

なかまほいくの  
ススメ

支え合いの子育て、

はじめましょう



# CONTENTS

子育ての原点、はじめませんか？ はじめました、おなまえ、なあい。 ここんばかり、またねえだね、今日やじつしね。 久しぶりの、「私」の時間。	3
はじめました、おなまえ、なあい。 ここんばかり、またねえだね、今日やじつしね。 久しぶりの、「私」の時間。	8
子育て支え合ひ、共助の子育て、「なかまほいく」 <b>what's</b> なかまほいく	10
広がる、深まる、なかまほいくの仲間たち	12
座談会 実践したー発見したーなかまほいくの魅力 なかまほいくを実践して NPO法人志木子育てネットワークひみがる輪 小笠原順子さん 参加者からボランティアへ NPO法人WA-I-WA 大塚あゆみさん インタビュー 子育てを想ひ、つぶやき 白梅学園大学学長 汐見稔幸さん	22
座談会 いつしょに育つ、いつしょに育てる なかまほいくお力ぬ学びの特徴 十文字学園女子大学名誉教授 赤井美智子さん さあ、はじめましょう！	36
40	
42	

# 子育ての原点から、はじめませんか



20年以上も前のいじ、

東アフリカのトウルカナ湖の南を旅していくとも、

牧畜民のママと娘さんたちが、

かたわらに赤ちゃんと幼児を遊ばせ、

木陰で、涼しげにしゃべりながら、

手仕事をして、光景をよく覗かせました。

保育園も、幼稚園も、子育て支援センターも・・・・。  
日本にある、子育てをお援するサークルはほつたくな。

大自然の中の子育ては、今から思えば、

まさしく、なまめかしく、その中の

子育てば、小さな命を、みんなの未来につなぐ仕事。  
うちの子や、よその子も、みんなの子、

子育てはみんなでするものじ、教えてくれました。

子育ての責任を抱え込み、押しのぶされないなってこの  
日本のお母さん、お父さん、  
木陰で楽しそうに子育てしていくアフリカのママたちのよひな  
ひとときを、作ってあげさせた。

子育てが社会の問題となつてこなか。  
少子化が危機的状況になつてこなか。

なりば、人の子育ての原点から、やつ直してみよう。  
小さな命を、みんなで育てる、地域子育ての原点、  
支え合つの子育て、はじめるか?

なかまほじのススメ。

# はじめまして、おなまえ、なにに？ 自然な親子の出会いを求めて



「こじらかす幼稚園」「柏友だち」「だいじご」。

なかほほこぐる参加する時はいつもみんなが、  
参加動機を聞かれねえ、ねえ、いじめられたりとか。

「近所で、公園でのやうな遊びがこなさんです。  
少しあたうて、いじめられましたわね。」

公園で、行つてみたかね?  
遊んで、ねんやが、こなさんわ。  
外で遊ばなくなりふれり、きよひわ。

仲のよせんりのなぐらづはからだ、  
児童館に行つても、お友だちはやきなかりだ…。  
声をかかぬ感覚がない、最初の一回、なまにかべはよかつたのかし。

「ほんのほんの…」と、回じゆうひな幼稚園の親子と、  
自然と田舎といひが難しい少子化時代です。  
地域の中、  
ボンビと、お育てほんのほんのあらわの親子といひ、  
安心で、自然な田舎の機会は、「愈つ田舎時代」。

子育ての孤独と孤立させ、このよな不安が潜んでござる。



こんにちは、また会えたね、今日もいつしょね。  
だんだん、親しくなっていく。  
だんだん、楽しくなっていく。





子どもはみんな、それぞれのペースで、  
環境に、適応していきます。  
「おむすびひの『環境』は、空腹だからではあります。」

こころも身體も人々も、  
おむすびややかな風や光、音や匂い、草や木…、  
自分を取り巻く森羅万象が環境。

小さなかいだい、五感こつぱん、  
子どもたちは、それらを感じ、交流し、親しんでいきます。

新しいお友だち、新しいお母さんたち、新しい場所…。  
同じ仲間と、同じ時間を重ねていくこと。  
子どもが、仲間に親しみ、環境に馴染み、  
活動を楽しめりようになります。  
共に過ごし、経験を共有し、関係性を紡ぎ、  
安心を得て、信頼を育んでいきます。

人と人がつながり、  
コミュニケーションとなり、  
社会が形作られていく。

なかなかじぐくの始まりば、  
子どもたちが、お母さんといいせい、  
社会とながる、はじめの一歩。  
「社会性の動物」といわれる人間の  
たごせつにしたい一歩です。

久しぶりの、「私」の時間。  
たわいないおしゃべりと手仕事が、笑顔をくれた。





小さな命が、お腹の中に生まれたときの気持ち、覚えてごまかす。  
早く、出でても、そのかわいいお顔を覗せて、じ待ち遠しかった。

小さなからだで、精一杯、誕生の趣を上げたあなたに会えて、  
嬉しい、嬉しい、嬉しかった。

…やね、いぬね。

いのいの、じめいめ、  
ひひつの時間が過ぎて、ひと頃ひたまひる。

24時間、赤ちゃんとじこりしよ。

話し相手は、帰りの遅い夫だけ、孤独な子育ての日々…。

かみりと、しこく、かみりと、寂しく、かみりと、不安…  
そんな感じが、少しずつ積み重なりて、膨らんで、  
自分でわかるからなに、子や半ヤヒした気分に包まれていました。

やむむむ可憐で、こいつから育てたば、いい親になつたい。

多くのお母さんがそう考えてこますか、

子育ての始まりに、多くのお母さんかいんな気持ちを経験します。

真面目なお母さんぽい、ひひつで頑張のいわ。

人間は、大昔から、みんなで子育てしてきた生きもの。

同じものが子育てする中間じ玉体のいじり、  
山や川やしおこした感じが、晴れっこもまか。

# 子育てを支え合う、共助の子育て、「なかまほいく」

[「中間やねひみひ預けい〇〇したこな」]

「わじ鷹つまきたこかねじ」

「ひかのあ、わよひと見てこて、しん軽に頼れる人が地域にいな」

「わむちと離れてマタ友と大人同士のおしゃべつかしたこな」

「自分のリフレッシュのため保育料を払うのは、なんだか後ろめた」

「わ前てこに疲れてこぬマヤ」

「わじか預かぬよ、うに囁ひとおひたてのひ、聞く出せなこ」

「なかまほいく」の誕生のきっかけとなりたのは、

新座市育てナシティワーフが新規で支援の現場で

口常的に聞く、母親たちからのいそな言葉の数々でした。

親同士に「なかま」を用語してから「なかまほいく」は、

いわした母親たちのやややかな「一歩」が広がる

シラカルな仕組みの活動ですか、

参加したお母さんたちの全員が、

地域に広がって欲しい仕組みと普及を願いました。

研究者や専門家たちからも、子育て力の向上や仲間づくり、

そして、子ども自身の成長にも、大きな成果があると評価を得て、

2011年の誕生以来、

身近な地域子育て支援の現場で、広がりつつあります。

「わひつじやだもなこ」「わひつじこやこはなこ」のが、子育て。

「なひば、みよなだ一緒にハイハイややねじしづかー！」

わい、わい、じぶな、活動なのじょひか。



## 身边に頼れる人がいない、 現代の子育て



なかまほいくが、求められる理由

### 核家族化

- ・働き盛りのパパは帰宅が遅い
- ・母子二人で過ごす時間が長い
- ・近くに頼れる親戚がない

### コミュニティ

- ・地域に子育て仲間がない
- ・近隣住民の顔を知らない

### 行政

- ・依然と多い待機児童
- ・一時保育は常に予約でいっぱい
- ・多様なニーズに対応できていない

親同士の子どもの預け合い保育「なかまほいく」事業で  
仕組みを構築

全国で56%の家庭が核家族である時代。  
身边に頼れる人がおらず、子育てで負担感を抱える母親が多く存在します。

## 子どもとお母さんだけじゃない、 なかまほいくのイイトコ



### 社会にとって

- ・当事者やNPOなどの市民による保育課題の解決
- ・リフレッシュで子育てにゆとり
- ・親としての気づきや学びがいっぱい
- ・主体的な活動でエンパワーメント
- ・孤獨な育児児からの開放
- ・少子化対策
- ・地域資源の活用促進
- ・虐待予防
- ・待機児童対策
- ・地域にとつて
- ・子どもにとって

# what's

## なかまほいく

なかまほいく

地域の乳幼児親子が参加し、主体的に活動する、

預け合いを取り入れた、次世代型の子育てサークル活動です。

主役は親子ですが、なかまほいくの導入研修を受講した

地域の子育て支援アローやボランティアが運営し、

各地に広がっています。

なかまほいくの地域トライゴー、

ママの、お子さんの、お友だちがつながる、  
子育て中のコワーシップ、

初めての保育に向けた慣らしや準備、

子ども集団への自然なテレゴー、

……こんな感じで、乳幼児親子が参加されてこま。



●主催者の多くは、子育て支援に取り組んでいる団体で、様々な活動を通して、多くの子育て家庭を支援してきた経験をもっています。地域の情報にも詳しく述べたとき、悩んだとき、頼りになる身近な存在でもあります。

