



「HUGコミ」は、NPO法人HUGこどもパートナーズの広報誌です。  
私たちは、東村山市でさまざまな子育て支援の活動をしています。「HUGコミ」ではそれらの活動について紹介したり、各事業の報告をしたり、担当者が文章を寄せたりしています。

### HUGの活動紹介



毎月1回木曜日10:20~12:00 (いきいきプラザ2階)  
対象: 市内在住の2~4ヶ月の赤ちゃんとママ

子育ては不安がいっぱい。  
とくにはじめての出産では、里帰り出産や産後フォローの時期が過ぎ、赤ちゃんと二人きりの生活がはじまると、急に不安や孤独感を感じる人も少なくありません。  
「こんな時、どうしたらいいの!」「みんなは、どうしているのかな…」と、迷ったり心配になりましたりすることもあるし、「おとなしゃべりたい!」と、叫びたくなることも…。

この、通称「2ヶ月ママ」は、2~4ヶ月の赤ちゃんをもつママどうしの語り合いの場です。出産後の早い時期に、子育て仲間をつくったり、地域情報に触れたりしてほしいと、東村市の母子保健担当の保健師さんに協力

してもらい、2008年9月にスタートしました。

毎月40組近くの親子が集まって、簡単なストレッチで身体をほぐしたあとは、赤ちゃんとのコミュニケーションタイム「あやしゅうた」。この時期に親子で心を通わせてゆっくりやってあげてほしいわらべうなどご紹介しています。「赤ちゃんとよく目を合わせて、赤ちゃんの気持ちや体のようすをわかってあげてね。赤ちゃんともっと仲良くなつてね」という想いを込めています。後半は小さなグループでのおしゃべりの時間です。保健師さんもグループをまわってくれるのでおっぱいのこと、皮膚のこと、予防接種のことなど心配事を直接相談できます。

参加した方からは「近くにママ友ができてうれしい」「同じ月齢のママたちと話せてよかったです」「保健師さんに相談できてほっとした」と好評です。



### ~10周年記念の集いがありました~

平成16年に東村山市にファミリーサポート事業がスタートして、今年で10年になりました。会員数も1700名を超えて、地域での支え合いの輪がひろがっています。

節目の年を迎えるにあたり、9月6日にサンパルネにて10周年記念行事を開催しました。

当日は2部形式で行われ、1部は白梅学園大学の汐見稔幸先生の講演会があり、ファミサボ発足当時のお話を最近の子育てを取りまく環境と、ファミサボ支援のあり方について、笑いも交えつつ大変興味深いお話を聞くことができました。

2部は会員交流会として、日頃なかなか会うことがない会員の皆様と地域ごとにテーブルを囲み交流を深めました。歴代のアドバイザーも参加してください、懐かしい笑顔の輪がひろがりました。手づくりのお菓子の提供や記念撮影など大変和やかな雰囲気で会は進み、最後は「明日があるさ」のファミサボバージョンの替え歌を全員で合唱しました。声を合わせるとともに気持ちもひとつになり、記念行事を企画したセンターのスタッフも涙ぐんでしまうほど…

改めてファミサボの活動の必要性と、地域で支え合うことの素晴らしさ、会員の皆様への感謝を思い、温かな気持ちになる一日でした。



♪お集まりいただいた会員さん♪

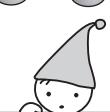
### ~提供会員養成講習会が終了しました~

平成26年度の養成講習会が開催され、9日間の講習が10月10日に無事終了しました。講座は毎回、各専門分野の講師の方々から現在の子育てに関する貴重な話をうかがえました。救命の演習や、手作りおもちゃの実習、先輩提供会員さんの体験談を聞ける機会などもあり、もりだくさんの講習会でした。

