

育ち・育てをサポートするピアメッセージ集  
保護者から保護者へ

Ver.1



社会的養護における「育ち」「育て」を考える研究会編

## はじめに

平素より、社会的養護における「育ち」「育て」を考える研究会へのご理解ご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

社会的養護のもとで暮らすすべての子どもの『つながりのある健やかな「育ち」「育て」の保障』を実現するために、平成22年1月、国立武蔵野学院に設置した本研究会は、各関係団体等の十分な協働・連携のもとに、社会的養護における子どもの「育ち」「育て」にかかわる実践的な課題等についての研究を継続的に実施してまいりました。

この度、本研究会では、その研究成果の1つとして、『育ち・育てをサポートするピアメッセージ集～子どもから子どもへ・保護者から保護者へ・養育者から養育者へ～』を作成いたしました。この3部作は、当事者である子ども・保護者・養育者が三者それぞれの立場で抱えているさまざまな疑問や不安などを質問（Q）として設定し、それに対して同じ立場の方からのメッセージ（M）を中心に集めた『ピアメッセージ集』です。

このメッセージ集は、当事者である子ども・保護者・養育者が生活をしていく上で、そして養育していく上で役立つことを願い、当事者の方々を中心に関係者一人ひとりがこころを込めて作成しております。内容的には十分とは言えませんが、このメッセージに込められている一人ひとりのこ

ころが、皆様のところに届き、参考資料として少しでも役立てて頂けたら幸いです。

また、このメッセージ集が、当事者である子ども・保護者・養育者をはじめ、社会的養護や子育て支援にかかわる多くの方々に幅広く活用されることを願っております。

最後になりましたが、ご協力頂きました当事者の皆様をはじめ、各種別の協議会及び関係者の皆様方のご尽力により、このメッセージ集が完成できましたことに対しまして、心より深謝申し上げます。

平成27年3月

国立武蔵野学院長 相 澤 仁



## この冊子を手にした方々へ

里親家庭や児童福祉施設のもとで暮らしているみなさん。またその保護者のみなさん。児童福祉施設で子どもたちを養育している職員や里親のみなさん。あるいは、社会的養護に関係しているみなさんなどへ。

この各冊子は、子どもから子どもへ、保護者から保護者へ、養育者から養育者へという当事者から当事者へメッセージを伝えるという形式で作成されています。この冊子には、当事者の方々が生活をする上で、あるいは養育をする上で、困ったり悩んだりすることが比較的多いと考えられる問題や質問（Q）と、それらについてのメッセージ（M）が書かれています。メッセージを考えて下さったそれぞれの当事者の方々は、みなさんの仲間としてともに生き、ともに育っていきたいと思っています。

私たちは、それぞれの立場にある当事者のみなさんが、この冊子を、「健やかに社会生活や家庭生活を、あるいは施設・里親家庭生活を送っていくための参考資料として活用していただけるのであれば」という想いで作成しました。困った時や悩んだ時、あるいはさびしくなったり辛くなったりした時には、この冊子をもう一度読んでみて下さい。問題や悩みなどを解決するためのヒントが得られるかもしれません。

ただし、ここで書かれているメッセージ（M）については、あくまでも解決のためのヒントでしかありません。また、健やかな生活を送るために、

あるいは適切な養育をするために必要な内容が網羅されているわけでもありません。あくまでも1つの参考資料ですので、その点について、十分に認識した上で活用して下さい。

また、社会的養護関係者のみなさんには、現在施設や里親家庭で生活している子どもの育成や保護者への支援のために、あるいは職員のみなさんの研修資料として活用していただけたら幸いです。

この冊子が、子ども・保護者・養育者の方々に、生活を送る上で、養育をする上で、少しでも役立ててもらえるのであれば、こんなうれしいことはありません。

なお、何かお気づきの点などがございましたら、どうぞ遠慮なくご意見をお寄せ下さい。

お問い合わせ先 [sodachisodate@musashino.go.jp](mailto:sodachisodate@musashino.go.jp)