●参加対象は、生後0～3歳児との保護者で、第1子のお母さんが多いですが、兄弟連れでの参加もあります。なかもほいくが、地域「うび」コーよりう親子も多いですね。

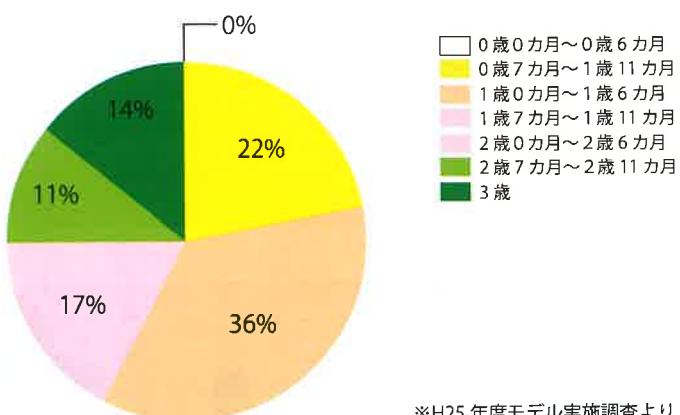
●多くの開催が、週1回、連続10回前後の活動で、「親子でお楽しみ」と「預け合」で構成されています。

●活動の内容は、参加者の意向を取り入れながら柔軟に組み立てられています。

●会場の多くは、地域の公共施設や子育て支援に適した環境で実施されています。

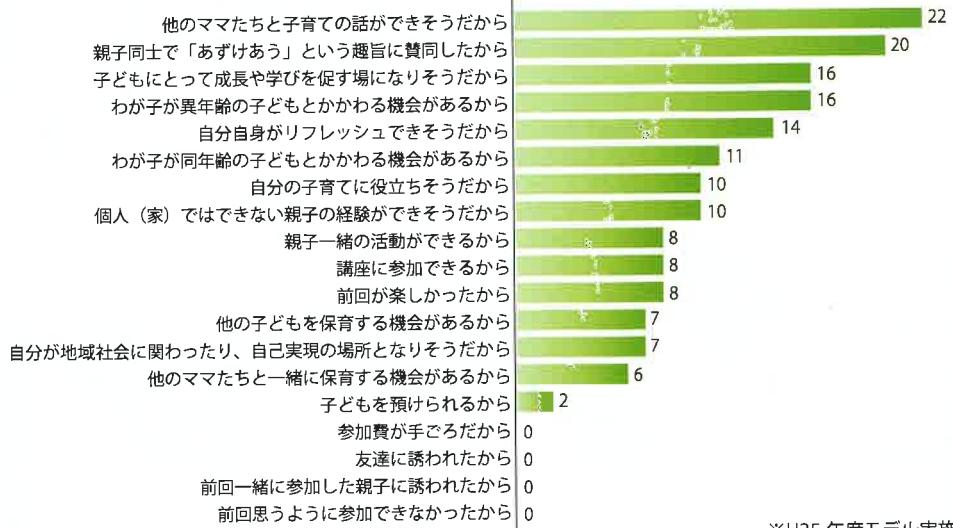
●費用は、サポートするスタッフの手数料や会場費、活動内容、保険代などのコストを元に、子育て家庭に配慮した参加費で実施されています。

