

ママハウスの利用者から誕生したママサポーターから生まれた“ママサポ smile”は、単独事業として、①人形劇の公演協力、②虹の幼稚園 Cafe や③ママ～★おしえて♥アンケートが以下の計画の下進められた。いわば、ママ

サポーターはママハウス出身の死守グループであり、ママハウスと姉妹関係でもある。

5-1 ベルガーディア鯨山施設見学

（岩手県下閉伊郡大槌町波板）H25.8.5

視察内容

森の図書館、ツリーハウス、畑（いもほり体験）ハンモックやブランコなどの遊具、ハーブもある庭園、釜、庭の中のカフェ（フレッシュハーブとドライハーブ、食用花などの説明を受け、実際にハーブティーを飲む、ハーブティーには利尿効果、リラックス効果があり、ながめ、香り、味を楽しめる）

参加スタッフの声

- ・ ママサポの保坂さんのおかげで地元で素晴らしい活動をしている方々と知り合うことが出来た。今までのママハウスでの企画などを活かしての、初となる野外での親子で参加できるイベントがここならきっと出来ると強く思った。
- ・ 思ったことを文章にし、企画にし、実施する大変さは頭ではわかっているつもりだが、ママサポ同士、ママハウススタッフで力をあわせ思いを形にしたい。心からそう強くなれるパワーをもらえる場所だった。
- ・ ママサポ全体で集まれる時間が欲しい。（曜日がそれぞれ違うため、全員で集まり話し合う機会が少ない）
- ・ TVで見たことのある場所だったが、すごく緑が綺麗な場所で子ども達も喜んでいて、いもほり体験などもさせていただき、普段ではない遊び（ツリーハウス）もできて、すごく良い時間だった。蚊にさされたら、庭のペパーミントを手のひらで潰して塗ったりだとか、カフェでは食用の華をはじめて食べたりだとか、そこでできる最大限の楽しみが出来た。

・道がわかりにくく、狭かったので、ママ達が自分で運転していくには少し厳しいかなと感じました。小型バスを貸しきっていくならOKかな。

・のびのびできて空気もおいしく最高でした。

・森の図書館、ツリーハウス、畑（いもほり体験）ハンモックやブランコなどの遊具、ハーブもある庭園、釜、庭の中のカフェ（フレッシュハーブとドライハーブ、食用花などの説明を受け、実際にハーブティーを飲む、ハーブティーには利尿効果、リラックス効果があり、ながめ、香り、味を楽しめる）

・小高い山野中腹を利用したガーデンは、イギリス庭園を思わせ林間に点在する。ツリーハウス、ロープすべり、ハンモックなど体をおもいきり動かしながら本の世界、風の動き、食べ物と出会い等々、自然と童話の世界を感じられるベルガーディアは、ママと子どもたちにとって貴重な空間、施設と思われれます。

・今回視察も兼ねて初めて足を運ばせて頂きましたが、想像を超えるほどの美しい光景で大変驚きました。別の世界へ足を踏み入れたような、そんな気持ちにもなり、心も体も癒されとてもステキな時間を過ごさせて頂きました。ツリーハウスもとてもかわいらしく、中にいた熊の剥製はなかなか出会うことがないので貴重でした。子ども達も喜んでいて必ずまた行きたいです。

・こういった視察も兼ねての場所を変えての研修は新しい発見がありますし、に詰まったときなどにリフレッシュでき頭をリセットできるので、すごく必要なことだと感じました。

震災後ボランティアカフェなどをされていたり、住民の団欒スペースに利用したりして、町と人との関わりを大事にされているご夫婦と新しいイベントなどを沢山考えることが出

来るような紀がしてワクワクしています。色々な方を招いて古典やイベントなどやられているので、癒しの空間で講座など出来たらステキだと思いました。ママも子どもも笑顔になれると思います。

※マッサージ、美容、ヨガなど楽しいイベントもこんな大自然でできたら気持ちが良いでしょう。

・ママハウスの今後のイベント開催地の候補の一つとして最適なのではないかと思います、(多少強引に) スタッフの方々に視察をしてもらいました。釜石平田からは遠く道も狭いので問題点もあるが、アクセス条件を整えばここで様々なイベントができるのではと確信できました。また、他のスタッフの方々にも好感を持っていただき、施設見学をしながら、わが子たちも芋ほり体験をさせてもらったり、ハーブティーやケーキをいただきながら、ママハウス内のミーティングとはまた一味違ったリラックスした状態でスタッフ間のコミュニケーションをはかれたことが最大の収穫でした！親子参加（もちろんスタッフの子ども達や虹の家スタッフも皆まきこんで）形の野外イベントが実施できるよう次につなげます。

今後のスタッフミーティングやイベント形式の提案

・決定を重要視するミーティング（真剣度高）
スタッフの子ども達は別の場所で託児。落ちつける室内（ママハウスなど会議室で）

・話し合い・コミュニケーションのミーティング（真剣度中）

テーマや内容によっては子ども達を遊ばせながら区切られた空間・安全な場所であればママハウスをぬけだして別の場所でもランチを食べたり、視察もかねながらのんびり。

5-2 ママ～★おしえて♥アンケート

- ・ H26. 8. 31と11. 6の2回実施 回答率95%
- ・ 1歳～40歳の子供さんをお持ちの20代～60代のお母さんの回答です
- ・ 出身は、釜石に元々いた・Uターン・Iターンの方々。
- ・ 就労状況は、現在 仕事・有 でパート または正社員の方 8人 40%
- ・ 仕事・無 または以前働いていた方 11人 55%
- ・ 仕事内容は、事務・接客・介護・清掃・企画等でした。

① 仕事・無 で以前働いていた方の回答

この先働きたいですか？

いますぐ 2人 10%

・ 内容(子育てを中心にしながら、無理なくやれる範囲で働きたい

子育てのめどがいたら3人 15%

→ 一番最後に出産したお子さんが1歳を過ぎたら5%・保育園・幼稚園5%・小学校・中学校5%) のとき

機会があれば働きたい7人 35%

いいえ(50代)1人 5%

※いいえの回答は、子育てを終えた50代の方だけであり、何らかの形で仕事がしたいとの方向が65%にも上る。しかし、子育て中ということが、仕事が出来ない要因に少なからず関わっていることが言える。

② 現在仕事をしていない理由にあてはまるもの、近いものを選択してください(複数回答可)

育児に専念したい 家事に専念したい

介護・看病のため5% 自分の時間が欲しい5%

過去に仕事で嫌なことがあった

経済的に困っていない

家族に反対されている 園や学校の行事等で忙しい 子供を預ける場所がない5%

子供を預ける際の保育料が高い5%

子供がある程度予防接種を受けてから

いくつかは働きたいが今はまだ見通しがない10%

仕事をしたいと思わない 自分のやりたい仕事が見つからない15%

その他()

※ ①での子育て中という理由の他に、保育の問題や母親自身がやりたい職種を模索している現状がうかがえる。

③ 何か資格をお持ちですか？
(ヘルパー2級・運転免許・簿記・介護福祉士・ダイビングインストラクター・心理カウンセラー等)

④ これから取り組みたい資格がありますか？(フットマッサージ・ケアマネージャーアロマ)

⑤ チャレンジしてみたいことがありますか？(習字・介護士)

