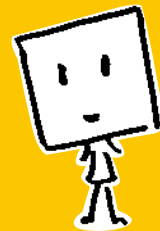


は  
い  
い!

男と女が共に歩むための情報誌

# Hi, あきしま

vol.26  
2008.10



特集 **ママの応援団**

● INFORMATION

配偶者暴力防止法（DV法）の改正について

● BOOK GUIDE

『子どもを大切にする国・しない国』

～子育てのなかのしあわせ格差を考える～

『おひとりさまの老後』 ほか

平成19年度の昭島市市民意識調査で、子育てをしやすい環境づくりに必要なことは、「保育所や児童館などの設備の充実」「子育ての経済的負担の軽減」と回答した人が6割近くをしめていました。また「子育てに関する相談・支援体制の整備」と回答した人が3割近くいるのも見逃せません。

毎日子どもと向き合って、孤軍奮闘しているママがたくさんいます。そこで、子育て中のママたちをサポートする活動に力をいれている「ぐう＊ちょき＊ぱあ☆塾」のイベント取材してきました。

# ママの応援団

特集

## ぽかぽかランチ

5月23日「市民交流センター」に約30組の親子が集まり、10人のスタッフにより「ぽかぽかランチ」が開催されました。



## ランチ

音遊びが終わると、グループに分かれてランチを食べながらおしゃべりをします。「思ったことは素直に話す」「他人の言うことを非難しない」「ここで話したことは、よそでは話さない」の三大原則を確認仕合い、ランチが始まりました。



ランチを楽しみながら、グループごとにおしゃべりを楽しむ様子

## 音遊び

初めは、「どれみdeぱれっと」と「ママRing」による音遊びです。絵や指人形を使って歌ったり、ピアノやバイオリンの演奏がみあったり、ママも子どもたちもみんな楽しそうでした。

次に、ペットボトルを使用した手作りの「マラカス」や「カスタネット」が子どもたちに配られ、みんなで合奏しました。手作りの楽器は、ペットボトルで出来ていてとは思えないほど本格的な音色で、とても驚きました。

最後は、オリジナルの歌を披露してもらい、素敵な歌に聞き入っていました。



右 ペットボトルにアイロンビーズを入れて作ったマラカス  
左 ペットボトルの底で作ったカスタネット

## ママシネマ

6月27日「MOVIX昭島」  
で、赤ちゃん連れて映画が楽しめる「ママシネマ」が開催されました。

### 赤ちゃんと一緒に

チケットを事前に購入するため、映画館へ行きました。料金は、1人1000円ですが、座席は赤ちゃんの分も入れて2座席確保できました。もちろん指定席です。

当日、受付を済ませて会場に向かう途中、入口近くの通路が「授乳コーナー」と「オムツ替えコーナー」が作られていました。

トイレにもおむつ交換台はありますが、大勢の赤ちゃんが集まっているので、混雑しないようにと臨時に作られたコーナーです。

授乳コーナーには、ミルクに適温のお湯がポットで用意され、座って授乳ができるようにソファが用意されていました。

(次のページへ続く)

## ママRing

代表のともこさんは、子どもが0～3歳の頃育児に悩み、先の見えない暗闇をさまよっているような時に、心にあふれた思いを歌にして自分を奮い立たせていました。そしていつしか、子どもの成長と共に、ママたちを歌で励ましたいと強く思うようになり、ママと育児を応援するバンドとして2006年に「ママRing」を結成しました。

オリジナル曲の歌詞は、子育てを経験した人なら共感する部分が多いと思います。歌を聴いて涙した人も、勇気づけられた人もいます。自分を振り返って、子どもに優しく接することができるようになった人もいます。夜泣きがひどい、離乳食を食べてくれないなど、過ぎてみれば些細なことも、その状況に置かれているママたちにとっては深刻な問題なのです。でも、それは子どもと真剣に向き合って、一生懸命育児に取り組んでいるということだと思います。ちょっと視点を変えたり、ゆっくり周りを見渡したりすることで、ずいぶん違ったものが見えてくるものです。ママが優しい気持ちで気分よく過ごせることが、子どもにとって一番よいことなのではないでしょうか。