### ■子どもの月齢（参加当初）



※H25年度モデル実施調査より

### ■参加理由（理由5つまで選択）



※H25年度モデル実施調査より

# 「親子いっしょ」と「預け合い」で、 ゆっくり、なかま に、なっていく

楽しい、嬉しいを、いっしょに体験、  
「親子いっしょ」

お名前呼びや自己紹介ゲーム、手遊びや読み聞かせ、仲間とのタイナミックな遊びや予どもを知るワークショップ…。

みんなで交流しながらの遊びや活動で、親子いっしょの時間を重ね、

お母さんたち、予どもたちも、段々と親しくなり、信頼関係が育まれていきます。

他の親子と楽しい嬉しい時と場を共有するなど、予どもは、場に慣れ、仲間に親しみ、活動を楽しみ、親から離れられるようになつてていきます。

楽しい、嬉しいを共有して、

預け合いで向けた関係性が作られていく  
「親子いっしょ」の活動。



## 活動場所は、地域にいっぱい

子育て支援センター、つどいの広場、公民館、児童館、集会所、市民会館など、

乳幼児親子が集いやすい施設やスペースでなかまほいくは開催されます。

「親子いつしょ」の活動では、

みんながいつしょに、ひとりのお部屋で、「預け合い」の活動では、

子どものお部屋と

お母さんたちの活動のお部屋に分かれます。



## ドキドキ、わくわく、それぞれの時間、 「預け合い」

親子ごっこでの活動を経て、子どもたちが場と仲間慣れ、活動が楽しくなりたり、

子育て支援の経験があるスタッフにサポートされながら、いよいよ「預け合」のところがついた。

参加者は、預けの親、預かる親に分かれて活動します。

予じむを預けたお母さんだけの活動では、

予じむの禮札やおもちゃの手作り、

体験会や、テーマを決めたトークや勉強など、

予め計画されたものだけではなく、

参加者のキャラクターや、趣味を活かしての教육がおこな

いいろんなメニューで活動されていきます。

預け合の最後の回は、

隣のカブコのテーマで発展するといいます。

予じむを預けているお母さんたち、預かる経験が豊富。

短い時間ですが、

ほかのお子さんを仲間のお母さんたちと一緒に責任をもつて出張をする体験は、お母さんたちがとても成長を感じてくれたます。

じつとなお子さんの個性にしっかり触れられ、  
わが子の見方にも、変化が生まれます。  
預かりを通して多くのお母さんた

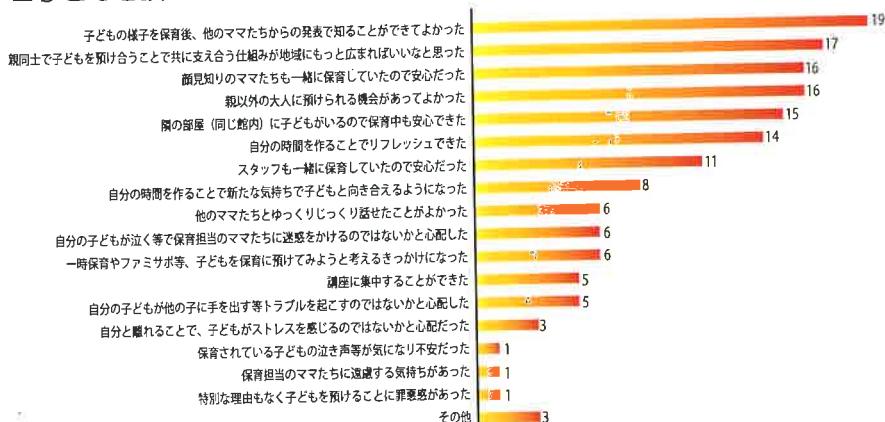
「保育士さんの仕事の大切さと責任がわからなかった」という声が聞かれます。

預かる人の気持ちになれ、

お母さんと離れた子どもの気持ちがわかる、  
なかあそびへの貴重な体験。



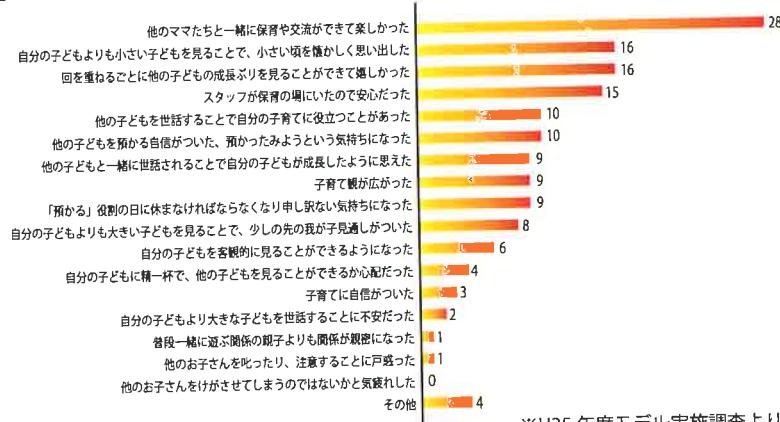
## ■子どもを預けた時の気持ち（5つまで選択）



※H25年度モデル実施調査より



## ■子どもを預かった時の気持ち（5つまで選択）



※H25年度モデル実施調査より

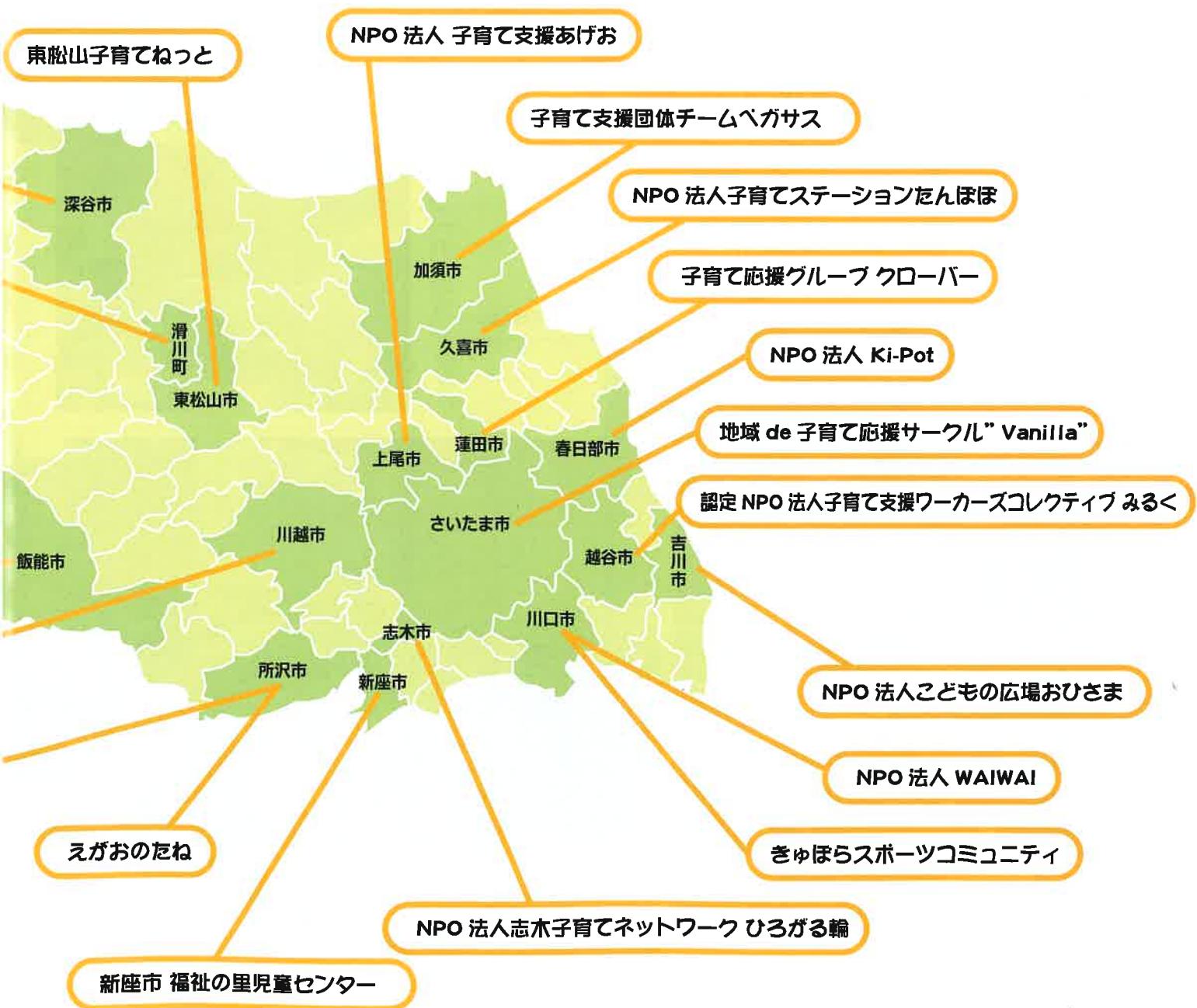


# 広がる、深まる、なかまほいくの仲間たち

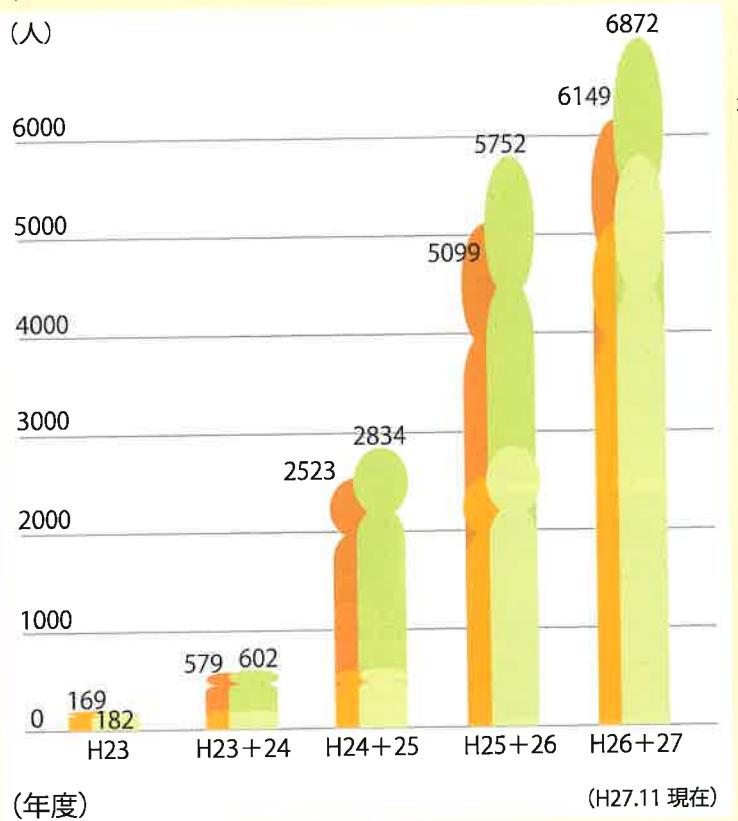
埼玉県で誕生した子育ての共助の仕組み「なかまほいく」は、実施団体を「なかまほいくの仲間」と位置づけ、県内外でどんどん広がりつつあります。平成23年から27年までに参加した親子は13,000人を超えています。



## ◆埼玉県内のなかまほいく実施団体



### ◆なかまほいくの参加人数



**13,021人が参加**

(大人 6,149名 子ども 6,872名)

※H27年11月現在実施報告に基づく

NPO 法人ホッとステーション

ホームがめめ（任意団体・私設）

NPO 法人子育て応援ゆう

NPO 法人川越子育てネットワーク

日本カルチャーヨガ協会

### ◆なかまほいく導入研修受講団体 (平成27年9月現在)

- |       |       |      |      |
|-------|-------|------|------|
| ・埼玉県  | 19 団体 | ・東京都 | 2 团体 |
| ・神奈川県 | 3 团体  | ・岩手県 | 1 团体 |
| ・石川県  | 3 团体  | ・大阪府 | 2 团体 |

合計 30 団体

# わたしの町の「なかまほいく」

埼玉県内の「なかまほいくの仲間」の活動を、いくつかご紹介します。

## NPO 法人 WAIWAI ~川口子育てサークル「WAIWAI なかまほいく」

初めての子育てを一人で抱え込まず、地域の中で育ち合おうと空店舗を借り「みんなで子育てWA!WA!ひろば」を開いて満7年になります。「なかまほいく」の目指す理念に共感し、3年前より「WA!WA!なかまほいく」を実施。各期定員12組で本年12月より第6期が始まりました。

自分の子育てはこれで良いのか?プレッシャーがおし寄せる1歳頃からの悩みは複雑です。子どもの育ちは同じではないと頭ではわかっていても悩んてしまうのが母親なのですね。

なかまほいくの回を重ねることに、子ども同士の関わりも深まり、泣き・怒り等にも寛容になり、親の接し方も身についてママの笑顔が多くなります。自分の子どもだけではなく、どの子も可愛いと思う心が繋がりあい、地域の事にも関心を寄せ成長していきます。WAIWAIは、なかまほいく終了後も「なかま」の繋がりを見守り、応援したいと願っています。ママスタッフも加わり、親子目線で内容などを提案してくれます。「なかまほいく」の継続を希望する人も多く、拡大に向けスタッフの研修や場所の確保を模索しています。

ママと手遊び▶



▲クレイアート  
「ハロウィン」

## ホームかめめ(任意団体・私設) 滑川町

ホームかめめでは、なかまほいくを平成26年度に2回・平成27年度に1回実施しました。滑川町と東松山市に住む方の参加があり、1人~4人のお子さんを持つ方の参加が混ざっているのが特徴です。親子分離の回では協力しないと進まない場面も出てくるため、そこでママたちの距離が縮まります。

1歳前後の子でも10回も会っていると参加メンバーのママの顔を覚えます。子どもたち同士の間でも動きや遊びが触発されるようです。最終回はパパや兄弟姉妹に参加してもらいました。

この地域では「ホームかめめ」「なかまほいく」とともに知名度がないので参加者集めには苦労しています。



## NPO 法人 子育て応援ゆう

### 飯能のながまほいく「あづけあいっこ ながま～にや」

NPOゆうは、2か所の子育てひろばの運営を中心に活動しています。孤立しがちな親子をつなぎ、心地よい居場所づくりを目指す中で、なかまほいくに出会いました。

平成25年度から始まった飯能のながまほいくも、平成27年度の3期目は初めてママスタッフ2名がメンバーに加わり、13組でスタートしました。ママスタッフは、初回から新規メンバーに声をかけたり、子ども同士のトラブルに対応したりと、なかまほいくで培ったスキルを発揮していました。「なかまほいくとは?」から始まったメンバーも、回を重ねるごとに主体的に活動する様子が多く見られるようになりました。全10回を終えて、参加者からは「他の子どもを保育することで、自分の育児を見直すきっかけになった」「久しぶりに大人だけでおしゃべりができる」「子どもが集団の中で遊べるようになった」などの声があり、「預かる」「預ける」ことでたくさんの学びが得られたようです。

「ながま～にや」で出会ったママたちは、現在も預け合いサークルでの活動を続けるなど、地域の中で子育て仲間とつながっています。



## 認定 NPO 法人子育て支援ワーカーズコレクティブ みるく

越谷市

これまで、主に 3か所でなかまほいくを実施し、3期までの参加者合計が 40組となりました。みるくスタッフはエプロンをせずに参加者にとけこみ、なるべく参加者主体でできるように意識しました。

リフレッシュで要望が高いのは、おしゃべりしながらゆっくりお茶がしたいということ。ヨガやマッサージ、エルゴカバー作り、アロマなどママたちのスキルの中から選ばれたものもありました。

### 《参加者の感想》

- ・初めて子どもを預け、子どもの成長が見られた。
- ・毎回同じ方と会うので、安心してリラックスして参加できた。
- ・リフレッシュでき、余裕をもって子育てできる。