今年度は21名の方が新人提供会員さんになっています。今後のファミリーサポートの活動により、また新しい支え合いの輪がひろがっていくことでしょう！！

■もう師走！12月というだけを振り返つたり、来年のことに思いを巡らしたりする時期もあります。私たちが今年一番感じたことは、「お互いが思いを伝える受け取ることの難しさです。はつきり言葉にしても相手に全然伝わらないこともあります。自分たちが今まで言葉だけではありませんし、相手がどんな人か、信頼関係がどれくらいあるかによっても違います。ずっと続していく課題のひとつなのでしょう… ■私たちは日々、乳幼児を抱えたお母さん達と関わる事業をしています。子育ての中には否応なく子どもだった頃の自分と出会うことがありますが、実はその頃(自分が子どもだった頃の親子関係)に立ち戻って、どういうことだったのかとひも解くことがとても重要だとあります。自分が子どもの頃の思い出が蘇つたり、気がつけば自分の母親とそつくりの口調で叱つたり…。意識していないても「育てられたように育てる」という面はあるのかもしれません。そんな自分に出会うと、「嫌だな」と封印したくなることがあります。例え、忘れていた自分達と一緒に育む事業をしていても、子育ての中には否応なく子どもだった頃の自分と出会うことがありますが、実はその頃(自分が子どもだった頃の親子関係)に立ち戻って、どういうことだったのかとひも解くことがとても重要だとあります。■さて、研修の中で聞きました。子育てに限らず、嫌な感情や出来事にはつい蓋をしてしまうのが人間ですが、実はそこに向き合なのが人間の正直なところですが、棄権だけはダメよダメダメダメ…ということで、みなさん投票に行きました。■今年も自然災害が多くなっています。被災した皆さんのが一日も早く元の生活に戻れますようにと祈りつつ、よいお年を！

# ぶくぶくダイアリー



## 「ふくふくの窓のおはなし」

これは、“のぐちゅう子育てひろば”のスタッフが、ひろばでの出来事などをちよこっとお伝えするコーナーです。

ぷくぷくには表の通りがよく見える大きな窓ガラスがあります。車好きの男の子達は目で追ったり、消防車やバスが通ると歓声をあげて窓際に駆け寄ってきます。

また、近所のデイサービスのおばあちゃん達が毎日のように窓の前を通るたびにニコニコと手をふってくれたりガラス越しに手をひたつとくつづけてタッチしてくれたりもします。

この季節、窓が結露になると、大きなお絵書き用のキャンバスにもなって、ママ達が人気のアンパンマンやクマさんの絵を描いてくれて、子ども達も大喜び。

この大きな窓みたいに心がオープンな利用者ママ達がお互いに失敗談や育児ワンポイントを語っているひろば、ふくふくにぜひ寄ってみてね。――――――



## のぐちちょう子育てひろば ぶくぶく

東村山市野口町2-4-36 TEL 393-4181  
(東村山駅西口より徒歩13分、スーパーカネマンさん斜め向かい)