⑥ どのようなことに興味がありますか？興味があるものを選択してください。(複数回答可)

ビジネススキルアップ 25%

→ (IT・パソコン 5%資格取得 15%)

ボランティア 45%

防災 10%

護身術・防犯(CAPなど) 10%

家庭医療 15%

コミュニケーション(会話・SNS・ママ友など) 30%

クッキング

(・パン作り10% 離乳食5% キッズ食15% お弁当作り40% マクロビオティック10% スイーツ10%)

- ベビーダンス・キッズダンス 15%
- 食育・家庭菜園 30%
- ヨガ(マタニティ・ベビー・キッズ) 10%
- ベビーマッサージ 10% ボク
- ササイズ 10%
- ボディケアマッサージ 15%
- 美容(スキンケア・メイク・ネイル) 45%
- ダイエット&デトックス 35%
- アウトドア(野外活動)・自然教室 15%
- 音楽(演奏・鑑賞) 20%
- アート・絵画(絵手紙など) 5% 本
- の読み聞かせ 20%
- お裁縫・手作り小物 30%
- アロマセラピー 25%
- 漢方・薬膳・ハーブ 10%
- その他(スイミング)

※ 日常、母親が手をかけるお弁当に興味があることが分かったが、やはりそれとは逆に自分自身のために時間を確保したいと思っている現状があるようである。しかし、自分自身のスキルアップにも興味を示しているので「自分を高める！」それをお手伝い出来るスキルアップ講座は、今後も続ける必要がある～という結果と受け止める。

5-3 人形劇

ママサポ Smile は、人形劇(損保ジャパン)を後援した。会場確保とチラシを作成・配布し、当日の会場のセッティングと運営をこなし、子どもたちに演劇鑑賞の機会を作った。

当日までの初体験尽くしの活動の後、本番の人形劇は、我が子と共に観客ともなり楽しんでいた。流石、準備と本番までの繋がった活動はお見事でした。お疲れ様！

5-4 『虹のようちえん Cafe』

ママサポ Smile は、釜石市在住の親子を対象に、保育(教育)のプロと車座になってのんびり語り合い、自分達らしい子育ての楽しみ方を、一緒に考えてみる。室内でも簡単にできる体をつかった遊びや、手指をつかった工作・絵画を親子で楽しむ。先生や大人と一緒に野外で風を感じながら、子ども達が自分で工夫し、遊びを創造する。企画を手掛けたママ達目線で「こんな子連れイベントが釜石にあったらいいな」を形にするという構想の下でスタートした。

会場：パーマカルチャーコンセプトの公園「こすもす公園」「農家レストランこすもす」その別館古民家など3か所で開催。今回のイベントは、色々なところから駆けつけてくれた仲間たちの協力があった。

企画・運営団体：ママサポから、自主グループ“ママサポスマイル”が組織化され、市の教育委員会からの助成金を受けての自主企画でした。

1) 『虹のようちえん Cafe』の意義

子どもを取り巻く環境(食・遊・学・託児・衛生等)について自由に話し合うことで、課題を解決するヒントを得たり、仲間をみつけたり、共感し合い、今

後の子育てを前向きに取り組むことができる。寒くて家にこもりがちになる時期だが、親子で体を動かし、大きな声で笑うことに



よって、大人も子供も日頃のストレスを解消する。同じような子育て中のママでもこんな企画が出来るのだと、希望を与えたい。震災で浸水した地域、浸水していない地域、それぞれに住む子どもたちに分け隔てなく、遊びの場を提供し、みんなで笑顔になって、釜石を元気にする

と言ったことを目的にしていました。

ママハウス育ちのママサポスマイルのママたちの企画・調整・運営、その頑張りど、多くの協力団体のコラボに、改めて拍手です！

2) 広報・宣伝

チラシを幼稚園や保育園や児童館や病院、スーパーなど関係各所に2000枚配り、新聞やネットやラジオでも告知することができたので、もっと沢山の来場者があるのでは…と見込んで、みんなが飽きないよう三つの会場を設けたが、寒い時期です、移動が大変でした。

それぞれの会場では、楽しく盛り上がった。子供たちにもなにが楽しかった？と聞くと、ピエロさん！と元気な返事が返ってきました。

3) 座談会

未来を担う子供たちに大人たちはどうしてあげられるのか。



『未来という遠いものではなく一つ一つの積み重ねが未来をつくる』という言葉が胸にグッときました。

一緒に参加した伴侶も、『とても楽しかったし勉強にもなったし吉成先生やゲスト陣の言葉が心に染みた。参加者のトークもとてもよく、笑いもおきたし盛り上がったね〜』

会場にいた人達みんなで輪になり参加できた、あたたかい座談会になりました。

最後はみんな笑顔になれてほんとに良かった。

座談会講師から

☆森と風のがっこうコーチー 吉成信夫氏

私にとっては、コスモスさんは以前から子どもの森で毎年釜石を訪れる度に必ず寄らせていただくお気に入りの場所でした。ランチも勿

論ですが、私は藤井さんが作る、柿をチョコレートで包んだあの味が忘れられません。

3.11のあと、コスモスに自力で公園をみなさんが製作していることを、はるばる森と風のがっこうまでやって来てくれたパーマカルチャーガーデンのフィルさんたちから初めて伺いました（フィルさんとは小田原のはじめ塾つながりがありました。）

そして昨年夏。“さんつな”さんのプロジェクトでこれからの子どもの居場所を模索していた折に、保坂さんが訪ねて来てくれました。秋にもまたお目にかかりました。彼女の熱意とか思いがすごく強く伝わりました。響いたという感じ。これは何かどうしても一緒にしなければならない、と思いました。

ここまで書いて思うのですが、すべてひとつのつながりが一本一本は細く見えても確実にバトンを渡すようにつながってきたのだとあらためて思われます。

ゲストの高橋さんとも、ピエロさんとも。

釜石は、沿岸部では児童館がある唯一のまちです（これは大事なことです）。これからの子どもの居場所をどうすればいいかを考えて行こうとする方々が、民間にも自治体のなかにもいるまちです。ここから始める、ここから始まることが、もうすでにその兆しが生まれているように私には思えます。それは、横断するひとつのつながりが今回の催しを通じて既に生まれていると思うからです。これからが楽しみです。

佐藤敦士、シュガー・クラウン

温かく楽しい時間をありがとうございました。昨年の3月までは県教委勤務で、NPOやボランティアの皆さんの力で地域の子どもの居場所づくり、子育てボランティアや読書ボランティアの皆さんを応援する子育て支援・読

書活動推進の仕事をしておりました。(今、読み聞かせをにしているのもそのおかげです)先週のイベントもご一緒でき、とてもうれしかったです。反省点はあって当然のことですが、何より自分たちの手で企画し運営したことに大きな意義があります。勇気を出して踏み出したこの一歩は、とっても大きな一歩です。次の取り組みがとても楽しみです、私にできることでしたら、いくらでもお手伝いさせていただきます。

虹のようちえん café パナラー高橋佳奈

ママたちが主体となって開催された虹のようちえん café。一人のママの「やりたい!」という想いが多くの人の心を動かししました。小さな力も、集まればこんなに大きな力になるんだ、と感動、感動、の一日でした。