◀リフレッシュ  
ヨガ



## NPO 法人ホッとステーション 深谷市

NPO 法人ホッとステーションでは、親子のびのび教室の中で、「なかまほいく」を行なっています。

カフェトーク、ムエクササイズ、ズンバを行い、楽しくお茶を飲みながら、子育ての悩みを話したり、ムエクササイズではサンドバッグを思い切り蹴り、日頃の鬱憤をはらしていました。ママ達のいっぱいの笑顔が印象的でした。翌日、先生は寝込んでしまったとか？ズンバもイキイキと踊って運動不足の解消になったようです。これからも色々な事にチャレンジしていくたいと思っています。



▲ムエ エクササイズ

## 新座市 福祉の里児童センター 「里のながまほいく」

「〇〇ちゃん、今日、泣かないで遊べたよ！」「えへ、ほんと？」など、ちょっとした会話からも、母親たちが仲間づくりをしながら子どもたちの個性に向かい合い、それぞれの成長に関わり、認め合い、喜びを分ちあう活動となっていることを感じます。我が子以外の子と遊ぶことは新鮮な体験となり、「リフレッシュと同じくらい保育が楽しかった」という声の多さに最初は驚かされました。愛情たっぷりに見守られる子どもたちは、回を重ねるごとに安心の表情をみせ、自ら色々な母親に近づく姿が増えてきます。

また、母親同士でリフレッシュの内容を企画・実施する主体的な経験は、10回終了後の自主サークル活動にも繋がり、地域の子育て力も高まりそうです。



▲ママたちの企画の  
地域情報冊子の制作



小麦粉ねんど▶

## NPO 法人志木子育てネットワーク ひろがる輪

平成 25 年度埼玉県子育て助け合いの仕組み推進事業の助成金を頂き、新座子育てネットワークのサポート受けながら、志木のなかまほいくがスタートしました。行政サービスが充実し、子育てサークルが減少するなか、サークル支援の在り方を思索していたところ、なかまほいくと出会い、新しいサークルの形として取り入れてきました。参加者の自主性や主体性を大事にしたいので、参加者自らがリフレッシュの内容を決めたり、講師役をしたり、10回目の親子一緒に活動内容を考え、進行したりしています。今年度までに4回開催してきましたが、これからはもっとリピーターを取り込みながら、より自主的な活動ができよう、バックアップしていきたいと思っています。



▲ブリザードフラワー制作



箱車遊び▶

## 座談会

# 実践した！発見した！ ながまほいくの魅力

子育てを支え合う仲間づくりにとどまらない  
親子の育ち、自然な子離れ親離れ、リフレッシュ  
少子化対策、孤立予防、虐待予防  
ストレングスを引き出す主体的な子育て  
そして、共助の担い手づくり……。  
ながまほいくの実践には、様々な可能性の発見がありました。



●今日は、埼玉県内で「ながまほいく」を実践していらっしゃる団体の皆さんにお集まりいただきました。いずれの取り組みも地域に定着してきているようですが、それぞれの状況を少しあざげさせてください。

**青砥** 指定管理運営している新座市の福祉の里児童センターで、昨年から春と秋の年2回、ながまほいくを実施しています。昨日、秋開催の7回目が終わりまして、12組の親子がリフレッシュと保育を楽しんだというのです。

●ながまほいくは、参加した親子に、どんな成長や出会いをもたらしていますか？

**大石** ひのね遊びに来てこられた親子で、お母ちゃんから離れられないお子さんが、ながまほいくに参加して、お母さんから離れて遊べるようになるところですが、よくありますね。子どもの

**大石** 飯能市から地域子育て支援拠点「ひのねひのね」と「ひるがわひのね」を収託運営している私たちNPO法人子育て応援のながまほいくは、今年3年目になります。初年度は埼玉県の助成で実施し、2年目からば、ひのねひのねの事業として年1回開催していくお手本、同じくながまほいくの担当の田中と参考させていただけています。

**林** 川口市では、私たちNPO法人WA-WAが3年前に埼玉県の助成を受けて以来、毎年2回、ながまほいくを実施してきました。随分定着ってきて、ホームページの告知だけで定員になる人気です。現在は、1期目からの参加者がママスタッフとして、ながまほいくの運営に活躍して下さっています。

**青砥** うわむけを重ねると、参加者の口っこいで評判が広がり、この秋の募集では9時半から受付で12時40分に定員に達しました。新しい事業なので初回の参加者集めは頑張りがいましたが、回を重ねると、集客がどんどん楽になり、今回の盛況ぶりには私たち職員もびっくりでした。『継続は力』、こうのば、ながまほいくのいふことです。



林律子さん  
NPO法人 WAIWAI  
なかほいくリーダー

がつかめても思ひました。

**青砥** これまで4回開催してしまいますが、毎回雰囲気が違うおもしろいです。共通しているのは、お母さんたちの保育で、日々を追う毎に余裕が出てきて、「泣いていても大丈夫、任せせて」と段々頼もしくなっていくことです。預け合いで記録を書く「なかほいくメンバーズノート」もいの信頼関係づくりにひと役買っています。初めのうちは余裕がないで一人分しか書けないので

変化や成長で、お母さんたちが驚いたり、喜ん

だり、共感する場面が、なかなかこじはたなくあらあらあります。子育ては、ひとつやふたつ、みんなでしたほうが嬉しいし、樂なことを体感されるものですから。

**田中** 週一回10回連続の活動ですから期間としては2ヶ月半、同じ親子むけ育てを共有するはじになりますので、やむやの成長はもちろんですが、お母さんの成長もよく見えます。わが子が泣いていると側から離れられなかつたお母さんが泣いてくると側から離れられなかつたお母さんが、回を重ねてこじはつて、少しずつ子離れできぬようになつてこじはつ。それも、それぞれの親子のペースで、自然な母子分離が促されていくのが、なかなかいいところだと思います。

**林** 保育するのは、私たちは得意ですが、お母さん同士が子どもを預かり合ひの支援があるといつのは初めての試みでした。親の力を引き出す支援だとこじはつことは導入研修を受けて頭ではわかつたものの、実際どうなるのか正直不安でした。スタッフが手を出さないようだ、できるだけお母さんたちでやれる環境にしようじ、試行錯誤の連続でしたが、つかず離れずの距離感

すが、回を重ねることで全体が見られるようになります、ひとりの子に対しても何人のお母さんのコメントが記されるようになります。預けたお母さんば、わが子はみんなが田と手をかかれていたことが嬉しくて、感謝の気持ちが自然と湧くようです。リフレッシュシユから戻り、預けられたわが子のノートに田をやらながら、子どもの様子を聞き、話がはすみ、親密度が増してつながりが深まつてこじはつ様子を眺めるのせ、嬉しさですね。

●第一子誕生のお知らせをよく聞きます。  
少子化対策に効果はありますか?

**大石** おっしゃねえ(笑)。おのれお母さんは、お一人田だからこそ活発なお子さんで「一人でいっぱことつぱことだか」、「第一子誕生」も考えられな」と聞こながら参加されてこられたが、1歳にならない赤ちゃんを抱っこして「わいへ癪やされる、「二人田もいっか」などと話されていましたと感心したり、妊娠のお知らせがあらまつた。すげえ喜ばしいです。

**林** 「つかず」から一期から3期と連続参加して、「



右：大石由美子さん

NPO法人子育て応援ゆう理事  
いるかひろば施設長

左：田中久美子さん

NPO法人子育て応援ゆう理事  
子育てひろばにこにこ施設長



青砥裕子さん  
新座市福祉の里児童センター 館長

人でたゞへんだから、いれでいこ」と書いてござたお母さんが、「赤ちゃんと抱っこしてみたい、二人団欲しきなきやつた」とおおひだに。

みんな似たような感じだ、なかほほくべー一人田が誕生してござりやうだね（笑）。

**青砥** 毎回、数組、兄弟姉妹を育てた参加者がござりしゃこあ。最近は兄弟児の子育てがあねど、「ここなあ」と思ひもつだ。預け合いで、

複数のお子さんをみんなで世話を体験もしますのど、「もう一人いて大丈夫かも」と不安感や負担感が少なくてなつて、お子さんと兄弟姉妹を作りてあげたじとこい感じの方が勝りてぐるようだ。兄弟のつな生成が身边にあるいとで、イメージでいることが大きこと感じます。保育しながら、子どもを見守るばかり、おしゃべりの中でも、こんな経験交流が展開してごく「場の力」がなかほほくべーであつまつから、少少化対策にも有望な事業ですか。

●「つながり」を育むなかほほくですが、終了後も子育ては共有されていますか？

**青砥** なかほほくを経験したお母さんたちのサークル活動はすいとスマーズです。「コフーンシコは何をしよう」と自分で考えて実行する体験や子どもを委ね合い預け合ひが、終わった後のサークル活動にわいへ活きてきます。既存のサークルでは、受け身になりかちで、リーターがいなくなると存続の危機が訪れるのですが、なかほほく終了後のサークルの人たちは、みんなで協力する姿勢が身についている

ので、主体的で協力的で、活動も運営もスムーズになつてござる印象があります。支援者からすると、手のかからないサークルで、協働の樂しまを知つてごの頼もしい集団といふ印象です。

**林** なかほほくの参加者たちは、終了後、自然に説いていたり、会に行つたりしてござりますが、ママ友としてつながりであります。三口では特にサークル化はしてござりますが、ママ友としてつながりであります。

**大石** なかほほくの終盤のあたりから連絡を取り合つて、近くの公民館にサークル登録をして集まれるようになって、サークルを作つたお母さんもござます。ついでなかほほくは「なかほくじや」とこの呼題なのですが、それをもじつて「なかほくじや」という名前で公民館登録をしてきました」と報告がありました。サークル管理に使えるサイトを見つけて来てから、やっぱりお母さんたち、一トースキルと行動力があり、じとじと便利なものを活用していかれぬのだ、私たちも勉強になりますわ。