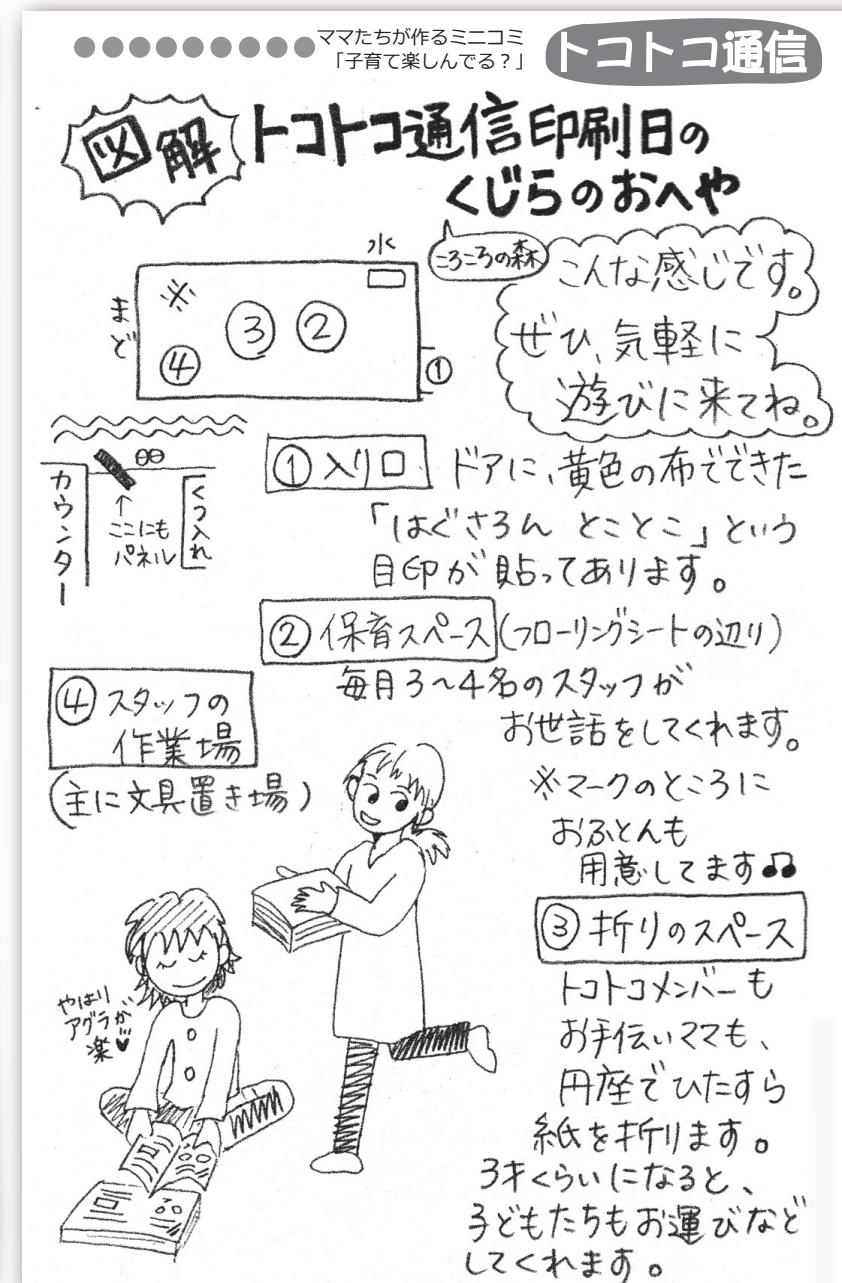
『きのう何食べた?』  
\*現在9巻まで  
よしながふみ 著  
講談社モーニングKC  
581円(税別)

されるその手順とこだわりの部始終は、毎日のおかずと悩む主婦たちの参考になると請け合い（笑）

シロさんの作る料理をケンちゃんがうれしそうに食べるシーンもほほえましく、癒されます。

職場ではゲイであることをカミングアウトしてないシロさんをめぐらして女性たちもかしましく、また息子がゲイであることに理解を示そうとしつつも受け入れきれない母親との関係ももどかしく、物語は展開していきます。

映画化された「大奥」などで知られるよしながふみさんの、知る人ぞ知る作品です。（ま



## 5カ月の赤ちゃんとママの おしゃべりTime

「2カ月ママ」の後の会はありませんか？

……そんな声がたくさん聞こえてきたことから、「ころころの森」の協力を得て、通称「5ヶ月ママ」は2010年4月にスタートしました。

いろいろなことに興味を持ち出す5～7カ月の赤ちゃんと、わらべうたでたくさん遊びます。2カ月ママでお友達になったママたちが一緒に参加してくれることもあります。

発達段階にあったわらべうた遊びは、赤ちゃんの成長をうながし、さらに赤ちゃんの遊びの好みや反応のようすから、赤ちゃんの性格が見えてくることも。お気に入りが見つかったら、1つだけでいいので続けてみてほしい！

赤ちゃんとしっかり目を合わせて心を通わせる時間は、赤ちゃんの心にたっぷり栄養を蓄えてくれるので、そんな時間を大事にしてほしいと願っています。



毎月第3水曜日（8月、3月は除く）10：20～12：00  
対象：市内在住の5～7才の赤ちゃんとママ

2ヶ月ママ❤赤ちゃん抱っこ隊

ママたちが受付をしたり、身支度をしたり…というとき、赤ちゃんを抱っこしてあげるボランティアさんを募集しています!



『日本女子大学生の世の中  
ウォッチ 2011-2014』  
是恒香琳 著  
パト・ウイメンズ・オフィス  
1300円(税別)