国立武蔵野学院ホームページ

<http://www.mhlw.go.jp/sisetu/musashino/index.html>

# もくじ

## 1. 入所前（入所について）

- Q1 子どもを施設に預けたいんですけど、家族から反対されます。どうすればいいのでしょうか？
- Q2 子どもを預けろといわれますが、子どもは親と一緒にいた方がいいのではないのでしょうか？
- Q3 施設入所を勧められましたが、正直信用できません。この子がおかしくなったらどう責任を取ってくれるのでしょうか？
- Q4 子どもが施設で育ったことが一生ついて回るんじゃないのでしょうか？

## 2. 入所中

- Q5 子どもに施設での生活を聞きたいのですが、聞いていいものでしょうか？
- Q6 施設の中で見る子どもの様子と施設入所前の子どもの様子が全く違ってきます、ずっと施設にいた方がいいのでしょうか？

- Q7 子どもと一緒に暮らしたいのですが、「施設のほうがいい」と子どもに言われなにか心配です。子どもにどのように聞いたらいいでしょうか？
- Q8 子どもを施設に入所させているのですが、会うたびに「施設は嫌だ」「家に帰りたい」と泣かれます。どうしたら良いのでしょうか。
- Q9 子どもを引き取った後の生活が不安です。入所中にどのような準備をしていけばいいのでしょうか？
- Q10 子どもを施設に預けたことを身内の者や近隣、学校等にどのように説明したら良いのでしょうか？
- Q11 施設の先生になついてしまって、私を憎んだり、離れていったりしないのでしょうか？
- Q12 施設から帰宅時の子どものよそよそしい態度に戸惑っています。どのようにかかわればいいのでしょうか？
- Q13 施設に預けたことで、子どもに対して負い目があるのですが、やはり親に捨てられたと思っているのでしょうか？
- Q14 施設のやりかたに疑問があっても預けている身なので強くは言えません。他の親御さんはどのようにされているのでしょうか？
- Q15 子どもの生活の様子を知りたいです。施設の職員から様子を聞いたり、子どもの写真をもらうことはできるのでしょうか？