●参加者からボランティアのママスタッフへ、地域子育ての担い手が生まれています。

**林** わのばのこのいのな活動に対しても、積極的な人や預け合ひのしめのお子さんを見るのが上手な人、あんぶんなくみんなに声をかかれれる人など、なかほほくの活動に向かってこる人を見つかる、「もしよかつたりママスタッフとして一緒にやつてみませんか」とお声かけをしておます。最初は「見ただけで」とハーネルを低く設定するといふ、次は、



か。少しめづらしくなったのかなと思つてます。

**青砥** ニューの活動の入り口はなまほいくのじじむですね。

**林** 地域のお祭りのイベントやわいわいでの講座などでも、関わってもらっている方もいます。なまほいくから、子育て支援や地域の活動に目覚めるお母さんたちが何人か生まれましたことは、非常に嬉しいです。

●スタッフの支援のあり方や団体の活動などに、なまほいくは変化をもたらしましたか？

**大石** 子育てを支援するにあたり、親子ひとりごとの支援が必要なのかとか、お母さんは何に困っているのか、と考えたことは多いと思うのですが、いつも成長すると思ってます。

**大石** お母さんたちの考え方を受け止めて、お母さんたちにも「力」がある、一方的に支援されただけではなく、一緒に調べ、知恵やスキルを出し合って、お母さんたちの力を引き出しながら、じつしょに作っていく支援もあるという意識に変わつた

した。

**林** 最初のなまほいくでは、スタッフが手を出し過ぎた感じがあつましたが、最近はお母さんたちに寄り添つて、一緒に樂しません。お母さんたちが増しながらサポートしていく支援で、スタッフの考え方も変化してきました。そういう気持ちが伝染していくのをうれしく思っています。

**青砥** 児童センターでは、私を含む職員3人がなまほいくに関わっています。支援者ひと向こもしてあげたくなります。はじめが泣いていたり抱きこじてあげたくなれるのですが、それをお母さんと同士でやりたいのです。

●アンケート調査で参加者したお母さんたちが

「社会に広がってほしい」と10%回答したなかまほいく。埼玉県を中心にして、東京、大阪、岩手、石川と広がり、全国で30団体が実践し、参加者は1万3千人を超えるました（2015年12月現在）。

集うだけでなく、預け合ひ、育て合ひ、支え合う経験が、親子だけでなく地域にも“共助”を広げています。子育て世代の地域参加を導くなかまほいくは、当事者だけでなく、少子高齢化するヨコハマ市に、可能性を期待させる取り組みとしても注目されています。

かして、このまま運営がスタッフの間で高まつてしましました。川口市はまだのや、他の団体なども協力してほかの場所でもできたりじつなかが、なまほいくを経験したお母さんたちが増えたり市全体がよくなつていてよねなどと話してます。マンションが多くて、どうしても転入者が多くて孤立しやすくなっていますので、やつぱつそいをつけないでこく役割の一いつじじで、なまほいくが地域にこくつかあつた方がいい素敵だよねと、みんな外で田を回り始めました感じがあります。

**林** なまほいくをきっかけに、公的機関と協



いたり、お母さんたちの力を引き出しながら、じつしょに作つていいく支援もあるという意識に変わつた

林 なまほいくをきっかけに、公的機関と協



# なかまほいくを実践して



NPO法人志木子育てネットワークひろがる輪

小笠原順子さん

## 3年目となつた「なかまほいく」

志木子育てネットワークひろがる輪では2013年に「平成25年度埼玉県子育て助成金の仕組み推進事業」の補助金の交付を受けて、初めてなかまほいくを実施しました。その後2014年は自主事業として柳瀬川図書館で2回開催し、2015年は社会福祉協議会と共催で「PARENT4」を実施しています。毎回リピーターの参加があり、その先輩ママたちの出番をどうようと作つていぐか試行錯誤しています。

ママたちに負担やプレッシャーを感じさせないよう、自主的な活動を引き出すため、寄り添いながらもワードしきすぎないように工夫しています。例えば絵本の読み聞かせやお菓子の買いや出しなどをお願いしました。

## 「お互い様」と少予化対策、そして虐待予防にも

なると大人が安易に仲介しなければ自分たちで解決しようとする様子もみられます。私たちは子どもたちの「育つ力」を信じて大事にはぐくみたいと思っています。異年齢がいのいじで成長発達の見通しが持てたり、低年齢児を愛しお姿がみられる場となっています。

## なかまほいく合同同窓会、いつか町内会単位へ

10回を通して親しくなった参加者は、なかまほいく終了後も1~2回は集まつたりしています。しかし、子どもが幼稚園に入園したり、第2子の出産だったり、環境の変化とともに定期的な継続が難しくなる時もあります。

毎回中心的存在のママたちがいるのに活動が途切れてしまうのはもったいないと思い、よこのつながりだけではなく、たてのつながりを作つてみようと考えて、1期から3期の合同同窓会を開催してみました。想像以上に参加者が多く、「なかまほいくの仲間」が増えしていく可能性を実感できました。

本来地域に自然に存在した「近所同士の子育て」「お互い様の育児」に焦点をあて、子育て世代の子育て力の向上や、支え合う仕組みを「なかまほいく」を通じて構築していくと改めて思いました。開催回数を重ねて参加人数が増えれば、地域」とのグループに再編成して町内会館単位での活動へとつなげて行ければと次のステップ（展開）も見えてきました。

## 「子どもたちの「育つ力」をはぐくむ

同年齢では興味や関心の対象が似ていてもあるやの取り合いでなる事もありますが、我慢したら仲直りするよし機会とどちらで、怪我のなつよいに見守るのもあります。子ども、集団の中で思つ通りにいかず、泣いて大人に助けを求める」ともありますが、3歳児くらいに



# 参加者からボランティアへ、支援のリレーが、はじまっています

NPO法人WA-IWAー大塚あゆみさん

NPO法人WA-IWAーさんで開催されたなかまほいくに参加したことがきっかけで、現在ママスタッフとしてボランティアされている大塚あゆみさんに、お話をうかがいました。

## ● 参加のきっかけは、どういったものでしたか？

## ● ボランティアとして、なかまほいくに関わるきっかけは、何でしたか？

## ● なかまほいくだけではなく、NPOの活動にも関わっていらっしゃるそうですね。

**大塚** 上の娘が間もなく4歳、下の子がもうすぐ3歳になります。上が1歳、下が0歳の時に利用していた川口市のWA-IWAーひのばー、新しくはじめまる事業としてなかまほいくを紹介をいただきました。子どもを預けてワーフレッシュの時間が持てるというのが、最初とても魅力的で、ちょうど予育てに煮詰まっていた時期だったので、申し込みました。

## ● 参加してみて、どうでしたか？

**大塚** 最初の開催に参加して、2期目の開催にも続けてワーフレー

ターで申し込みました。とても楽しかったんですね。リフレッシュの講座も楽しかったし、保育も最初はちょっととどりしたらいいか困惑もありましたが、徐々に自分で上手くできているな、と感じる瞬間があつて、とてもいい経験でした。

**大塚** WA-IWAーひのばー上の子が6ヶ月ぐらいうきから遊びに行っているので、もともと団体に親しみがありました。ひのばの予育て支援に興味を持ち始め、なかまほいくに参加して、ママスタッフの声をかけていたらいで、スタッフの方からお誘いいただきました。声をかけこちらつてよかつたです。第3期から現在開催中の第5期まで、ママスタッフとして関わってます。

**大塚** 来年、下の子が幼稚園に入園します。子どもを介してお母さんとつながっていましたので、どうやって関係づくりをしていくかなど考えているのですが、子どもがいなければいけないなりの距離感で、いい関係を築けそうです。今参加されている方から、誰がママスタッフにお誘いしたいと考えているので、今度はスタッフの立場で声掛けやフォローを頑張りたいです。参加した経験を活かして次のステップにつなげていきたいと思います。子どもがいなくなると時間も空きますので、ひのばにもう少し入れればと思つてこま。

