



# 「健康づくり」や「子育て」一緒に語ろう

## 「コミュニケーション」談<sup>だん</sup>（大和市）

少子化の流れを変えるため、各種制度の見直しや環境の整備が、全国的に進められています。

本年一月に、厚生労働省が全国の未就学児を持つ二千世帯の父母を対象に行った「子育て支援策等に関する調査研究」では、母親が保育サービス以外に求めているサービスとして、「子どもを遊ばせる場や機会」について、「親のリフレッシュの場や機会」「親の不安や悩みとの相談」等が上位を占めました。このことから、子どもたちが健やかに育つためには、身近な地域の中で親の心を理解し、支えていく体制づくりが必要だということが読みとれます。

今回は、子育てや健康などの問題を話し合う母親のグループ、「コミュニケーション」談<sup>だん</sup>（以下、談）のメンバーの皆さんにお話を伺いました。

### 自分で学び考えていく集まり

談は、大和市や綾瀬市などに住む母親たちが集まり、平成六年に

活動を開始しました。

「おりしも当時、虐待や子育て環境の問題など、子どもをめぐる事件や出来事が、社会で問題視されるようになってきていて、同じ母親の立場であった私たちも、抱



本年2月と3月に開催したストレスをテーマにした東洋医学講座の1コマ

えていた悩みや不安を、同じ立場で聞いてくれる人や話せる場所があればと考えていました。そこで、お母さんたちが、自由に話し合える場を作ろうと活動を始めました。代表の齊藤さんは話します。現在は、子育てと健康の二つの

テーマで、様々な活動をしています。

「子育てを語らう場『ほっとすぽっと』よかつ種<sup>たね</sup>」では、子育てや不登校の問題などについて、お母さん同士で気軽に話し合っています。専門的な知識よりも、談では、気がねすることなく、安心して仲間が集える雰囲気作りを第一に考えています」とメンバーの桜井さん・高山さん。

また、健康の活動を中心的に担う金田さんは、「更年期やガン、花粉症など、時事に話題となった様々な問題を取り上げ、特に予防医学を得意とする東洋医学の視点から健康づくりを考えていこうと、講演会などを開催しています。また、最近では、ストレスの問題などにも取り組んでおり、今後は、心と体の両面から健康を考える活動も進めていきたいと思っています」と語ってくれました。

母親同士の交流の中から、参加者一人ひとりが自分自身の生き方を見出し、それぞれに輝いて欲しい。そんな願いを込めた談の、今後の活動を期待したいと思います。

（企画課）

コミュニケーション「談」  
☎ 046-264-0225（齊藤方）  
URL <http://ahnetio/dan/>

### —社会福祉施設の設計監理—

株式会社 安江設計研究所  
YASUE & ASSOCIATES'Inc.

東京都港区高輪2-19-17-808  
TEL03(3449)1771(代) / FAX03(3449)1772  
E-mail: yasue-a@nifty.com



入所更生施設（横須賀市）

新築・増築・改修等お気軽にご相談ください