Q16 子どもにプレゼントを渡したり、親戚を連れて行こうとすると断られることがあります。家庭の生活ではあって当然と思うのですが、何がよくないのでしょうか？

Q17 （引き離しになった後）どうすれば、子どもを返してもらえるのでしょうか？

Q18 施設から帰ることになりそうですが、本当は自分が育てていくことは無理だと思います。言えないまま話が進んでいるのですが、どうすればいいのでしょうか？

Q19 子どもが外泊に来た時のかかわり方で戸惑っています。他の親御さんはどのように過ごされているのでしょうか？

Q20 子どもがよくなるように言われて保護されたけど、少しもこちらのいうことを聞くように変わってません。何のために預けたのでしょうか？

Q21 子どもを施設に預けたことを交際相手に秘密にしておきたいのですが、プライバシーは守ってもらえるのでしょうか？

### 3. 退所後

Q22 子どもが施設を卒園した後の施設との付き合いはどうすればいいのでしょうか？



Q23 子どもが家に戻ってきて、すぐに生活が崩れて、学校にも行かなくなりました。やはり施設など別の所をお願いするしかないのでしょうか？

Q24 小さい時から自分で育てていないので、引き取っても子どもから親として見てもらえないんじゃないかと不安ですが、うまくいくのでしょうか？

Q25 子どもが施設から帰ってきました。きょうだいをはじめ、家族皆の気持ちがばらばらですが、どうしたらよいのでしょうか？

Q26 子どもが大きくなって「どうして預けていたの？」と言われたらどう答えたらよいのでしょうか？

Q27 施設で子どもが落ち着いていれば、家庭でもうまくいくのでしょうか？

Q28 施設を出た後の子どもが高校に行けるのか、就職できるのか心配です。どうなっているのでしょうか？

Q29 退園した後、子どもが施設で一緒だった子に会いたいと言っているのですが、会わせて良いものなのでしょうか？

Q30 子どもが戻ってきたらやっぱりきついです。また、預かってもらうことはできないのでしょうか？

Q31 子どもを引き取った後、困った時にはどこに相談すればいいのでしょうか？

Q32 子どもが施設から帰ってきました。児童相談所からの訪問が続いていて、近所の目が気になります。どう断ればいいのでしょうか？

#### 4. 子どもの養育についての相談

Q33 どうして子どもは私の気持ちをわかってくれないのですか？どうやったら伝わるのでしょうか？

Q34 家族の健康上の問題や家庭の経済的問題が心配です。子どもの問題は施設や児童相談所が見てくれましたが、家族の問題はだれに相談したらいいのでしょうか？

Q35 子どものことで相談したいことは山のようにあるのですが、児童相談所は何をしてくれるのでしょうか？

Q36 自分も子どもは放っておかれた中で頑張ってきたのに、この子は何もしようとしない。しっかりさせるにはどうすればいいのでしょうか？

Q37 子どもが可愛くない気持ちになるのは変でしょうか？

Q38 私も殴られて育てられて、それが今になってよかったと思っています。言ってもわからない子には殴らないと伝わらないのではないのでしょうか？

Q39 夜中もずっと泣き通して、こちらの頭がおかしくなりそうです。

みなさんどうされていますか？

Q40 うちの子は食べさせようとしても食べないのに、病院で私が食べさせていないように言われます。どうすればわかってもらえるでしょうか？

Q41 子どもはかわいいのですが、こっちが疲れて帰ってきているのに、ママ、ママとうるさいと、うざくなって怒鳴ってしまいます。静かにさせるにはどうすればいいでしょうか？