泊りがけの研修会で、それぞれが描いた未来、ママハウスの今後の活動。こうして1つ形になり、改めて、想いを形にしていくことの大切さを学ばせていただきました。想いがあれば創り出すことができる、声をあげることで力を貸してくれる人がある。当日の様子は、まるで釜石の中に小さな集落がうまれたような、そんな感じがしました。世代、性別、それぞれの立場を超えて、心地よい一体感でした。きっと、参加して下さった皆さんにも種が蒔かれていることと思います。

こうした小さく見える一歩こそ、大きな一歩。この日つながったご縁を大切に、ママパパじいばば、子どもたち、支援されている方々、町の方々、スタッフの方々と、これからもつながっていきたいです。皆さま、本当にありがとうございました。

6. ママハウス応援団（講師・ボランティア・団体）の声

① 絵手紙の会 小田島美代子

あの日あの時の大震災から3年になります。月日の過ぎていくのは早いものです。あの日に多くのNPOが訪れて、NPO ママハウス（若菜多摩英さん）とのつながりを切りひらき、絵手紙教室が開かれる様になりました。全ての不足の中、談話室を使って心の交流ができ、今も続いています。

平田仮設団地に若いママさん、一般の方々と楽しい時間を過ごしています。若いママさんは託児があるので実家・友人に絵手紙を送っているのを見ると、私も一緒に心の優しさの絵手紙に感動を貰って笑顔になります。仮設の皆さん生活の事、心の苦しみもあるけれど、絵手紙で明るく笑顔、ほっとする時間で描いてくれてありがとう～

復興はまだ遠いけど自然に恵まれている新生釜石の発展に足並み揃えて未来に向かって頑張ろうと思います。

② 食生活改善推進委員 菅原直子

平田第6仮設団地のママハウスに通い続けて2年になりますが、月に1度のクッキングサロンはとても楽しみにして通っています。若いママさん達と接したり離乳食を一緒に作ったり小さな子どもさん達の動きを見たり、また、美味しそうに食べる姿を見てはとても嬉しく昔を思い出したりしています。でも今はこのように同じ世代が集まり子育ての悩みを打ち明けたり離乳食を一著につくり味みをしたり少しでも手から離れられたり気持ちを発散する場所がある所が昔と違いますね。

どんなに心強いスタッフの方々も一生懸命接する姿を見て私達も幸せになって帰って来ます。その様な所なのでクッキングサロンは楽しみに通っています。

ママハウスに来るお母さんたちはいろんな所から集ってくれているようですが、雨の日でも子どもさんをおんぶしたり、荷物を持ちながらも笑顔で来るお母さんを見る時、お母さんは強いなぁと改めて思います。

親も子ども色んな人に支えられ育てられて成長していくことを思いながら、私たち食生活改善推進委員も少しでもお役にたてたらうれしく思います。いつも太田さんには大変お世話になっております。また、スタッフの方、お母さん方、そして可愛いお子さんたちと一緒に楽しく参加させて頂いていることを心から感謝いたします。ありがとうございます。

③ 食生活改善推進員 佐藤せつみ

私達は食生活改善推進員としてママハウスにお世話になって約2年経ちました。月1回ですが、若いお母さん方と可愛い子ども達が料理教室を通じて触れ合うことが出来て毎回楽しみであり元気を頂いております。また、お母さん同士の交流の場でもある、子ども同士も気持ちが通じ合って遊んでいる様子を見ると、何にも換えがたい場所ではないかと思います。

今どこでも少子高齢化社会といわれ、また核家族化で食文化の継承の断絶がないようにと、親が食生活を考え、子どもにそれを伝えていくことが求められます。

自分の暮らしている地域の自然、特徴などを考えて安心して安全な物を子ども達に与えて健康な子ども達に育てていきたいものです。

④ アロマ講座の講師 野田綾

アロマトリートメントとアロマ講座をひらかせて頂きました。月1回の短い時間でしたが、香りの力を借り、ご参加者と会話を交わす時間をとても大切に思いました。ご参加者ご自分

のためだけではなく、ご家族を思い浮かべながら香りを選び、クラフトを作っていかれるお姿は今も心の中に残っています。

昨年度はハーブの苗をお持ちしたのが初めての取り組みでした。ママハウスのスタッフの皆様が快く育てて下さり、感謝の気持ちでいっぱいです。ハーブを摘んで、ピザを焼いたり野菜料理を作ったこともありました。いつも講座の時はスタッフ、ママサポーターの皆様に使っていただきました。ベビーダンスとアロマ講座のご参加者との交流会も、お一人お一人と交流を深める大切な時間となりました。

好きな香りを選ぶご参加者の表情がとても好きでした。アロマが無心になれるひとつのきっかけとなり、クラフトを家に持ち帰られた後も、睡眠や防虫や免疫アップなどに役立てられ、日常を楽しく元気に暮らす助けになっていれば、そしてアロマに興味を持ち勉強したい方のお役にも立てばと願いつつ行ったアロマ講座でした。

⑤ ロディオガ／ハグモミ講師 望月貴子

2011年10月からロディオとハグモミで伺わせていただいております。最近ではニーズに応じて骨盤調整や指ヨガも行っています。

あの日から様々な不安やストレスを抱え、頑張っている人たちも迷いながらゆれながらであったり、頑張りすぎたり無理したりで疲れている人も多いように感じています。そんな中、心や身体の力を抜く時間や、目の前の大切な人を思いやる気持ちに日々立ち返ることは、とても大切で必要に思っています。

ロディオガは、ヨガやバランス玩具が持つ効果は勿論ですが、子どもは子どもらしく笑いながら遊んだり、大人も構えずにこころも身体もしなやかにしてくれます。そして何よりもカラ

フルで少しお間抜け顔したロディが、楽しい気分にしてくれます。

「ハグモミ」は「なでる・ゆらす・おす・たたく」が心や身体に与える効果と、何よりも手から伝わるコミュニケーションで素直な優しい気持ちになれます。

「骨盤調整」は自分自身で身体をみつめ心と共によりよいバランスへ導き、「指ヨガ」は深く呼吸とともに手や指を刺激することで気軽にヨガの効果を得ることができます。心も身体をほぐし、笑顔をなる時間。子どもが笑えば大人も笑うし、大人が笑えば子どもも笑う。そんな時間を沢山もって貰いたいと願います。そして、みなさまのそんな笑顔に会えるのが毎回楽しみです。

⑥ ベビーダンス/キッズ☆ベビーダンス

講師 高橋佳奈

今年度はキッズクラスも加わり、前半はクラブハウスでの開催。窓から見える景色を望みながら参加者の皆さんとゆったりとした時間を過ごすことができました。普段なかなか体を動かさせていない方が大多数。レッスンでは、音楽に合わせてじっくり体を動かし「すっきりした！」と笑顔で帰って行かれるのが印象的でした。また、「家でもやっています」と普段の生活にもお役立ただけしているようです。ベビーだった子どもたちも大きくなり、ベビークラス、キッズクラスを連続受講してくださる方も多く見受けられます。

大きくなったお子さんとその保護者の方の受け皿としてキッズクラスが機能することができ、キッズクラスのご依頼をお受けしてよかったなと感じています。終わった後にはママハウスがママたちの心の拠り所になっているのだと感じます。