**大塚** スタッフになると、一歩離れたところから全体を見るようになります。今までは自分がお子さんと遊んでいることに集中していたのですが、スタッフになってからはみんなの様子、遊びの状況、親子の距離……と、全体を見れるよ



# 子育てを思う、つぶやき

——インタビュー 白梅学園大学学長 汐見稔幸さん

子どもは、みんなで、育てるもの。  
支え合いの子育てからはじまる、  
つながりの再生 「なまほいく」



「子育ての負担」という表現をよく耳にします。喜びや楽しさ、幸福感をもたらしてくれる子育てですが、負担感に注目が集まるのは、なぜでしょう。

**汐見** 子育てがあお母さんひとりにのしかかっているのが、現代の子育てです。出産と同時に、ともかく朝から晩まで24時間、たったひとりで、子ども本位でやらなきゃいけない状況に置かれている。

これは、ものすごいストレスです。

上手に発散させながら、少しでもつラックスした状態で子どもと向き合えれば、親のゆとりが子どもに伝わって、いい影響が出てくるだけれど、実際は、なかなか難しい。

子育てで一番いけない、大敵は、孤独だと孤立だと言われています。だからそういう意味で「なまほいく」という

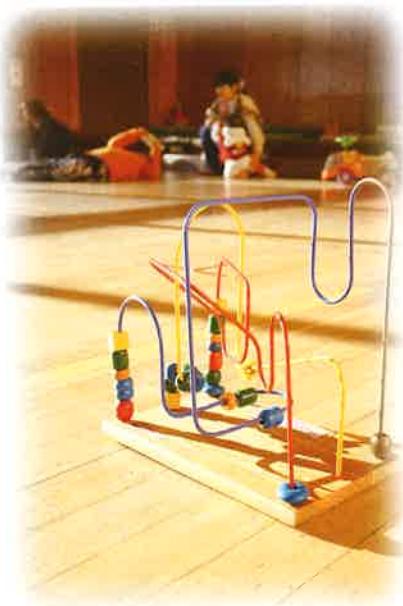


**地域というのは、  
便利になったけれど、  
支え合う力  
助け合う力が、  
貧しくなった。  
子育ての風景に、  
その貧しさが投影されてる。**



**子育ての大敵は、  
孤独と孤立**

**おぎゃーと生まれて3年間、  
ものすごいスピードで子どもは育つ**



発想は、極めて自然ですね。

仲間と一緒に子どもを育てるところのは、考えてみたらあたり前なんです。昔から人間は、みんなで子どもを育ててきたのですから。

母親だけが育児をするという今が不自然なので、人間の歴史から見ると、みんなで、ココニティで子どもは育てるものだつたんですよ。

孤独から親子を解放し、仲間と一緒に子どもを育てる。

親子にとって、どのような意義や価値がありますか？

**汐見** 子どもといひのは、0歳から2歳の間に、ものすくべ成長するんです。

だから、すぐにはこころないことができるようになつていいとは、後から振り返ればわかるんだけれども、育児している最中には、この状態がいつまで続くんだね！と思つたが、しそつちゅうあるわけですね。

ところが、仲間と一緒に預け預かり合って、他人のお子さんの面倒も見るし、ああすぐこんなことができるようになるんだとか、ああこういうことができるようになるんだつたら楽しみだと、子育ての楽しさを発見していくのです。

不安が飛びだけじゃなくて、見通しといふか、楽しさというのが一挙に増えています。

それから、子どももずっと、朝から晩まで、お母さんとしか接することができないし、やっぱり誰かがハイハイしているのを見て、あ、あい



お母さんとだけ、ずっと一緒に  
子どもの社会性は、  
どうやって育てるんだろう

身近なところで、  
やっぱり、親子は、つどいたい

うふうに歩くんだ、と歩く歩く歩く歩く、立つ  
て歩くつてこうじとをしなかつたけどもが、どん  
どん立つて歩いている友だちの姿を見て、ああ僕  
もしたいと思つてやりだす。

集団の中で子どもの発達が促されるといつひと  
は、じぐりでも確認されていて、子どもにも仲間  
ができるつていうことが、成長とか発達に非常に  
大きな役割を果たします。

いつしょに子育てする友だちが欲しい、と多く  
の母親が出会いを求めて、なかまほいくに参加  
しています。

**汐見** 人生の中で親しい友だちをつくれるチャン  
スは、そんなに多くない、特に大人になつてしま  
うと。

なかまほいくは、その名の通り、子育ての仲間  
ができる活動なんですね。シンプルでありながら、  
とても良くなれた仕組みだと感じます。

いつしょに子どもを見合つ活動は、わざかな時  
間だけれど、預かる責任をいつしょに分かち合う  
ことで、親たちの距離がぎゅっと近づく。信頼感  
が築かれ、関係性が深まる構造を持っているんで  
すね。10回程度の活動を通して、一挙に親しい友  
達ができる。

いわゆる交流とは次元の違う、踏み込んだ関係  
が結ばれ、悩みを共有したり喜びを語り合つたり、  
その後も、いつしょになつて子育てができる。子  
育てを支え合う関係が作られていく効果が大きい  
取り組みだと思います。

## 人生で、親しい友達ができるチャンスって、 そんなないんだな



## お母さんに仲間が必要ように、 実は、子どもには仲間がもっと必要

子育てを支え合う仲間が地域にできる、  
その先には何が期待できるのでしょうか？

**汐見** 僕は、子育てしているのは、自分の家から遠くの離れた支援センターまで行かない、仲間と出合えないところのママ、おかしくと思いつくるんです。

おかしい方に同じように他の子育てを想いを持つ人たちがいて、地域の人たちがそれを手伝える。そして、自分もそれに手をやつて、やがて支え合つあ手伝いをしていながら、この風にならひます。その循環ができる、外へ出たりお出いがお互いの子どもたちの名前がみんなわかる。

そういう地域をつくることが大事で、広がっていくりたい、みんなが子育てを応援しようとしている感じになります。

その始まりの期待が、「なかまほっこり」にあるんだと思う。

新しい地域づくり、最も気軽な地域づくりのきっかけを、子育てのさまざまな活動が担うていく気がしますね。

支え合いの子育てを広げていくのは  
どんな人たちでしょう？

**汐見** あまり専門性を持つた難しい資格を持つた人しかできないといつのはなくて、子育ての体験があつて、お手伝いをしたいと思っているたくさんの方が、地域にはいらっしゃいますよね。そういう人たちが手を挙げてくださって、なかまほ



なかまほいくの 20 時間で、  
この先、  
一緒に子育てできる仲間を得るなんてすばらしい



預かってもらったから、預かってあげる。  
こういう関係の積み重ねが、つながりの始まり

いぐに取り組むのがいいですね。

資格を取るために勉強しなければいけないということでは、なかなか広がっていかないけれども、子育ての経験を生かしてお手伝いをしたい、という意思があれば、地域のいろんな人材が活用できていく。なかまほいくに取り組むと新しい地域人材の活用にもなっていくと思って、感心しています。

どんな環境が、活動にふさわしいのでしょうか？

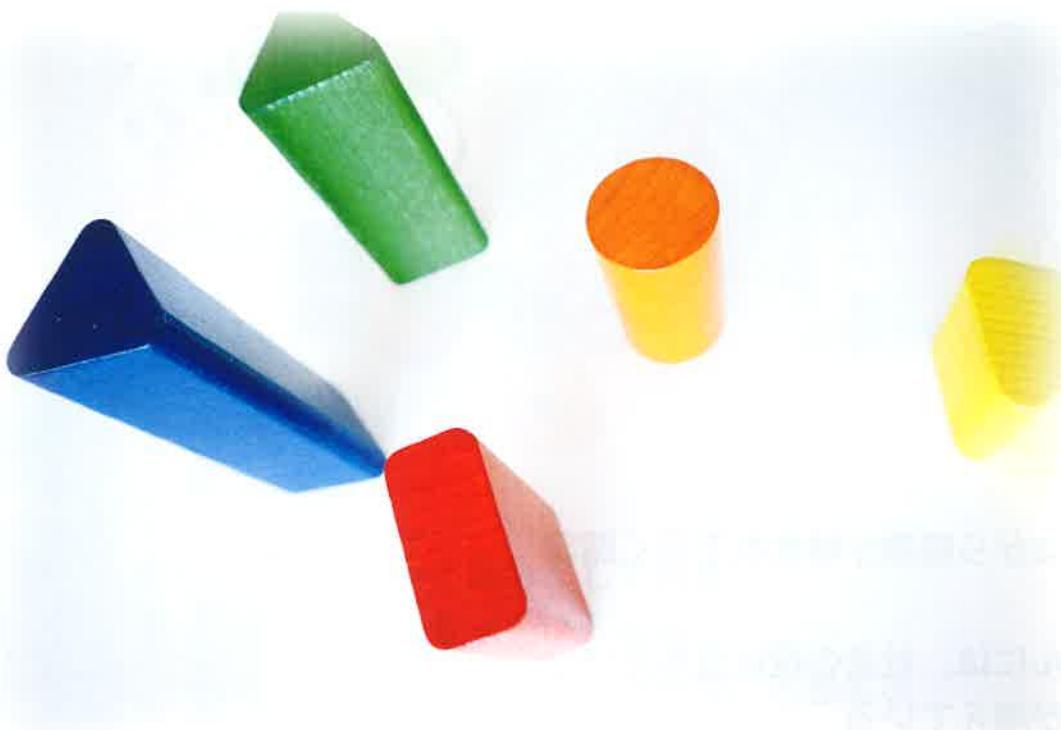
**汐見** あぬ程度の広さがあって、子ども自身がハイハイもできるし、立ち遊びもできるし、友達同士で関わって遊べるし、そして隣の部屋でお母さんが自分のリフレッシュのために何かができる。これだけの空間があればいいわけですよね。子育て支援センターとか、子育てひろばや児童館などでもいいですね。公民館なんかもありますよね。いろんな地域の施設を活用できですね。  
行政がこういう形でできるんだつたら、どんどんどんどん提供していくといつことと、応援していくたれど一拳こなつかつてこく活動だと感じます。

なかまほいくに参加したお母さんが、リピートを重ねて支援者になつていく、という現象。なぜでしよう？

**汐見** 子育てつづけのば、手伝つていただいたありがとうございましたが、後に恩返しなつていくつてものなんですね。

よその子の世話をすると、  
我が子が見えてくる

ちょっと支え合えばできることでも、  
できなくなっている今の社会



だから、自分が困ったときに近所の人があ手伝つ  
てくれただといつ体験があれば、誰かが困っていた  
ら手伝つことこれが何となれば、普通の流れか。  
なかあほこべりて、やつてこの関係が大事にされ  
てこる。

私もお手伝つこと思いながら育て支援の仕組  
みだと思ひます。

気軽に活動だし、しかもやれやれも自分にどつ  
てもどつてもメリットが大きことこのじだ、せ  
ひお手伝つしたい、という人たちが出てきやすい  
システムですよね。