Q42 結婚を考えている新しいパートナーに子どもを会わせたいのですが、どうしたらいいでしょうか？

Q43 子どもに謝りたい気持ちがあるのですが、どのタイミングでどのように話をしたらよいかわかりません。どうしたらいいのでしょうか？

Q44 子どものことで相談したいのですが、主人／祖父／祖母から「子どもはこんなもんだ」と言って反対されます。どうすればいいでしょうか？

Q45 近所の人や学校から親は何やってるんだ！と言われ、精一杯やっていることを理解してもらえないので、かかわりたくないのはだめでしょうか？

Q46 子どもがちゃんとしれないから親としてしつけているだけなのに  
虐待といわれます。どうすればわかってもらえるのでしょうか？

Q47 子どものことで相談したいのですが、また、取り上げられるの  
ではないかと不安です。普通に相談だけはできないのでしょうか？

## 5. 母子家庭（母子生活支援施設について）

Q48 子どもが病気になったときなど、仕事を休まなければなりません  
が、みなさんはどうしていますか？

Q49 施設に入所していたという事実や施設の中でできた人間関係は  
退所後もずっとついて回るのでしょうか？新しい生活を始めたい  
のですが。

Q50 生活の変化とともに子どもの学校や人間関係が全く変わってし  
まうのが心配です。みなさんどのようにされているのでしょ  
うか？

Q51 子どもが嘘をつくことが多くて、親の私でさえ信用できません。  
どうしたらよいのでしょうか？

Q52 体調が悪い時は体が動かず、家事や子どもの面倒を見ることが  
できません。どうすればいいのでしょうか？

Q53 元夫に居場所が見つかるのではないかと不安になっています。

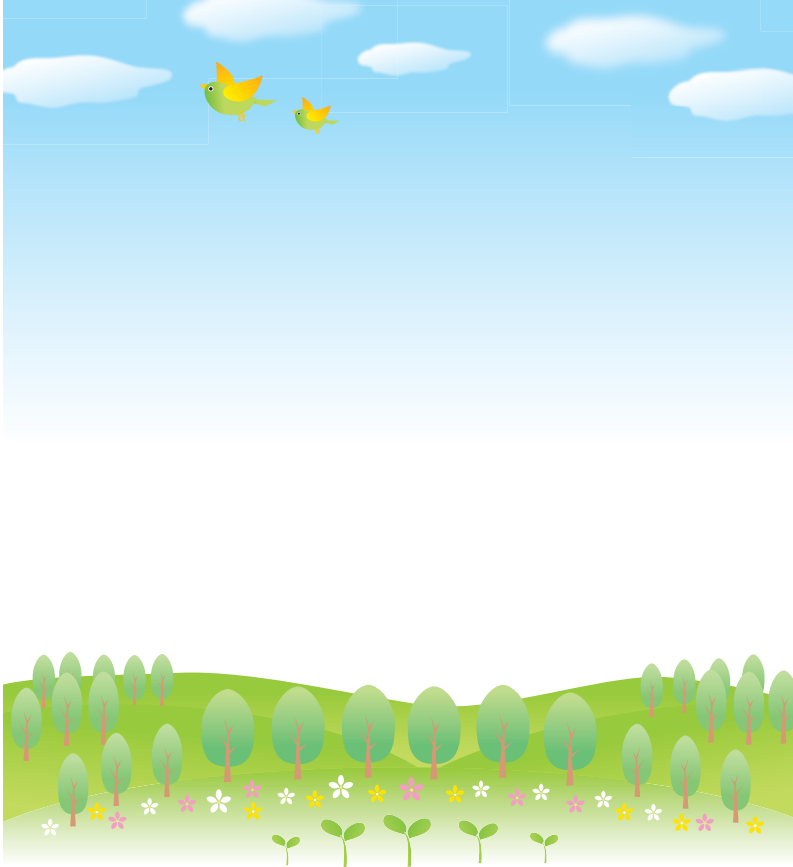
Q54 母子生活支援施設を退所後、身内も知り合いも全くない状態で、母と子でどう暮らしていけばいいのでしょうか？

Q55 母子家庭になった経緯を知らないのに勝手な解釈をされ、冷ややかな見られ方や態度をされることが多いです。

Q56 母子家庭で経済的に不安があります。子どもが大きくなるにつれて、生活そのものにも、教育にもお金がかかり、育てていけるのか心配です。

Q57 仕事の関係で、遅くまで、子どもを家に一人で待たせることが多くなりました。仕方のないことでしょうか？

Q58 仕事が終わって、食事、お風呂とやっていると子どもの寝る時間が遅くなってしまいます。みなさんどのようにされているのでしょうか？



## Q1

子どもを施設に預けたいんですけど、家族から反対されます。どうすればいいのでしょうか？

M：反対されたので、無理と思いながらも頑張ってみましたが、結局子どもにつらく当たっていました。本当はそうしたくはなかったんです。私は今でも子どもにとって悪い母親です。反対されたときどうすればよかったかわかりません。

M：反対されても、自分一人で相談に行きました。施設へ預けたいと思っていましたが、思うようにいかない子育てと、家族のしがらみが苦痛だった自分に気が付き、預けないでどうにかやっています。

M：家族は施設に預けるのを反対するけど、何も手伝ってくれないんです。結局、大変なのは私だけだし、学校の先生からは「お母さんが世話をしてない」って見られていました。児童相談所に相談したら、施設に子どもを預けることは出来なかったけど、私が子どもの世話をしていることや体調が悪いことは分かってもらえて、先生から責められることも減ったように思います。

M：家族以外の方で相談できる人はいますか？話し合いに入ってもらうことが必要だと思います。児童相談所に相談してみてもいいでしょうか。

M：児童相談所に相談すれば、家族も説得してくれました。

M：身内や身近にあなたの気持ちを理解してくださる人はいませんか？私は主人の姉に相談したら理解してもらえ、主人や祖父・祖母を説得してくれました。その後もいろいろ相談にのってもらい心強く思っています。

M：ご家族が施設に対する理解を充分出来ていない気がします。施設のことを説明してもらおうよう児童相談所の人をお願いしてはどうでしょうか。施設の見学に皆さんで行くことが出来たら理解も深まるのではないのでしょうか？私は施設入所を決める前に施設の見学にいきました。



## Q2

子どもを預けろといわれますが、子どもは親と一緒にいた方がいいのではないのでしょうか？

M：施設で生活するより、ちょっと大変でも家族で過ごした方が、お互いにとっていいかもしれない。でも、経済的にとても厳しかったり、子どもに対して手を出してしまう、言葉の暴力を言ってしまう、子どもの世話ができない、という状態があるようなら、一時的に子どもを預けて、家族で生活していく基礎を作っていく必要もあるように思う。私は、自分が病気の時に施設を利用して、子どもと生活できるようになってから子どもを引き取りました。