後半は保健福祉センターでの開催。それぞれのクラスの合間にご飯を食べながら、日頃のストレスやパートナーシップについてお話する機会がありました。レッスンで体をほぐすことで緊張もほぐれ、わっと笑いが起こるような場面もありました。こういった時間こそ大事にしていきたいなと感じました。

「現地のママたちは日々のことに精一杯なんです」会話の中でふと出た言葉。ママたちの抱えている悩みや不安は直接解消できずとも、日々のことから少し離れリラックスできる場所でありたいと思っています。

⑦ 看護師アロマ 山野目久子

子供さんが小さいと、いろいろなことに時間をとられ、なかなか自分の時間がとれないものです。そこで、ママハウスに来た少しの間、子供からも離れ自分のために「ほっとする時間」を提供したいと思い、アロマを施行しています。

主に簡単で短時間でできるハンドマッサージを行っています。手がガサガサのママたちがたくさんです。少ししっとりするようなオイルを使用し、自分の手にご褒美と言ってゆっくりと・・・そして、多めにオイルも足して施行しています。肩がこっているママたちも多いので、時間を見てそちらもフォローしています。マッサージを施行していると、自然にいろいろな話が出てくるので、それも嬉しい時間です。香りは、ママ自身に選んでもらいその日に合ったオイルを使用しています。ママたちに、ほっとできる空間と時間を提供できるよう心がけています。

⑧ 絵本プロジェクト

ママハウスに絵本プロジェクトカーが



来て下さいました！手にした絵本、嬉しかったね！

⑨ 国境なき子供たち 虹の家に、大型絵本やロディーなど沢山寄贈戴きました。



⑩ (地独)岩手県工業技術センター復興支援室からベビーガード(柵)を木質の温かみのある素材でおつくり頂きました。本格手づくりの職人技で作られた立派な仕様です！有難うございます。

第4部 「母と子の虹の架け橋」の課題

1 理事体制の強化

任意団体から法人化はわずか15ヶ月後、法人化してから丸1年。組織の発展途上であるが、特定非営利活動法人の認証を受けたことにより社会的な認知が高まり、寄付金の獲得にも好影響が出てきた。しかし、必死に事業先行で来たために、組織の今後の発展の上では、理事の再構成や機能の明確化をする必要に迫られている。

なお、今年度、会計ソフトを導入し本部と会計処理の支援を頂く横浜との連携を行っているが、即時に現況の把握が出来ない点の改善をしなくてはならない。

2 特定非営利活動法人の認定法人化

助成金は昨年度・今年度と1600万—1700万を得ているが、向後の資金獲得を円滑に進め、財政基盤を強固にするうえで、認定法人化を目指す。

そのためには、「母と子の虹の架け橋」のコンプライアンスが徹底できていることが必要であり、労務・会計・総務・税務処理を責任担当できる事務局員の配置が必要という観点か

ら、昨年11月から新たに本部で事務局員1名を採用した。しかし、これからの勉強になっている。

3 スタッフと理事相互間の情報共有

事業遂行に目を奪われていたことを大いに反省する年度となった。事業は人とのつながりの中で行われる。従って、NPOの責任者は、スタッフに語ることに以上を聴くことが重要であること、思いを共有できれば、スタッフの自発性や個性は花開き、より良い事業の実践になることを痛感した。“耳はダンボに”であり、これまでのトップダウンからボトムアップ方式での集団議論と組織運営に向かわなくてはならない。

ママハウスも虹の家も、毎日開館で、ミーティングが月1回しか取れない状況で、意思疎通のための仕組みが作れていない改善として、これまでの月1回を月2回の全体ミーティングを設けることを次年度予定している。

今後、ミッションをしっかりと共有し創造的に働く組織風土を作って行く。今年度新たにPC6台、計11台のノート型PCが「母と子の虹の架け橋」に有り、今後、PC「はワード・エクセルに加えて、パワーポイントも組み込む予定であり、これらを各自に貸与している環境とな

ったことから、再度クラウド化で誰もが会議に、時間と場所に拘泥せず、参加できる環境を整えたい。

4 ママハウスと虹の家との複合施設化

「ママハウス」と「虹の家」との複合施設化は課題である。仮設では、子育て世代の転出が進む。仮設団地内で、母子支援プログラムを様々なテーマで取り組む「ママハウス」は、子育てと仕事の両立を図る「第2虹の家」との抱き合わせは、相互補完効果が期待できることから、事業効果を促進するため、複合化で移転を考得たいところである。

また、「ママハウス」の講座も、被災から3年目にあたり、講座の受講料も助成金の依存度を下げていくことで、自主財源比率を上げ、ママの望む講座が継続して行けるよう図ることも課題である。

5 被支援者を支援者に

① ママ・インストラクターが続々

ママハウスの利用者がママ講師に。今では、まったりヨガ・パン教室・フットケア・ベビーマッサージの4講座が誕生。今後はアロマなどでも生まれそう。この資格取得にあたっては、虹の家を活用し、学ぶ時間を確保している。就労まではいかないが資格取得に頑張るママがチラホラ。ママハウスからいずれ自立・開業を期待する。

② 現地のママよる支援活動の担い手育成

ア) 子育て支援者の養成講座

年々待機児数が加速的に増加に有り、この3月、38名の待機児の解消が急がれる。虹の家は来月4月には定員の12名は充足の見込み

で、新たな待機児を迎え入れられる余地が無い。本来の学びたいを支援する“一時保育”の枠が取れない状況である。

そのため、ママたちに子育て支援の一端を担っていただけるよう、また、子育てでの起業も模索できるよう、市との共催で養成講座を開設した（内容等はP57に記載）。

イ) 生きづらさを抱えたママらの寄り添い相談員の育成

仮設住宅からの転出が加速する中、ママの孤立感・不安感情が高まる状況となっている。

生活再建の目途が見えない家庭では、家族危機が起こりやすく、子供へ過度な緊張を与え、子供はいじめ等に向かうことが、個別訪問での聞き取りでも伺えた。

ママらが何か問題を抱えていると気付いた場合に、しっかりお話を聞くことができるプログラムの検討を連携機関と行っている。

6 研修の充実・強化

1) 宿泊研修

一般財団法人「地域創造基金みやぎ」さんのご協力で、8月17日-18日にかけてスタッフと理事との宿泊研修を初めて実施。1泊2日で延14名の参加を得て、互いの心の距離感を縮めること狙い、お互いの想いを語り合い、育みあう研修をWSスタイルで実施した。欠席スタッフのため、9月30日にフォローアップ研修を半日実施する。会員間の距離感の心理的距離感は短縮された。