## Dear my little one

作詞・作曲/ともこ

- 怒ったよね 怒りすぎちゃったよね 目に涙溜めた寝顔 見ると胸が痛いよ  
イライラしたよね キツイ事言ったよね あなたの話ちゃんと  
聞けばよかったのにな  
ああ 抱きしめて瞳見て話を聞けばよかった  
落ち着いて冷静に話を聞けばよかった  
あなたの気持ち 考えなかった 私ダメなママだよ  
いつも余裕がなくなるについ怒りすぎちゃう  
わかってるけど わかってるけど また繰り返してしまう  
ごめんね...ごめんね...Yey yey yey yey Ah-  
(あなたの気持ち 考えなかった)愛しい我が子  
なのに 涙濡れた 頼り 痛いほど 胸を刺すよ
- 生まれた時は 元気ならそれでいい そう思ってたはずなのに  
色々要求しちゃうね  
あれもしたらなんてね 小さな体で 頑張ってくれたよね  
ああ 春がきて夏がきて秋がきて冬になる頃 あなたは1つ年を重ねる  
笑顔ありがとう 元気ありがとう 生まれてくれてありがとう  
いつか大人になって二子を巣立つけれど 私はずっとあなたの味方  
愛しているよ 何があっても 揺るがないこの気持ちだけは  
ありがとう...ありがとう...Yey yey yey yey Ah-  
(笑顔ありがとう 元気ありがとう)パパとママの子  
でよかった 小さな手を 握って どこまでも 歩いてゆくよ  
だから叱ってばかりでも キツイ事言っても 愛している  
lalalala...(太くなるあなたを見るたび 眩しくて胸が熱くなるよ  
できなくていい  
遅れたっていい 生きてさえいてくれればそれだけでいい  
泣いたり笑ったり怒ったり  
色々な顔を見せるあなたが 全部好きだよ 大事だよ  
かけがえのない my little one)どこまでも 歩いてゆくよ  
だから落ちこぼれだっていい 立派じゃなくていい れこそ好きだよ  
君は宝物だよ 宝物だよ 愛しているよ



おむつ替えコーナー

おむつ替えコーナーは、テーブルでおむつ交換台が作られ、ウェットティッシュが用意されています。床には裸足で上がれるように敷物が敷かれ、パンツタイプのおむつをはいている赤ちゃんのおむつ交換ができるようになっていました。

入口では、スタッフの方たちが笑顔で迎えてくれて、会場の座席までママたちが持ってきた大きな荷物を持って案内してくれました。

赤ちゃんを連れていると、飲み物を買に行くのも大変です。その日は、「MOVIX昭島」のスタッフが注文をとりに来て、座席まで運んでくれるサービスまでしてくれました。



会場入口

## ナルニア国物語

今回の映画は、『ナルニア国物語』です。

館内は、赤ちゃんに配慮して、通常よりも音響を小さくし、照明も明るめにして上映しましたが、全く気になりませんでした。

『ナルニア国物語』は、通常より長めの映画なので、「大丈夫かな」と多少不安の声もありましたが、思った以上に静かに映画を見ることができました。

みんなが赤ちゃん連れということで、多少の赤ちゃんの声はお互い様です。最後は、子どもを抱っこして立ちながら映画を見ているママの姿がとても印象的でした。

## ママたちからの感想

- ・久しぶりに映画を見ました。みなさんお子さん連れなので少し泣いてもあまり気にせず見ることができました。ありがとうございました。次回を期待しています。
- ・赤ちゃんが泣いてもお互い様なので、安心して見られました。もう少し音が小さくても大丈夫だと思います。とても良い企画ありがとうございました。赤ちゃん映画なんて考えもしなかったのでうれしいです。



「ぐう\*ちよき\*ばあ☆塾」と「MOVIX昭島」のスタッフの皆さん

第1回目のママシネマにご参加くださった皆さん、本当にありがとうございました。

至らない点は多々あったかと思いますが、「ぐう\*ちよき\*ばあ☆塾」の皆様をはじめ、たくさんの方のおかげで、とても良い上映会が開催できたと思っています。

正直なところ、開催当日まで、おかあさんたちが集ってくれるか、無事に上映が終われるか心配でした。しかし、当日は朝早くからにもかかわらず、多くの方にご来場いただき、本当にうれしく思っています。上映中はシアターの中に待機しておりましたが、子どもたちが飽きても騒いで