M：うちの子が入っている施設の中には学校があります。クラスが小さくて、よく教えてもらえるから良いのでは。うちの子にはそれがよいと思ってお願いしました（情緒障害児短期治療施設や児童自立支援施設は施設内で学校教育を実施しています）。

M：子どもにとって親という存在はとても大きいものですよね。ただ、子どもを離れて見ることで、子どものことがより分かったり、子どもへの思いを確認できたりすることがありました。

M：親子でいて煮詰まることはあるし、施設に預けたからといって親子関係がなくなるわけではないと思います。親子で一緒に暮らせるならそれに越したことはないですが。

M：子どもを預ける前はとても苦しくて子どもに当たっていた気がします。子どもを預けたときは寂しさや落ち込みもあり、しばらくはつらかったのですが、子どもが手元から離れたことで余裕ができたのか、以前より子どもがかわいいと思うことが増えました。

M：「子育ての大変なところは施設に任せて、お母さんはしっかりかわいがってあげてください」と施設から言われて、今はこれで良かったと思っています。

M：一概に「親と一緒にいるからいい」とは言えない。距離を置いたほうがいいときもある。しかし、そういうときにこそなかなか自分では気がつきにくいので、周りから「預けた方がいい」と言われるときは、自分自身が見えていないときと思った方がいい。

### Q3

施設入所を勧められましたが、正直信用できません。この子がおかしくなったらどう責任を取ってくれるのでしょうか？

M：施設入所を勧められたとき、施設は信用できないという話を児童相談所に何回もしました。その結果、子どもは家にいましたが、頻繁に地域の相談機関の方が家庭訪問に来ました。大変でしたが、自宅で生活してきてよかったです。

M：預ける前と帰ってきた後の子どもの様子は変わります。子どもが大きくなって遊び方が変わったってこともあったし、食器の片付けをするようになったとか親が助かる変わり方もあるし、前より駄々をこねることが増えたとか親が困る変わり方もありました。「おかしくなった」と思うほどではなかったけど、変わることは確かにあると思います。それはいい面も悪い面もあるし、段々気にならなくなりました。

M：得体が知れず、なかなか信用できないという思いや不安を持たれるのは当然だと思います。お子さんが急に変わることはないです。

M：私は話を聞いた時に入所が望ましいと感じましたが、入所が良いかどうかはどちらとも言えません。最終的には自分の考えで決めるしかないのでは。

M：最初は、施設のことを知らなかったのでとても不安で、預けることに抵抗していました。しかし入所してしばらくすると、以前よりも子どもは穏やかになり楽しそうに施設での生活を送っているようで、安心しました。まずは見学をしたり入所後の生活や方針について、よく尋ねてみてはどうですか？

M：施設に入所となると、確かに心配なこともありました。そのような率直な気持ちを施設の職員に話し、聞いてもらって少しずつ心配が取れました。

M：施設も生活場所の一つなので色々なことが起こり、その都度施設から親に報告がありました。子どものために親と施設と一緒に育てていくことだと思います。

M：信用できないような施設であれば、ちゃんとそのことについて児童相談所に相談することが大切です。

## Q4

子どもが施設で育ったことが一生ついて回るんじゃないでしょうか？

M：親の気持ちの中では一生ついて回る感じがしていますが、子どもは私ほどには思っていないようです。

M：実は、私自身も施設育ちです。施設で育ったことで仕事が見つからないとか近所の人に冷ややかな目で見られた、ということはあまりありません。言わなければ知られることもないですし。施設で育ったことで、親ってこれでいいのかな…と思う時はあります。でも、これもいろんな人に相談してやっていけることだと思います。私は、職場の先輩ママさんに相談したりしています。

M：施設で育ったことは消せるものではないけれど、子どもはその経験が貴重なものとなって人生を歩んでくれています。

M：子どもの年齢が低いのであまり心配していません。学童になるとどうなんだろうと思いますが、今はお世話になってよかったと思っています。

M：私も、子どもが小さい頃、施設を利用しました。自分を忘れないように、頻回に面会に行ったけれど、ある日、面会に行ったら、子どもが私を見て泣きました。そのときは「施設の子になってしまった」ってとてもショックを受けました。その後、子どもを引き取って、始めはすごく大変だったけれど、今はだんだん家に馴染んできています。でも、うまくいかないことがあると心のなかで施設に入れたからかと思ってしまうこともあります。