講師：角田知行氏・ファシリテーター鈴木祐司
会場：花巻の健考館 1泊2日研修

1日目

1. オープニング
2. チェックイン
3. お互いを知り合う時間
 - ①自己紹介カードの記入
 - ②自己紹介トーク

4. 組織の「これまで」を共有

①団体の歩み(若菜・佐藤) 団体が出来るまでの経緯背景 そこにある悲しい思いと願い

5. ひとりひとりの物語に耳を傾ける時間
～エンパシー・サークル～

6. ハーベスト 7. チェックアウト

2日目 9時半～12時10分

1. チェックイン

2. お互いの中にある素晴らしさ&豊かさを感じる時間

①相互インタビュー ②話してみても見えてきたこと、感じたこと

☆参加者の声

- ・ 仕事の中では、仕事以外の色々な話ができなかったし、皆がどんなことを思っているのか、そう考えているのか内面的なことを知る機会になり、貴重な時間だった。
- ・ 一泊研修だった為に家を開ける事に苦労はしたが、その分時間がたっぷりあり、参加したメンバーを知るには良かったし、食事、お風呂も大変良かった。
- ・ 自分の10年間で振り返ってみてあまりの薄さにびっくり・・・
- ・ みなさんの過去、知らなかったことなど沢山知れたし、それぞれの思いや今後のママハウスの活動をどうしていきたいのか意欲の向上につながった。
- ・ 自分のことを話すのが苦手だったけれど、この2日間はがんばれたと思う。
- ・ 寝食を共にし2日間ワークショップを受講してスタッフ同士の距離が非常に近くなった。ママハウスの成り立ちなどスタッフの生の声をきける貴重な機会だった。



- ・ NPO 法人母と子の虹の架け橋はこれからも未知数の希望と可能性があり、そのさらなる飛躍にはスタッフ同士の結束が必要不可欠なんだと思った。
- ・ 自分自身にも正直に向き合うことが出来、過去を思い返しながらか未来へつなげていきたい。
- ・ 8月の研修での内容と同じでしたが、スタッフや理事(野田綾さん)も加わり、相手を変えてのインタビューをさせていただきました。普段は世間話で終わってしまう間柄のフジ江さんと、ママハウスへの思いや普段感じていることなど、話をする事、聞くことが出来ました。私自身、勝手にですがFさんとグッと近くなった気持ちです。
- ・ このような機会をもうけてくださりありがとうございました。また機会があれば他の方ともこうしたことをしてみたいと思いました。

☆今後の研修に対する要望等

- ・ スタッフ間の交流できる研修は時々実施して欲しい。今回の研修で講師の方が話していたように、ミーティングと交流の場を交互にあってもいいのかなあとと思います。
- ・ スタッフの気持ちや感覚を吸い上げられ、ママハウスの活動につなげられるもの、花巻や今日の研修と同様な内容の研修が何度か必要かと思います。
- ・ スタッフ同士なかなかゆっくり話す機会もないため、知らないことが沢山ありました。
- ・ 自分から胸の内を話すことは難しいけれど、聞き手の態度(!?)聞きかたによって、話が引き出される(引き出す)ことが出来るのでいい機会になった。

尚、認定特定非営利活動法人 日本 NPO センターさんも、数回のモニタリングでママハウスを訪問の都度、スタッフとも親身な交流をして戴いたことで、スタッフ一同、示唆・刺激受け、その結果に活動の広がりが生まれている。

2) 通所研修 (会計・財務研修)

① NPO 会計研修

7月19日・20日・24日 教育会館にて8名が延2日間、NPO とは何か、NPO の運営原則、会計原則の研修を実施した。

講師 早坂毅氏

・NPO 会計の基礎と昨年10月 NPO 認定後「会計王」を使用しての入力データチェックと実績

20日(土)虹の家 9:00-15:30

・NPO 法人の会計の基礎

・NPO 法人の会計3原則

・事業費と管理費の簡易な按分方法

母と子の虹の架け橋の会計については、通帳は法人のものを使用。現金の出所をはっきり。通帳にはメモを書き込む。

小口現金出納帳を記入。振替出金・入金伝票は改善する。謝礼には課税をなど

24日(水)釜石教育会館 9:00-13:30

・認定 NPO 法人とは

・NPO 法人の年間運営スケジュール

・認定 NPO 法人申請の前に

・弁護士のプロボノ活動について

スタッフの声

・ブッダ基金に感動しました。

・認定を取得することで助成金が集まりました、減税という形があることを知りました。

② NPO 基盤強化研修 (人材育成・企画力向上ほか) 10月7日・21日

講師：藤沢市市民活動推進センター

手塚明美氏

3) 派遣・依頼研修

・寄りあい日本円卓会議

・県の指定研修

県からの専門家派遣研修として、9月20日、税理士と県南振興局と2名で、会計処理についての個別指導を受ける。

① 第1会事務局力向上委員会 業務効率アップ・企業と連携・プロボノの活かし方 理事長他スタッフ計3名

② PC の手法を用いた事業立案及び助成金申請書に係る研修 理事長他スタッフ2名

③ NPO 概論(テーマ形活動を知る)

第1日目 10月7日 月曜 講師:手塚明美
地域活動のマネジメント 10:30~12:00

周りを知るグループワーク

・釜石は今どんな状態かな?

・生活のしずらさ・問題はナーニ?

・一緒に考えたり動いたりしてくれる人はどこに?

13:00~14:30 事業を知る 座学中心

・非営利事業ってなんだろう?

・ママハウスと虹の家の事業を見てみると?

・ママをもっと元気にするためには?

14:45~16:15 事業を創る

座学・ワーク

・こんなことが出来ないかなー?

講師:大久保直樹

宿題 事業を創る(在宅ワーク)

・企画書を書くって難しいの?

・プレゼン資料の作り方伝授!

第2日目

10月21日 月曜日

以下講師:手塚明美氏 団体理事

①10:30~12:00 企画を見る・初めてトライ、私のプレゼン(5分)!

②13:00~14:30 組織を知る座学・ワーク

・母と子の虹の架け橋の今

・非営利組織のメリットや問題ってなあに?

- ・理事やスタッフの風通しは？
 - ・これからの母と子の虹の架け橋の将来像？
- ③14:45～16:15 経営を知る座学・ワーク
- ・NPOの今後はどうなるの？
 - ・NPOの発展のためには、組織はどうあったら良いの？

☆参加スタッフの声

今回の1日研修はとても内容が凝縮されていて難しい内容でした。初めての事業計画書、プレゼン発表をさせていただきましたが、頭の中でアバウトに考えすぎていたようで、計算の仕方がとても安易だったのでこれから事業に関わっていく中で参考になりましたし、新しい発見があり勉強になりました。

NPOの仕事をさせて頂いているにもかかわらず、どういうものなのかよく分からずに仕事をしていて自分に反省しました。周りの人を巻き込みながら1つのことを作り上げあげることができたらステキだなと感じています。「MAKE A DIFFERENCE」変化を起こす少しずつ日々変化を出しつつ、私自身も地域貢献できたらと思います。

・はじめての事業計画書、頭の中で考えているくらいじゃとてもやれないんだと思った。給与や売り上げの日割り、月割りなど、色んな角度から見ることの大切さを感じた。絵と字でスケッチブックで表現できたのが楽しかったけど、時間が足りずに残念だった。といのも私がしっかり前回聞いておけば良かったなと思った。反省点。マネジメントの話もはじめてだったので、発見があった。

- ・ NPOとは・・・なんぞや・・・自分が関係しているのに、よくわからないという人事のような感覚で参加していたと反省。これから同じ目標に向かって自分が少しでも地域に貢献できればと思う。