も、歩き回っても全然気にしなくていいこの空間は、「いいな」と素直に思いました。

ポップコーンを食べながら、大きなスクリーンに映る映画を見て笑ったり、感動したり、そんな「映画館」の雰囲気をもっと多くのおかあさんたちに満喫していただきたいです。また、この「ママシネマ」がお子様の映画デビューのきっかけになって、映画を好きになってくれたらとても嬉しいです。

MOVIX昭島 橋本

## グループの代表 に伺いました。

### きっかけ

「ほかほかランチ」は、昨年秋西東京市の子育て支援グループとの交流会を行い、双方ともお子さんが一緒に参加したにもかかわらず、ランチを取りながらゆっくりとおしゃべりができたことがヒントとなりました。その際、思わぬサプライズで「マリング」の歌もアカペラで披露してもらい、とても楽しく過ごすことができました。ちょうどその頃、昭島で活躍している音遊びのグループがあり、ランチと音遊びをドッキングさせたら楽しいイベントになるに違いないとひらめき、話を持ちかけましたところ、快く引き受けていただくことができました。さっそくメンバーにも声をかけて、今春第一回目の開催を実現することができました。

第一回目を開催してみても「おかあさんは話す場を必要として

いる」「おかあさんの居場所作りは話す場をつくることだ」と再確認しました。

お子さんを中心としたつどいの広場は既に開催されていますが、おかあさん同士がゆっくり話せる場は、まだまだ充分ではないような気がします。

「ママシネマ」は、メンバーから「赤ちゃん連れでも気兼ねなく映画を見たい」という提案を受けたことがきっかけです。実は私自身、大の映画好きのため、「是非おかあさん方に映画を見せてあげたい」と夢が膨らみ、無謀にも「MOVIE X 昭島」へ直談判を試みました。

「1年ぐらいかけてMOVIE X サイドを説得することになるだろう」という私の思惑は大きく外れ、逆に「MOVIE X 昭島」の支配人の方から「是非やりましょう」というオファーをいただき、今回第一回目開催を実現することができました。

「ママシネマ」では映画を楽しんでいただくのはもちろんのこと、赤ちゃん連れのおかあさん方を迎えるため、会場を準備してくださった「MOVIE X 昭島」のスタッフの心意気を実感

し、イベントを丸ごと味わっていただきたいと思います。「思いやりは必ず伝わる」と信じています。

### ママたちの居場所作り

「ほかほかランチ」「ママシネマ」共に素人のメンバーが主催するものですから、思わぬハプニングが大いにあり、それもまた楽しいというスタンスで行っています。いずれは参加者であるおかあさん方が順次提供者になっていって、次の世代に引き継いでいってくれたらと願っています。お客さんではなく一緒に作っていく仲間の輪を広げていくということです。「誰かが与えてくれるのを待っているのではなく、自分の居場所は自分たちで作っていきましょう」とおかあさん方に声をかけていきたいです。

たとえ小さなお子さんがいても、自分たちでやれることが必ずあるはずです。

私はそんな居場所作りをこれからも続けていきたいです。

ぐつ\*ちよき\*ぱあ☆塾

代表 兼本富士子

### 是非ご活用ください!!

昭島市では、子育てに関する情報を下記2冊に掲載しています。「市役所本庁(保育係)・児童センター(ぱれっと)・保健福祉センター(あいぽっく)・東部出張所」の窓口で配布しています。



あきしま 乳幼児支援制度案内

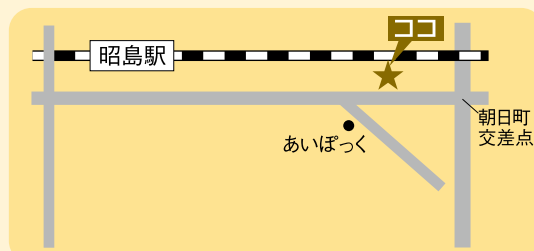


あきしま子育てハンドブック

## 男女共同参画ルーム おあしす

誰でもふらっと遊びに来てください。友達とのちょっとした集まりやくつろぎのひとときに、「おあしす」を提供します! 団体登録すると、開室日以外も利用できます。詳しくは市役所企画政策室へ。