M：施設で育ったことをちゃんと子どもにわかるように説明してあげられると、受け止め方も違うと思う。ただ、それを理解できる年齢じゃないと無理だし。タイミングがむずかしい。逆にそれを聞いたがゆえに逆方向に行く場合もある。

M：施設で育ったことが悪いことみたいな感じでいうけど、別に施設で育ったのが悪いわけじゃない。

## Q5

子どもに施設での生活を聞きたいのですが、聞いていいもの  
のでしょうか？

M：迷いますが、聞いています。聞くと心配になることもありますが・・・  
つい、聞いてしまいます。

M：子どもがどんな生活をしていたか、気になるのはもっともだと思います。  
聞いてもいいと思います。でも、子どもが話したくない、という  
ときに無理に聞くと喧嘩になるので、そういう時は聞かないようにし  
ています。

M：子どもの話を聞くと、こんなことも施設でしてくれるんだなと思う反  
面、集団生活なので子どもなりに我慢しているんだなと複雑な気持ち  
になりました。施設の職員さんに伝えていいのか迷うところもあるけ  
れど、子どもの話を聞いてどういうことだろうと、疑問に思った事は  
聞いてみました。

M：自分の子に施設のことを聞いて気になったので、職員に聞いてみまし  
た。教えてくれてありがとうございました。

M：聞いて言い争いのようになることがあります。最近は、私が聞きたいことは子どもが話したくないことのように思えます。子どもが話してくれることだけ聞いていればいいかな。まず、子どもに聞いて良いかどうかを尋ねたらどうですか？

M：聞いて構わないと思います。子どもからは楽しいことだけでなく施設に対する不平や不満などマイナス面の話も出てきます。施設や児童相談所からも情報を得て本当のところを確かめたりもしました。そのうえで、子どもの気持ちに寄り添いながら適切な対応ができるようにしておけば良いと思います。



## Q6

施設の中で見る子どもの様子と施設入所前の子どもの様子が全く違ってきます、ずっと施設にいた方がいいのでしょうか？

M：施設にいた方がいい子であるということでしょうか。我慢しているだけかもしれないと思います。

M：様子は違って見えても、子どもがずっと施設にいたいと思っているかはわからないと思います。そう思い込む必要はないと思います。

M：施設の中で子どもの様子がよく見えると、自分は子育てできない人間に思えてくることがありました。そうすると、自分といるより施設の方がいいんだと思ってしまった時期もありました。

M：子どもにとって親がいる家庭が一番と言われましたし、生活の中でそう思えるときもあります。

M：施設にいた方が良くなったと思わないで出来そうな所から子どもとの関係を作っていけば良いのではないのでしょうか。

M：施設の生活は家庭と違うところがあるせいか、帰って来た時に今まで家でやらなかったことをやるようになっていました。いろいろ変わったことはあるけど、子どもがきちんとした大人になっていくために続けられることは家庭でも続けていきたいと思いました。

M：施設の職員さんと一緒にいると、子どもも楽しそうにしているように見えるし、職員の手もあるから、施設で育った方が自分と生活するよりも幸せなのかなと思う事もあった。でも、子どもと一緒にいたいと思った。

M：施設の先生と相談して決めないとどうしたらよいのか迷います。考えていることを話すしかないですね。普段離れているせいで自信が持てないので。

M：私も施設にいるときの方が子どもは順調に育っていると思います。預けている自分のみじめになってきます。どうしたらよいのか、悩んだ時もありました。

## Q7

子どもと一緒に暮らしたいのですが、「施設のほうがいい」と子どもに言われなにか心配です。子どもにどのように聞いたらいいのでしょうか？

M：怖くて聞けなくて、施設の職員に相談して、施設の職員が立ち会って一緒に聞いてもらいました。

M：「施設の方がいい」と言われるのが怖くて聞けないまま、卒園を迎えてしまいました。その後に「どうして『一緒に暮らそう』と言ってくれなかったの」と責められました。つらかったです。