- ・ NPOの団体の中にいる自分であるのに自分はどう関わるのかが明確ではないことに気付かされた。自分の姿勢も大事なんだと思わせてくれた。難しい内容の研修だったのでじぶんがどれだけ理解できたかが不安だがいかせればと思う。
- ・ 紙芝居方式で起承転結、相手が主語のプレゼンというポイントを意識するだけで、ぐっと分かり易いプレゼンになっていて、Yさんの発表がとてもプロの方のされるプレゼンのようでした。みなさんのも聞きたかったです。
- ・ 私自身NPOに勤めていますが、分かっていなかった部分が多々ありました。そういった話をきちんと1から教えてくださる研修に参加できたことは私にとって本当に有意義な時間となりました。
- ・ 10年後の自分をイメージして雑誌から好きなところを切り抜いてコラージュするのが楽しかった。皆さんの発表をそれぞれの味がでていて楽しめた作業でした。
- ・ 大久保さんの講義では頭をフル回転させながら聞き入っていましたが、私にはとても難しい内容で理解をするのに時間がかかったりしました。
- ・ 同世代の方が代表取締役として事業を行っていること、学生の方々が創造者となり会社を立ち上げたこと、1つ1つの内容がとても刺激的で事業の仕組みについて少しわかったような気がします。
- ・ 1人でやっていく事はとても困難なこと、何事においても協力者が居てくれるの事業なので、私達ママサポもみんなで力を合わせ、アイデア、発想をどんどん出して、母も子もますます笑顔になれるような手助けをしていきたいと考えています。

- ・ まず手塚さんのお話、コラージュ手法に魅了され、午前はあっという間の時間でした。10年後の人生を想像して雑誌を切り抜きどんどん貼っていく、簡単なようでとても考え深いと思いました。
- ・ 人それぞれ思い描いているものが違って発想がユニークでした。今も10年後もどういうことをしたいか、どんな町づくりをしていきたいか、みんなが笑顔になれるために考える時間が大変貴重だなと思いました。
- ・ 最初どんな講座になるのか心配でしたが、コラージュで自分の10年後を表現し、それをみんなに伝えるという作業がとても楽しかったし、自分でも積極的に話しをすることができた。後半、とても難しかったです。
- ・ なんとなく事業、会社についてわかった
- ・ まず、コラージュが楽しく、人の作品を見たり説明を聞くのも面白かった。事業のアイデアを出したり、プランを立てたりするのはものすごく頭を使いそうだ。

4) 外部派遣研修

① 事業立案及び助成金申請

平田公園クラブハウス みんなの家かだって
スタッフ参加。

PCMの手法を用いた事業立案及び助成金申請書に関わる研修会 講師 松丸亮氏

- ・ 18～19日 問題の捉え方や因果関係分析、目的分析の方法を学び、事業の計画立案についてワークを通じた研修
- ・ 20日 実際に申請書を作成しながら、申請書作成事業計画書（工程表）の作成について学ぶ
- ・ 感想：視覚的な手法であり、スタッフが一堂に会してプロジェクトを企画する

には有効と思えた。事業立案、助成金申請に係わる研修でNPOにとっては核になる部分だと思う。多くのNPOの方と知り合えて良かった。

- ・ 第1回NPO事務局向上委員会～個人でできるところからはじめよう～

☆ H25.9.25 13:30-17:30

- ・ あえりあ遠野2F 交流ホール「さくら」
- ・ TCT活用による事務効率化・・・

WORD. EXEL. POWERPOINTの便利な機能紹介

- ・ データ入力、資料作成、リスト管理をする際活用して事務効率UP

- ・ 情報の共有、団体としてのホウ・レン・ソウなどコミュニケーションの課題解決

☆日本マイクロソフト社とセーブタカタによるプロボノの一例

- ・ 「企業との連携・プロボノの活かし方」

- ・ ウィンドウズの基本的なオフィスアプリケーションでWORD. EXEL. POWERPOINTの便利な機能や使い方を、説明を聞くだけではなく実際自分で操作しながら学ぶことは非常にためになりました。今後様々な資料を作成したり、アンケートのデータ入力やイベントのチラシ作成にも活用できるヒントが満載でした。

- ・ MS社とセーブタカタとのパネルディスカッションではプロボノの活かし方、連携の取り方、業務の進め方を学ぶことが出来「企業に助けてもらおう！」という受身な姿勢ではなく、お互いが立場を思い合い一緒に一つの目標にむかって取り組むという事が大事だと知りました。個人の字無力（スキル）を向上する事が、結果的に団体（ママハウス）の事務力アップにつながるということでしたので、少しずつ実践してきながら、微力ながら

ママサポとしてお役に立たせていただ
きたいと思います（以下、P80以降にそ

の他日程の外部派遣研修について記載）。

5. 活動日誌

- 4月4日 ジャパンプラットフォーム助成金
ヒヤリング、花巻市交流会館
この後数回実施 理事長・副理事長
- 4月5日 川徳（盛岡）、支援活動の申し入れ
理事長
- 4月10日 ゆる懇開催 副理事長、この後月1
回の開催に参加
- 4月10日 ソリマチ会計の読み合わせおよび
入力作業確認 東和図書館（前後3回実施）
理事長・事務局長・（大吹氏）
- 4月30日 花巻に有る「社会福祉法人 太陽
の子保育園」の延長である瀬川トモ子氏（斉藤
君子氏のさくらんぼ保育園の継承者）が毎月1
回下旬に「虹の家」を訪問し、1日滞在して現
場の訪問活動を見て、その後、保育従事者との
相談・助言・ミーティングを行い指導している。
- 5月24日 日本NPOセンター総会に出席 理
事長
- 6月3日 平成25年度復興支援の担い手の
運営力強化実践事業（県）説明会参加 理事長
- 6月4日 日本NPOセンター活動報告会（ママ
ハウス） 理事長・副理事長
@リアスから、給与事務指導・助言、理事長
- 6月17日 会計王入力指導 盛岡 シニアパ
ワー研修 参加者3名
- 6月28日 瀬川トモ子氏の「虹の家」現地研
修
- 7月9日 第7回現地会議イン岩手 今を伝
えこれからを考える。東日本大震災ネットワー
ク（JCN） 理事長
- 7月10日 トヨタ、ママハウスにモニタリン
グ 理事長・副理事長・スタッフ
- 7月16日 難民協会視察 理事長
- 7月18日 NPO運営力強化について 釜石連
絡会 @リアス主宰に参加
- 7月19日—20日・24日 NPO法人組織力アッ
プ研修 講師 早坂毅氏、参加者延9名
NPO法人会計基準について・認定NPO法人の基
礎について、NPO法人税務について、資金獲得
の事例と手法について
- 7月28日 母と子の虹の架け橋の顧問税理士
の税務事務所スタッフと以後、10数回にわたり、
経理の指導を受ける。理事長・虹の家とママハ
ウス経理担当者
- 7月29日 地域創造基金みやぎの事務局長の
ヒヤリング対応 理事長・副理事長
- 7月30日 瀬川とも子氏(保育アドバイザー)
とハイハイ板ほか「虹の家」に搬入・実地研修
- 7月31日 大船渡の子育てシップと協議 理
事長
- 8月6日—20日 子ども広場開設 カリタス
釜石・釜石社会福祉協議会・全心連・サポート
センター・リザルトとの連携事業
- 8月7日 右腕プログラム 現地（ママハウス）
ヒヤリング 理事長・副理事長
- 8月17日—18日 心の想いを語る研修 地域
創造基金みやぎ 参加スタッフ延18人
- 8月22日 釜石連絡会（釜石市内のNPO団
体）の定期会議、以後月2回開催 理事長
- 9月1日 自己分析演習 岩手県公会堂 日
本ケア・カウンセリング協会主催 理事長8月
30日 タケダ・キッパシティブルディング・
イニシアティブ（組織力と事業力を高める合同
研修会） 仙台 理事長・副理事長
- 9月4日 静岡SDSラジオ、生放送取材