**開室日** 水・土・日曜日(祝日・年末年始は除く)  
午前10時～午後4時30分



## 配偶者暴力防止法(DV法)の改正について

あなた自身  
あるいはあなたの  
身近な人がDVに  
あっていたら  
あなたは どうしますか？

今の時代、私たちは誰でも暴力を受けない、安全に生活する権利を保障されるようになっています。DVの被害にあっているのがあなたなら訴える事ができます。あるいは身近な人ならば、被害者のなんらかのSOSサインを読み取り、救済の手を差し伸べる事もできます。

プライベートな関係の中で起こる暴力は、なかなか表沙汰になりにくいものでした。そんななか平成13年に「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律」(配偶者暴力防止法)が制定され、さらに平成20年1月11日から最新の改正法が施行されました。

### ● 改正のポイント ●

#### 1. 保護命令制度の拡充

- ① 生命・身体に対する脅迫を受けた被害者も保護命令の申立てができるようになりました。
- ② 被害者に対する電話・電子メール等が禁止されました。
- ③ 被害者の親族等も接近禁止命令の対象となりました。

#### 2. 市町村基本計画の策定

配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護のための施策の実施に関する基本計画の策定が、市町村の努力義務になりました。

#### 3. 配偶者暴力相談支援センターに関する改正

- ① 市町村の施設において、「配偶者暴力相談支援センター」としての機能を果たすようにすることが、市町村の努力義務となりました。
- ② 被害者の緊急時における安全の確保が、「配偶者暴力相談支援センター」の業務として明記されました。

#### 4. 裁判所から配偶者暴力相談支援センターへの保護命令の発令に関する通知

保護命令を発令した場合、裁判所は速やかに、保護命令を発したことやその内容を、被害者が相談等をした「配偶者暴力相談支援センター」に通知することになりました。

DVの被害にあっている人々、そして周囲にいる人々が訴え、救済を求める事ができるように、福祉・医療・警察・教育・人権擁護など各分野の機関や職員・委員が協力して、迅速かつ実効性のある取り組みをしなければなりません。そのためにも、私たち一人ひとりも、情報提供努力義務を持つことになります。

また人権を守ることの正当性を理解してもらう社会全体の教育及び啓発も重要になります。

### 👉 ご相談は… 👈

|                       |              |                                  |
|-----------------------|--------------|----------------------------------|
| 昭島市役所                 | 042-544-5111 | 8時30分～17時15分<br>(土・日・祝日・年末年始を除く) |
| 東京ウィメンズプラザ            | 03-5467-2455 | 9時～21時 (年末年始を除く)                 |
| 東京都女性相談センター           | 03-5261-3110 | 9時～20時 (土・日・祝日・年末年始を除く)          |
| 東京都女性相談センター<br>(多摩支所) | 042-522-4232 | 9時～16時 (土・日・祝日・年末年始を除く)          |
| 警視庁総合相談センター           | 03-3501-0110 | 8時30分～17時15分<br>(土・日・祝日・年末年始を除く) |