しかも、何か難しい資格を取りなきやいけない  
わけじゃなくて、簡単にまた今度はお手伝つする  
方にあわね。

そういう循環がつづやかに活動などだと想つ  
ます。

——ありがとう、次は、誰かのためにと、  
支え合いの循環が始まっている？

**汐見** 今のお母やお父の中には、自分も、何か社  
会の役に立ちたい、ところの願いを持つてている人が  
ずつずつ多さですよね。やつてこの思いの水路とし  
て、なかあほこべの仕組みは地域に設定できると  
思います。

簡単で、人の役に立つの仕事を例回れる。そ  
れが楽しい、嬉しい、社会に貢献できてる充実  
や喜びになりながつてこる。やつてこの思いを、みな  
さん、お母さんたちは、お持ちじゃないですか。  
やつてこの意味で、なかあほこべ、ひとせぬむ



子どもを預かった経験がないからこそ、  
新鮮で、丁寧



## リピートしながら経験が積まれて行く循環

若いお母さんには、社会の役に立ちたい、  
そう思う人が増えている

専門家しか子どもを預かれない、いつの間に  
か、社会も、親も、考えるようになりました。

子育ては、専門家の仕事でしょうか？

夕見 人のお子さんを世話をするのが初めてだと、  
いろんな発見があるわけです。

保育士よりも、初めて人のお子さんを見た人の  
方が、新鮮に他人の子どもたちに接するのことがで  
きる可能性がありますよね。

へえー、みんなこんなに違うんだって。

だから、逆にこの子に対しても丁寧に関わろう  
とか、この子から何かを学ぼうといつ姿勢が生ま  
れるわけです。

そういう体験を重ねると、人のお子さんの世話  
はいりすれぱいいんだって感じことをお母さんた  
ちは、どんどん学んでいきます。

保育士さんのような専門性はないかもしない  
けれども、他人のお子さんはいつもふうに扱え  
ばいいんだって感じを、親子の活動を通して  
学べる。

大変ありがたいっていう気持ちを持つて、仲間  
のあ子さんの世話をされるような気がします。  
経験のないお母さんだから、他のあ子さんは見  
られないっていうことは絶対になくて、むしろ経  
験がないがゆえに、本当に新鮮に、丁寧に関わっ  
てくれる可能性もある。

保育が専門家の仕事になつたのは、つい最近の  
ことで、人間の社会は、近所同士で、預け預か

人のことも心配しよう、  
自分のことも心配してもらおう、  
そういう力も育てないと



ちょっと踏み出してみる  
いろんな出会いがある  
この街に住んでよかった、と思える

りしても歴史の方があつと長いんですから。

ー共助の子育てを失った都市で、  
なかまほいくを、広げて行く意味は？

**汐見** 新しい街づくりのキーワードは「つながる」ということです。

要するに、街というのは便利にはなったんだけども、どんどん孤立化が進んでいて、本来ちょっと支えあえができるけど、できなくなっている。それを何とか克服しようと必死になつてやっています。

なかまほいくの活動は、若いおかあさんたちが、地域の中でつながっていく、ところの目的を持つている。

そして自分の子育てでも支えてもらおう。人のことも心配しよう。支え合の共助の関係をつくりで、小さな規模でつくれることになります。

ある意味では、放っておくけどどんどん孤独になってしまつような街でいい、広がつてほしい仕組みです。

ちょっと一歩出ることによって、逆に、ああこんなにいろんな人がいて、友達ができた。この街に住んでいてよかったです。

そういう感じができるシステムだと思います。僕は、そういう点で、大変期待しています。

## いつしょに育つ、いつしょに育てる、 親と子の豊かな関係が育まれていく、なかまほいく



今田さん、なかまほいくに参加したお母さん3人といふ  
の子どもたちに、東京都練馬区にある、大泉子育のひ  
のばわひとひだ、集まつてもらいました。

なかまほいくの活動を通して、親しくなった子ども  
たちは、お母さんたちのインターネットの中も、穏やかに  
交わりながら、お母さんとお友だちの間を行き来し、  
遊んでいます。

### ●普段の子育ての様子を教えて下さい

**堀** 主人の出勤に合わせて6時に起きて、子ども

も離乳食を与えて、自分の食事をすませたら、  
10時です。最近、3回離乳食になつたので、四  
六時中、離乳食の準備ばかりしているような気  
がしています。主人の帰りが平日は遅いので、  
子どもと二人で夕食を取り、お風呂に入れて、  
一日が終わります。

実家の両親もまだ働いていて、車で1時間ほ  
ど離れているので、頼れない状況です。

なかまほいくに参加した中で、うちの子は一  
番小さい2ヶ月でした。子育てが始まったばかり

りの初心者でしたので、皆さんの迷惑にならないかと、いろいろ心配しましたが、子どもと一緒に生活で、いつもいっぱいの状態から抜け出したい、思って参加しました。

**川上** やまと8ヶ月です。実家が神戸なので、私も頼れる状況ではないですね。

西さくらやつこな（なづよ）、「一日一回ば、子どもと出かけよう！」してます。外に出るだけでも、気分転換になりますから。

なかまほじくに参加してみましたが、週一回終わった後のサークルにも参加しています。予定がないときは、子育て中のママ出かけたり、近所をお散歩したり、とにかく外に出るのもしています。

最近は、電車に乗るといつも挑戦している、少しずつ距離を伸ばしています。電車に乗ると、こんな人が、やむむに顔をかけてくださって、そんな交流も楽しんでいます。

口中はやまと一人ですが、うちの田那さんには、早めに帰つて8時頃にあ風呂に入れてくれたつむすの、助かりであります。

**池邊** 3歳5ヶ月と1歳6ヶ月、一人の子どもと、なかまほじくに参加してきました。

夫は朝が早く、5時から出勤し、帰宅は毎日11時前後です。ひとり親状態で子育てしてくる

よつじ、こつちゅうひわじゅう人です。

実家は千葉で、友だちも地元にいるのだとおじきやどむと出かけのですが、両親は海外に転勤中で不在なので、実家に子どもを預けて遊びに行くところに行かず、常にこじょです。

です。

なかまほじくは、ハリコーネティセンターで開催されたのに初めて参加したのですが、このフレッシュであるし、ママ友はできぬし、子どもが成長するので、これはいい感じ、ちょっと遠ざけない児童センターでの開催情報も見つけた、つづいて、これまで3期、参加しました。

最初の参加では、子どもが保育で離れるのに時間がかかりましたが、成長していくました。うちこころのことは、せんせん違つてしまつた。最初の頃の私たち親子を知つていてる人からは、すごい成長ね、と言われます。

●預け、預かる活動で、  
どんな収穫がありましたか？

**堀** 私は子育てが始まって2ヶ月で、しかも第1子で、自分の子育ても自信がないのに、ほかのあ子さんを見れるんだろうかと、正直、思つて参加しました。

でも、ほかのお母様たちを参考に、抱っこ仕方なども教わりながら、自分の子どもだけなくほかのお子さんの面倒を見て、10回目が終



堀 純子さん



池邊 亜里沙さん



川上 侑希さん



わぬ運びで、私がやめられた、ついで、かむりと  
曲輪を持ちました。

私がわざと、みんな運んでたな、どこへいきました、  
いろんなおやじさんを世話をして、肌を感じないと  
ができたのは、とにかく勉強でした。

お母さん同士で、手ひもを交代で順番にいじ  
が、特別ないじではなくなりっこねの、保育  
士おさんやなこじタメとか、おまつもの等が  
なこですかね。たつて、お母さんなこなせ。

川上　私は、なかまほくべー、おふろができる  
ようになったんです。

川上　預かる体験で、すこし貴重だと思つた  
です。  
昔は運んで私たちの今の時代は、預かるひと  
が困っても、預かる体験をさせちゃうみたいとい  
て、あまうなことですね。でも預かるひと、  
このくらいは慣れられたんだから、私がか  
の癖や泣き方、あやし方。

それと、なかまほくべーは、スタッフの方がい  
いへだむつて、見守つてもらつながら、お母さ  
ん回士で預かるから、安心ですよね。ほかの少  
年のせ話で、自分の育児も上達でめりつて、こ  
じだから。

池邊　私も、最初に参加したなかまほくべー、  
兄弟を育ててこいのお母さんとか、おさぶを教わつ  
たんですね。

ふたり目が生まれたし、やつぱり、おふろの  
出番なんですよ。教わつておこなふかつた。

池邊　なかまほくべーを体験するとい、自分たちで  
が、なかまほくべーが、やめられたよ。

川上　両手が開くから、わー一人抱ついたもの  
し、家事をすねば、おふろつて便利ですよね。  
なかまほくべーは参加しなかつたら、おふろ、で  
きなこおぼだつたと思つます。



やさしい印象のいい、みんな、それぞれのペースで成長していくんですね。

本日書こうと思っていた現実の成長は同じくやない。あたら前なんですけど、今のこと、体験できたのは、大きな収穫でした。

**堀** もうかよね、育児書は書いてあるみたいに、決まりた順番で、このようにとかで始めるとかなく、ところねかではなくてですね。

おだいわの子たちは呼ぶ、なまこ、勝手にひきどもの体験と制約を設けていた自分に城のかそれました。この子なりと、やりとりしないまま、体験をせぬままのままになつたのです。