- 9月10日 NPO会計処理 釜石振興局 スタッフ1名参加
- 9月11日 東北から日本の未来を創造する円卓会議
第1回寄りあい日本 理事長・副理事長
- 9月13日 日本NPOセンターより寄付者同行での視察 理事長・副理事長・スタッフ対応
- 9月18日-21日 PCMの手法を用いた事業立案及び助成金申請書に係る研修
参加 理事長・スタッフ参加
- 9月19日 第1回虹の家運営会議開催 理事長・2副理事長
- 9月20日 県 専門家(税理士)派遣を受け、会計処理の実際の指導を受ける。理事長
- 9月20日 社会福祉法人「花巻太陽の子保育園」職員研修視察(ママハウス・虹の家)
- 9月20日 虹の家移転先候補の現地視察 理事長・副理事長・保育主任
- 9月21日 地域創造基金みやぎ2周年記念事業 仙台 理事長参加
- 9月22日 太陽の子保育園・園長以下同保育園のスタッフ20名、
ママハウスと虹の家に視察
- 9月25日 第1回事務局力向上委員会 理事長及びスタッフ計3名参加
- 9月27日 給与の自動払い出し預入(自動受取)について、ゆうちょ銀行と協議。理事長
- 9月30日 心の想いを語る研修のフォローアップ研修 地域創造基金みやぎ
参加スタッフ10人
- 10月2日 “あすくら”釜石と相談活動の手法と国の生活支援の新規事業等について協議
理事長
- 10月3日 東日本大震災 市民社会による支援活動レビュー 東北ワークショップ 国際協力NGOセンター(JANIC)主催 理事長参加
- 10月7日・21日 NPO基盤強化研修 講師：藤沢市市民活動推進センター 手塚明美氏ほか
- 10月11日 在日アフリカ大使夫人の会 「母と子の虹の架け橋」への寄付金の贈呈式 副理事長 列席
- 10月17日 平成25年度上半期総会開催 会場、釜石ママハウス 事業年度他定款変更を討議
- 10月17日 第2部・早坂毅氏より、最近のNPOの状況について報告を受ける。
- 10月18日 第8回現地会議 in 岩手 国際協力NGOセンター(JANIC)主催 理事長参加
- 10月22日 日本中近東アフリカ婦人会チャリティーバザー ロイヤルパークホテル(ママハウスの活動パネル展示) 理事長参加
- 10月23日 早坂会計事務所 会計処理確認
- 10月29日 トヨタ財団助成金 中間報告会 仙台
理事長・佐々木孝子参加
- 11月3日 クラウド体験研修 産業育成センター
理事長参加
- 11月5日 郵貯自動振り込み業務説明 理事長
- 11月14日 北上市老人クラブ連合会 研修会 花巻温泉ホテル紅葉館「被災地のママたちは今」
講師・理事長、早野出席
- 11月17日 イベント 青葉ビル 理事長参加
- 11月23日 虹の家全体ミーティング
理事長・副理事長・スタッフ5名参加
- 12月2日 郵貯自動振り込み業務スタート
理事長
- 12月6日 第2回地域活性化ミーティング
いわて連携復興センター・JPF 主催 理事長参加

12月9日 キンダーリープから~おもちゃの寄贈 ママハウスセンター長・チーフ

1月21日 「相談支援ボランティア養成講座」の事前協議 5月13日-6月10日を開催目途に検討。理事長参加

1月20日 スタッフ全体ミーティング

2月のイベント確認・子ども広場報告・虹の家幼稚園報告・秘書検定講座・遠隔相談システム検討他

1月22日 あすくらにて、より良く生きるセミナー〔アンテナ機能・聴き取り型コミュニケーション技法・心構え〕の7月中旬開催を目途に開設を検討。

1月23日 防災と復興について考えてみよう（男女共同参画の視点から） 理事長・副理事長・ママハウスセンター長参加

1月27日 寄付募集セミナー／寄付税制セミナー・交流会 理事長参加

1月28日 第9回現地会議 inいわて 理事長参加

1月29日 労務・税務・会計支援講習会 北上地区合同庁舎 虹の会事務局1名参加

1月30日 Nコン（15の力）第1回 青葉ビル 理事長・ママサボ計2名参加

2月4日 よりよく生きる釜石サポーター養成講座（第2回） 理事長・ママサポリーダー参加

2月7日 タケダ・助成金プレゼンテーション 理事長・ママサポリーダー・事務局計3名参加

2月8日 税制・会計研修 理事長・事務局2名参加

2月10日 保育者支援講座開講 釜石市子ども課と共催。延10日間 参加予定者24名 理事長・副理事長・副園長出席

2月12日 東日本大震災におけるNPO法人等における復興・被災者支援の推進に関する調査（内閣府ヒヤリング） 理事長

2月13日 NPO新会計習得支援セミナー 理事長・事務局2名参加

2月22日 昭和25年度復興支援の担い手の運営力強化実践事業員係る成果報告会 理事長。佐々木副理事長参加

2月23日 チーム!ともに繋がり続くくらし アイーナ 18時-20時 理事長参加

編集後記

センター長 太田フジ江

東日本大震災から3年が過ぎました。ママハウスも開所してから2年6ヶ月です。あっという間の月日に驚いています。この一年間ママと子ども達の笑顔、泣き声とても仮設住宅の中では喜びを感じる一時です。そんな時間幸せだと思ふこの頃です。

昨年からママハウスの利用者であるママ達がママサボというスタッフになり、新しい風が

入り、ますますママと子の笑顔を広げる場所になり、私たちスタッフは大変感謝しています。今後の活動にも若いママサボと目標に向けて進んでいきたいです。

ママと子達がママハウスに行こうよ、行きたいね。そんなホッとする場所になあれ・・・最後にママたちの地域で活動する一歩を応援したいです。

ママサポ 三浦 綾

昨年7月から結成され、活動としてはまだ日が浅い私達ママサポーターですが、既に1年以上活動しているような、そんな気持ちでいます。

元々ママハウスの利用者である私達ママサポーターがママハウスのスタッフ側になるという事は、今までと違った目線で見なければいけない…。簡単なようで容易ではないと感じていました。

しかし、活動をしていくにつれ、ママハウスという場所はママと子の笑顔を拓けることを目的とした場所であり、母子の心の居場所である事に自分自身が改めて気付かされました。

ママハウスを訪れてくるママとの交歓、懇談の中で、ママ達の悩みや願望などを聞き出しながらこんなママハウスが良いな、こんなのがあったら嬉しいね、などの意見を沢山もらって、実際、活動しているイベントや講座がある事に嬉しくなり、やりがいを感じました。