# BOOK GUIDE

新しく購入した本を紹介します。  
男女共同参画ルーム「おあしす」に  
ありますのでご利用ください。

## ☆ こどもの豊かな成長を育むために

### 『忙しいパパのための 子育てハッピーアドバイス』

明橋 大二 他  
一万年堂出版 2007

夫婦で一緒に読めば、互いの立場  
を理解し合い、家庭円満。子ども  
は明るく元気に育つ。



### 『子どもを大切にできる国・しない国』 ～子育てのなかのしあわせ格差を考える～

浅井 春夫  
新日本出版社 2006

子どもを大切にできる国への道を  
阻むもの、「保育の質」を向上させ  
るものは何か、日本の家庭は子ど  
もらしい生活の場となっている  
か、等。



### 『乳幼児と親のメンタルヘルス』

～乳幼児精神医学から子育て支援を考える～

本間 博彰  
明石書店 2007

著者が長年にわたる児童相談所  
等での臨床経験や研修会等で話  
した内容をまとめた実践書。



## ☆ ひとりでも大丈夫

### 『不器用』

野田 聖子  
朝日新聞社 2007

著者は働く女性なら誰でも感じる  
生きにくさとも向き合い、「今がい  
ちばん自分らしい」と語る。



### 『おひとりさまの老後』

上野 千鶴子  
法研 2007

結婚していても最後はひとり。ど  
こでどう暮らすか、誰とどうつき  
あうか、おカネはどうするか等。



## ☆ 男女共同参画を実現するために

### 『男女共同参画と男性・男児の役割』

原 ひろ子 他  
明石書店 2007

JAWW(日本女性監視機構)は、2007  
年「婦人の地位委員会」国連会議での  
日本政府が提言をするために、男女  
共同参画の観点から男性と男児の状  
況を点検し、報告書を作成。内容は日  
本政府と地方公共団体における取り  
組み、家庭・地域における男女共同参  
画と男性・男児の役割等。



## 編集後記

・虹は何色？と尋ねる。日本人  
は七色と答えるが他民族は違  
う答えをする事も。他者理解  
には努力が必要なようだ。  
(直)

・お母さん一人で抱え込まない  
で、家族や友人、地域ぐるみで  
子育てできる「あきしま」にな  
るといいですね。(由)

・『H.あきしま』を一人でも多く  
の方に読んでいただきたい！  
という思いから今回編集委員  
に参加させていただきまし  
た。結果はいかがでしたで  
しょうか？(富)

・『H.あきしま』が、「男女共同参  
画」実現のための情報誌とし  
て皆様に愛される誌面作りを  
目指します。(幸)

・日本ではどの市も「男女共同  
参画」のテーマで活動がある  
ようだ。国や時代で変わって  
くる男女の理解…ふーむ、興  
味深い(佳)

### 編集委員

安部 直子・大塩 由美子  
兼本 富士子・原 幸子  
前川 佳津恵  
イラスト  
オンマ

# いいね! あきしま

引越して  
来たです!

ヤッホー

韓国ソウルから  
昭島へ!



とっても  
水がいい!

子育てには  
いい環境だよ

この言葉にひかれて  
昭島市民になることに...

よし!  
決めた!!

引越してさっそく、  
市の広報で気になるイベントに  
参加してみたら、

それがキツカケで  
編集委員に  
なつたです



昭島の生活を満喫するのに  
広報の情報はかせない!

くじら公園で  
テニス~



総合スポーツセンター



子どもクライミング教室



救命救急法



あいぽく  
胃がん検診



すばらしい  
充実さ!  
いいね!  
あきしま

韓国人  
あっぱ絶賛!!

\*あっぱ  
= パパ

埼玉から友達が  
訪ねて来た時のこと

ピンポンパン  
ポーン

こちらは昭島市役所です...



小学生が  
下校しています  
安全を見守って  
ください!

このチャイム  
ホッとすると  
いいね!  
なごむわね



そして今回は市と学校の取り組み、  
拝島第一小学校の  
「マッテマステーション」を  
見学しました。

通称「マッテマ」は  
働く親のために  
学童に入れない子供たちの  
下校後の居場所作り事業。

もう、2006年から  
取り組まれてるん  
ですって

保育士さんから  
昔遊びを  
教わったり、

子供たちは  
のびのび  
してた~

夏休みでも  
集まる子供たちは  
宿題・プール・遊びと  
決められた  
スケジュールの中で  
楽しそうでした。



マッテマで  
過ごすの  
楽しい?

楽しいよ!

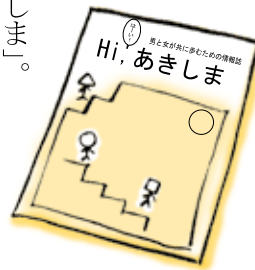
家で一人より  
いいよ

最近では定員オーバーで  
マッテマを待っている状態とか...



男と女が  
共に歩むため  
というテーマで  
発刊される、

情報誌  
「はーい! あきしま」。



男と女で出来る  
ひとつの家庭は  
社会の最小単位!

そうして社会は  
家庭を保護し、  
環境をつくる...か

住みよい町づくりのため  
努力する、  
個人と家庭と  
市の取り組み。

昭島のいいところ  
をもっと知りたいと  
思うオンマなでした。



\* オンマ = 韓国語でママのこと