**川上** 今上の子が好んで遊んでいたおもちゃを見て、「うわ、わいわいしたり、おもいのねわわわや遊びだすかわ、今度買ひのばれ」として、なんぞ、参考にしました。

どんな玩具をかわいのか、それまでにパッケージは書いてある出産しか参考にしていなかつたけれど、ほかのお子さんの遊びや子供の興味などから購入するとなつましたね。

#### ● なまほいくで、ママ友ができる秘訣は？

**池邊** 子育て支援センターへひびひびひへ、なかなかメールを交換したある母で親しくなれない、ママ友が全然できなー、ところが、よ

へ聞き出す。

なかほほこへー、一回あらじやなこから、友だちがいたんだと思つておつか。

10回顔を合わせて、活動して、こっしほくじやを現向つといと、いじこりお母さんなど、いじこりの仲間など、お互い深く知つくりいじかだわるでわよ。

単に集つてこねた子では、なかなか女友だちになり、なれないと感じさせむ。

おだいわの子たちは、なまこ、勝手にひきどもの成長を、こっしほくじやとくじやの仲間がいるところのは、豊かなことですね。

抱っこしたり、あやしたり、おおひ替えたりお話をしたりおしゃべり、おやこ遊び、可愛らしさ、愛情を感じます。

**川上** 集まれる人で集まつて、公民館のお部屋を借りて、おしゃべりしたり、手芸をしたり、毎回、6・7組が集まつて、活動が続いています。ハイハイしました、たつわをしたつて、子どもの成長を、こっしほくじやとくじやの仲間がいるところのは、豊かなことですね。

**堀** 終る後が、なかほほこへー、みんな一つかークルができるんですよ。終わった後も、関係が、自然と続く。それも、お互いよく知り合つてて、お母やを預け合ふの関係になつてて、ゆるく、少しめ、安心感があるんだ。



# なかまほいくにおける学びの特徴

十文字学園女子大学名誉教授 赤井美智子さん



なかまほいくの参加者はどのよ／＼な学びをひのよ／＼はなげ、深めて／＼ねのやしょりか。

これまでのなかまほいくへの参加観察やインタビュー、アンケート調査、スタッフとの話し合いでかのれられた発見や考察、感想を交えて、なかまほいくの親子がはじめてスタッフによって構成される集団活動における親の学び方と学び内容の特徴について述べます。

(1) 少し先輩の継続参加者たちが集団に存在するとい

ことより、集団の親和性や学びへの意欲が高まりやす／＼。そして、継続参加者、新規参加者、スタッフの者からなる集団においては、相互にかかわ／＼ながら発展する3者関係が成立し、共に学び成長する相即的な関係が促進されやす／＼な。

多くのなかま保育の集団を観察して／＼るど、継続参加を希望した親が少し先輩のママとして初めての参加者親子が安心して集団へ溶け込みやすいようになり／＼ない援助をする役割を率先して担つて／＼る場面に／＼して／＼は出合えました。継続参加者がなかまほいくに初めて参加した親子が安心して活動しやす／＼環境／＼つ／＼大／＼に貢献して／＼るのです。

継続参加者の存在についてのアンケートからは、親しみやす／＼、安心して娛樂／＼質問／＼わく／＼自分も来年は継続参加者にな／＼て役立／＼わだ／＼等の評価を得る／＼じかできました。

一方、継続参加者にお／＼ては、わりに継続参加者の役割を積極的に果たしながら、なかまほいくの実践体験と学びを重ねた後で、それぞれの地域でなかまほいくを主体的に担うスタッフの一員へ

と歩みを進めた人も生まれて／＼る／＼おもむ。

(2) なかまほいくを体験し／＼うと／＼う課題を共有する親たちのグループにおいては、メンバー間に同質性と共に異質性も程よく共存する／＼じが歓迎され、共に活動しながら、それぞれの異なる意見や将来設計等を安心して話し合＼＼、他者から得られる新情報からも積極的に学び合＼＼うと／＼うオープンな構えを自然に身につか／＼うか／＼おもむ。

スタッフを交えながら安心して親同士で話合＼＼の場面では、それぞれの参加者が他者の自分と異な／＼た経験や行動体験談に触れる／＼じで、新鮮な刺激を受けて自分の認識や行動の幅を広げ、新たな学びを得る／＼じは珍しい／＼じとはあつません。

ある参加者は、多くの親子に接する過程で、仲間から自分では気づけなかつた我が子の個性についての発見を伝えてもらつたお陰で、我が子や子／＼もたちへの視野を広げ／＼わく／＼ようになつたことを、なかまほいくでの／＼れして／＼学びの具体例として語り／＼こおつた。

(3) 安心と樂しゆを共に／＼め／＼習環境において／＼す／＼もを預ける体験と預かる体験の両方を仲間と共に交換／＼名3回ずつ積み重ねる実践実習の仕組みに

より／＼、ひとの親も着実に負担を感じ／＼うと／＼く學びを深めて／＼い／＼うと／＼が／＼おもむ。実習体験／＼お／＼て、自己／＼人、課題／＼かかわ／＼ながら、じゆく／＼な氣つき、発見を／＼や／＼、自己／＼と仲間／＼予む／＼たかかわ／＼合／＼ながら共に学び成長して／＼る事実を実感できる／＼うと／＼は誰／＼どつても新鮮な驚きが伴う印象深い体験となります。

かまほいく参加者全員（38人）へ行ったアンケートの中にある①子どもを預けたときの気持ちと、②子ども達を預かったときの気持ちを表してある。項目の中から、自分が当てはまると思われる項目（5つ以内）を選択し、それらの数の合計をもつて調査部分についで触れたいと思います。

### ●○の数が多い上位5項目の内容と○の合計数

#### ①預けたときの気持ち

- 親以外の大人に預けられる機会がありよかったです
- 同館内に子どもがいるので保育中も安心できました
- 自分の時間を作ることができリフレッシュできました
- 顔見知りのママたちに見てもうえ安心だった
- スタッフも保育側にいたので安心だった

（合計 76）

#### ②預かかったときの気持ち

- 他のママたちと一緒に保育や交流てきて楽しかった
- スタッフも保育側にいたので安心だった
- 他の子どもを世話をすることで自分の子育てに役立つことができた
- 他の子どもと一緒に世話をれることで我が子が成長したよとに思った
- 我が子を客観的に見れることができるようになった

（合計 80）

### ■おわりに

なかまほいくでの学びは、「実践の知の獲得」でもあり、参加者である皆さんが親として自分の地域で何らかの活動を始めようとする時にも、きっと大いに役立つことでしょう。これからも、子どもたちや親たちそしてスタッフが共に成長し合えるような活動の場があわむな形で広がっていくことを期待しています。



### ◆参考文献

- ・松村康平監修・編集「保育と集団指導」ソシオ・サイコブックス 1974
- ・坂本純子 赤井美智子 「育児期にある親の学びの場の創造 一地域子育てネットワークによるワークショップ開発ー」  
十文字学園女子大学人間生活学部紀要第1巻 十文字学園女子大学 人間生活学部 2003
- ・赤井美智子 「にーによ体験をきっかけとする参加者の関心と行動の広がり」  
「平成24年度 埼玉県地域課題解決型協働事業 子育て仲間で支え合い事業報告書」  
NPO法人新座子育てネットワーク 2012
- ・赤井美智子 「なかまほいくにおける学習環境と学びの特徴」  
「平成25年度 子育て仲間で支え合い事業報告書」 NPO法人新座子育てネットワーク 2013

預けたときの気持ちについて5項目への合計数は全項目への合計数の59%であり、預かれたときの気持ちについては61%で、それぞれの上位5項目の中に、回答者の気持ちと学びの内容が集中していることが分かります。どの項目にも親子分離がで

# さあ、はじめましょう！なかまほいく

子育て支援に取り組むボランティアグループやNPOの皆さんへ、  
「なかまほいく」を始めるための支援を、  
新座子育てネットワークでは行っています。

「なかまほいく」は、  
次の3つを遵守する団体により実施されており、  
所定のプロセスを経て認められた団体・個人によるサポートによって  
提供されています。

1. 中間組織は、地域での支え合いで子育てを醸成する社会貢献活動として取り組まれる事業で、當利を目的に開発・運用されるものではありません。
2. 中間組織は、子育て家庭と支援者の信頼を得たブランドであり、実施する団体は、事業スキームと実施ノウハウを学ぶ導入研修を受講し、マニュアルに則り、トレーニングを通して資質向上に取り組む団体個人によって、地域子育て支援を基盤として提供されています。
3. 中間組織は、乳幼児親子が、安心して参加できるよう、新座子育てネットワーク多くの協力者とともに開発した事業です。開発に寄与したすべてを尊重し、地域子育て支援に活用されています。

※「なかまほいく」は、商標登録しています。



## なかまほいくを始めるためのステップ

なかまほいくの仲間にエントリーして下さい。

step 2  
なかまほいく導入研修 を受講して下さい。  
step 1  
なかまほいくを始めるためのツール

■なかまほいくを導入した団体＝なかまほいくの  
仲間の活動を、サポートしています。フォーラ  
ムや勉強会も開催しています。

■なかまほいくを導入した団体＝なかまほいくの  
仲間の活動を、サポートしています。フォーラ  
ムや勉強会も開催しています。

step 3  
導入研修で示された手順で、なかまほいくの  
実施に向けて、準備します。

### ■なかまほいく実施のためのツール



### ■ご参考に！なかまほいくフェイスブック・ホームページ



▼FB QRコード



▼HP QRコード



### ■動画で、参加者や主催者、研究者のお話しをご覧いただけます。





---

## なかまほいくのススメ



NPO 法人新座子育てネットワーク  
〒352-0017 埼玉県新座市菅沢1丁目4-5-2F  
TEL 048-482-5732 FAX 048-482-5731 E-mail office@ccn01.mygbiz.com  
<http://www.ccn.niiza-ksdt.com/>

この事業は平成27年度赤い羽根共同募金の助成を受けて実施しています