個人的にも昨年11月、2日間で開催されましたアサーティブコミュニケーション講座を担当させて頂き、何もかもが初めての経験で不安も沢山ありました。もちろん1人では出来るわけがなく、いつも助けて頂くスタッフ始め、ママサポ4人の協力、サポートがあつての成功だと思い、達成感と自分自身の自信へも繋がり、また前進できたと感じます。

今年2月には、初のママサポ企画の大きな親子イベントも開催され、講師の方々、ボランティアの方々があれば沢山の人数が集まり実現出来たことは、今後の活動にも大きく関わっていき、ママと子供達の笑顔を拓けていくことに繋がっていくと思います。

被災地に母と子の笑顔が広がるのが、復興への第一歩であると考え活動してきましたが、被災に関係なく、母、子に関係なくこの街で生

活している皆さんや、携わって頂く全ての方々との出会いを大切に、今後もスタッフ始め、ママサポ全員で皆さんが笑顔でいられる心のもったサポートと、目標を持って挑戦していく事への少しでものお手伝いが出来たらと考えています。

ママサポ&ママ講師 櫻井 京子

私が始めてママハウスを訪れたのは2012年9月、まだママハウスが開所した頃の頃でした。私自身、震災で被災しなかったものの、実家が被災し、里帰りすることが出来ず、地元の病院での出産の希望も叶いませんでした。あのとき、被災地のママはみんな、何かしらの我慢であったり、非日常的なことを強いられていましたので、仕方がないことだ、と言いながら、心のどこかで、どうして私がこんな思いをしなければならぬのだろう…とっていました。そんなとき、両親の住んでいた仮設敷地内にたまたま出来たママハウスが、私の心の支えとなっていきました。

初めてのお産を10月に控え、何もかもが不安でしたが、ママハウスのスタッフの方々は優しく迎えてくださり、私の拙い話をうんうんと親身になって聞いてくださったこと、今でも昨日のように憶えています。

あれからもう2年半が経ちます。私は、助産師さんや看護師さんに母乳育児の相談にのってもらったり、地元のヘルスメイトさんに離乳食の作り方を教わったり、親子で参加できる様々なイベントを通して子どもとの遊び方を教わったり、ママハウスや虹の家のスタッフさんに子どもの成長と一緒に喜んでもらったり、母として社会と関わることや働くことを考えたり、本当に様々な経験をさせてもらいました。

一昨年前、1歳前の娘を虹の家へ預けて、東京のパン講師の先生が3ヵ月被災地へ通い、復興支援の一助になればと開催されたパン講師養成講座へ参加し、パンマイスターの資格を取得することができました。そのおかげで、今年度からはママ講師として、ママハウスを利用しているママを対象にした天然酵母パン作り講座をさせて頂きました。初心者でも簡単な手作りパン、入っている材料が目に見えるから安心・安全、他のママと一緒にパン作りをしていて、自分が習ったことを一緒に共感でき、伝えることが出来、自宅でも習ったパンを焼くようになったというママもいて、とても嬉しい気持ちになりました。

母となっても、こうして社会と関わっていただけること、自分の得意とすることで、ママハウスのお役に立てたことを嬉しく思います。

ママサポ 山野目久子

去年の7月にママサポが出来、リーダーという立場でしたが、私がママサポの皆さんのお母さんと同じくらいの年齢ですのでリーダーという立場だったと思います。

ママサポとしての講座やイベントの企画は数にすると多くはありませんでしたが、皆頑張ってくれましたし何より楽しく仕事が出来ました。自分の企画担当では、担当者とやり取りをする中で色々教わるがありました。自分が担当することで、学ぶ事があったのは、ママサポの皆も同じだったと思います。また、私たちママサポが仕事をするにあたっては、太田さん・松下さんスタッフのサポートなしでは仕事が出来ませんでしたので感謝です。ママハウスでの日々の仕事はママや子どもたちと過ごしますが、講座やイベント企画においてはたくさんの方々協力があつて成り立ちますので、人

と人とのつながりの大切さや感謝の気持ちを感じ学ぶことができました。

何かお手伝いができるのでは・・・と始めたママサポやアロマの時間でしたが、自分が力をもらった方が多かつたかもしれません。スタッフの皆様・ママサポの皆様・関わっていただいた皆様、ありがとうございました。また今後ともよろしくお願いいたします。

松下加奈

2011年9月25日にママハウスが開所し、2年半も過ぎた。ママハウスでは本当に沢山の出会いがあり、それは私の財産となった。子ども達、ママ達、講師の方々、ご支援くださった方々、関係機関のみなさん、スタッフ、みなさんからパワーをいただけると同時に、色々と学ぶ事、刺激も多かった。そんな場所に携わることが出来た事が嬉しいと共に感謝の気持ちでいっぱいです。

どうもありがとうございました。

今後のママハウスの更なる発展をお祈りしています！

久保 麻奈美

ママサポとして活動するようになって7ヶ月。あっという間に過ぎた時間でした。ママハウスやイベント活動等でたくさんの方々と知り合うことが出来、その出会いや支え、つながりに感謝です。

私達の活動を通して、ママと子ども達の心の中に何か残せるものがあつたら嬉しく思います。

保坂 広子

女性が【産み・育て・働きやすい】環境…という観点で見れば、釜石は決してその条件を満たしてはいないのかもしれない。

盛岡に次ぐ第二の都市と呼ばれた栄光の時代と比べ、人口は減り、産婦人科も小児科も少なく、保育施設はどこもいっぱい待機児童が後を絶たない。

それは震災に関わらず元々あった課題であるが、震災という史上最悪の出来事がさらに状況を悪化させたのは言うまでも無い。

しかし、その震災を機に、全国、全世界から支援物資が集まり、それとともに様々な能力のある人材が被災地に集い、新しい風が釜石にも吹き込まれた。

ここ平田第六仮設にもママハウスが設立され、『ママが元気になり笑顔になることで、間接的に子どもを元気にし、笑顔を生み出す』という斬新な支援の方法は、従来からあった子どもにスポットをあてる子育て支援センターとは絶妙に異なり、ただでさえ被災して減ってしまった憩いの場・親子で安心して遊べる場を欲していた釜石のママ達は自分も含め、本当にありがたかった。

震災当時、一歳半の娘をかかえ家を守ることに必死だった私は、遅くまで安否確認に走り回る主人や、被災してしまい我が家に身を寄せる友人、ボランティア活動をする知人を励ましつつも、自分だけ何ひとつ出来てないような無力感に陥った。我が子を守ることはもちろんだが、なにか自分にもできることがあるのではないかと日々思っていた矢先に、ママハウスで理事やスタッフ、同世代のママとの温かい交流は、お互いを思いやる気持ちをあらためて感じ、心の底から癒された。

支援してもらった側から、ママ目線を大事にしてつつ支援する側への転換は、いままでもらってきた恩返しをするまたとない機会であった。

1人では決して成し得なかったママサポスマイルの支援事業『虹のようちえんC A F E』も、

市の援助とママハウス内外の人と人とのつながりによって、釜石にまたひとつ笑顔をふやすお手伝いできていたらとても嬉しい。

生きるということは、みんなに支えてもらい、生かされているということ。その感謝の気持ちを忘れず、また新年度に向けて仲間と心をひとつにし、笑顔をうみだすお手伝いをしていけたらと思う。