小平にもやって来た　巡回子ども食堂

4 月 24 日の日曜日、小平市中央公民館の実習室で、三多摩巡回子ども食堂 & 困りごと相談会が、開かれました。主催は一般社団法人日本社会連帯機構、後援は小平市社会福祉協議会。働く人たちの意見が反映される、新しい働き方を追及する、NPO法人ワーカーズコープが実行委員になって運営する、巡回型の子ども食堂です。

取材に行ったのがちょうどお昼時だったので、日あたりのよい食堂には 20 人ほどのお客さんが、今日のメニューのカレーライスを、わいわい食べている真っ最中。家族連れ、友達、手伝いを終えたボランティア、みんな同じカレーを食べて、ニコニコしているのが印象的でした。

「ボランティアの方は 13 名くらい。何人来てくれるのか心配だったんですけど、十分足りたって感じでした。チラシは、市内の小学校や公共施設を中心に配って、あと市報にも載ったので、いい出足だと思っています。食堂のほかに、様々な困りごと相談会や結核検診もあるので、のぞいて欲しい」と、ワーカーズの山崎さん。

この日はカレー、ポテトサラダ、コンソメスープのメニュー 50 食分が用意されていました。せっかくなのでわたしもカレーをごちそうに。グリーンロードを歩いて、小平荘からやって来た男性二人と相席です。

「どこで子ども食堂を知ったんですか？」

「社協からのチラシが、アパートにあったからね」

70 代と 30 代の二人と話しながら、子ども食堂が、子どもだけではなくいろいろな世代の人たちが、気軽に支援を受けられる居場所になっていけば、世の中は少しずつ緩くなっていくのになー、と思いました。

巡回食堂の予定は、調布、国分寺、三鷹、小金井、多摩、西東京。長く続けるにはとにかく参加すること。機会があったら気軽にお客さんになってみませんか？(S)

◎こども食堂ネットワーク

全国の子ども食堂を応援、また交流の場としてメーリングリストを中心に活動しています。前ページの『まるちゃんカフェ』も、ネットワークの仲介でバームクーヘンやお味噌の提供を受けました。

▲ホームページのトップページ

http://kodomoshokudou-network.com/

◎東村山地域食堂ふたば

【開催場所】東村山駅西口徒歩 5 分　ワーカーズコープ生活介護「ふたば」
東村山市野口町 1-15-5　グランドハイツ 1 階
【電話】042-306-0721
【ファクシミリ】042-306-0871
【主催】東村山地域食堂実行委員会
【後援】東村山市社会福祉協議会
【担当者】栗間（くりま）、岩瀬（いわせ）
【開催日時】6/11、7/16、8/20　＊月 1 回土曜日 11 時～12 時ごろ

◎武蔵村山子ども食堂

【開催場所】武蔵村山市神明4-17-1「みんなのおうち」
【電話】070-5367-8454（火・水・木曜日　10 時～14 時のみ）
【主催】NPO 法人子育て未来ネットこどもと
【開催日時】第 2・4 金曜日　18 時～19 時

あすぴあ登録団体の紹介　こんな活動をしています　vol. 14

親業でグッドコミュニケーション：ラ・ピース

コミュニケーションが大切と言われていますが、我が子との意思疎通の具体的な方法がわからないで悩んでいる親が大勢います。温かく心の通じ合う親子関係になるヒントや事例を紹介し、市内の子育てグループともコラボして活動をしている代表の大久保庸子さんに聞きました。

保育士として 30 年以上の経験をもっている大久保さんは、自分の子育てでの苦労、ジレンマなどを感じた時に「親業」と出会い、５年前にインストラクターの資格を取りました。

「親業」では親の気持ちの整理をすることからスタートするそうです。子どもの行動をしっかり見て、子どもの気持ちに寄り添ったり、親が子どもの理解しやすい表現でメッセージを伝えると、親子が互いに満足する解決策を見つけやすくなります。この講座を受けることにより、家庭で母親がカウンセラーの役目を果たせるようになり、心の通じ合う親子関係の土台を築き、子どもの考える力を伸ばしたり、自分で判断し行動出来る子に育つそうです。

このコミュニケーション方法は親子関係だけにとどまらず、ひろく人間関係に役立ちます。大久保さんは市内などで、赤ちゃんから大学生くらいまでの子どもの親たちを対象に体験学習やロールプレイなどの方法で「楽しくなる子育て」を伝えています。また、「家庭教育講座」「話しの聞き方話し方セミナー」なども手掛けています。(A)

＊親業とは、1960年代にアメリカの臨床心理学者トマス・ゴードン博士が開発した、親のための効果的なコミュニケーション方法を学ぶトレーニング・プログラムです。

DATA
活動日●2 ～ 3 か月に 1 回　不定期開催
活動場所●小平市津田公民館など
会員数●27 名
連絡先●youko.7n2trx@gmail.com（大久保庸子）
ホームページ●http://kotobanoayatori.jimdo.com/

特定非営利活動法人 NPOラスキア

精神疾患を抱える人が増えている現代、まだ数少ない精神専門の訪問看護。地道な支援活動を続けている「NPOラスキア」代表の村上文子さんやスタッフの方にお話を伺いました。

穏やかな笑顔のスタッフとアメリカンショートヘアの猫５匹が迎えてくれた「NPO ラスキア」は、都内で会を立ち上げたあと、小平に移って、すでに10年余り。

心の病で孤立しないように、重要なケアを精神科医と連携をとりながら支援しています。地域で暮らしながら、自立を目指す人に寄り添ってきました。自分の中に不安や悩みをため込まないで、人に話して心を開放することが必要です。そのためには、「話をよく聞いてあげることが大切」だと言います。

ここでは、病院や家庭から一歩踏み出す試みとして、毎週金曜日に皆が集まって、話をしたり、お茶を飲んだりしながらくつろげる場を提供しています。セラピーやマッサージの資格や技術をもつスタッフが、心や体の緊張をほぐし、安心感や信頼関係を生み出してくれます。通っている人は、表情が和らいでくるそうです。

さらに、「まちかどラボ」として開放している日には、スタッフと一緒に絵を描いたり、洋裁などをして、心を落ちつかせ、楽しみや生きがいを見い出す取り組みも行っています。村上さんは、今後、絵本としての自分史作りや身近な楽器での演奏にも挑戦してみたいそうです。

会では、心の健康に関心のあるスタッフや仲間を募集しています。(Y)

＊2016 年の春からは、障害者総合支援法に基づく相談支援事業も始めています。

DATA
法人事務所●〒187-0002 花小金井2-1-31　花小金井ハイツ 1F 105
電話●042-451-6030　　ファクシミリ●042-451-6031
まちかど保健室（訪問看護）●月～金曜日 9～16 時（24時間連絡あり）
まちかどラボ●随時（主に24節気の日の午後）　　会員数●10 人