M：一緒に暮らしたいと伝えたいけど、断られるかもしれない考えると不安にもなりますよ。自分が一緒に暮らしたいと思っていることを子どもに伝えてあげたら、子どもも嬉しいんじゃないかなと思います。

M：親の気持ちを子どもに伝えることは大切だと思います。伝えた上で、子どもがどう言うかは分かりませんが、たとえ「施設の方が良い」と答えてもその気持ちを受け取りましょう。私の場合は、今思えば時期が早かったのかもしれない。

M：どんな理由があろうとも、子どもを施設に預けたという負い目があるから、勇気を出して一緒に暮らしたいと伝えたのに「施設の方がいい」といわれたら、今まで頑張ってきた気持ちが折れてしまう。お家に帰る練習を何回もして、引き取っても大丈夫と思った時に、施設の職員さんと一緒に、これからはお家で過ごすんだと言う事を一緒に伝えました。

M：私も同じ心配を抱えていました。でも、その気持ちのあることがその後の生活を考えるうえで大切だったように思います。

M：最初からストレートに聞いてもなかなか答えてもらえないと思います。お子さんに施設のどこが良いのか、家で生活するとすればどうなればいいのかを尋ね、出来るところから聞いていくのはどうでしょうか。

M：素直に聞いてみましょう。親としての思いを伝えてみましょう。もしも子どもがそう言うのなら、その時はまだ時期が早いのかもかもしれません。その時は子どもの気持ちを受け止めましょう。そして親として努力していることを子どもにも聞いてみましょう。

## Q8

子どもを施設に入所させているのですが、会うたびに「施設は嫌だ」「家に帰りたい」と泣かれます。どうしたら良いでしょうか。

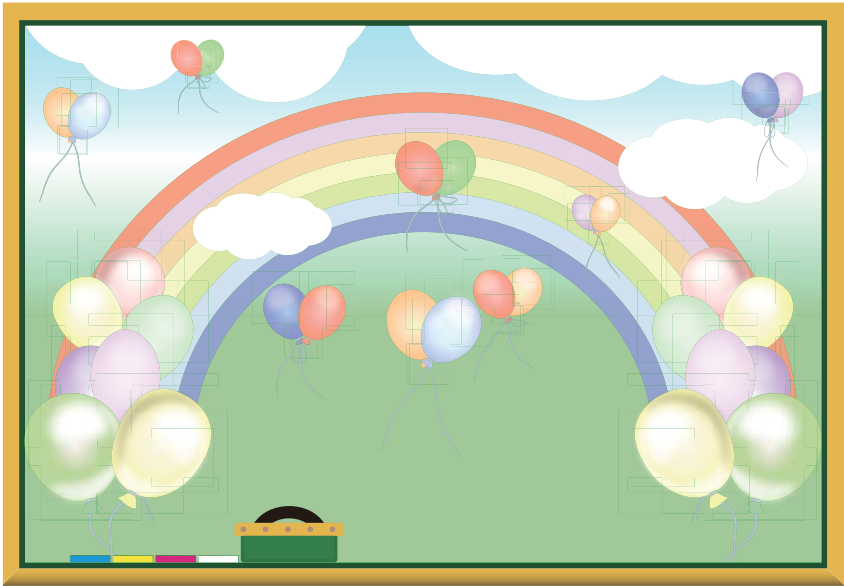
M：私の場合は「ごめんなさい」と言いながら、抱きしめて一緒に泣きました。

M：困ってしまって「もうすぐ帰れるからね」と嘘を言ってしまうです。

M：親としては辛いですよね。子どもが施設を嫌がる理由を聞いた上で施設に改善をお願いすることもできますが、なぜ施設をお願いすることになったのか、子どもが納得するまで話をしてゆくしかないでしょう。

M：一緒に生活したいです。あせりながらも謝ることしかできませんでした。

M：私の場合は、子どもが早く帰れるよういろいろな所に相談に行きましたが、思うようにはなりません。今は子育てについて勉強しながら、自分が変わる必要を感じています。



Q9

子どもを引き取った後の生活が不安です。入所中にどのような準備をしていけばいいのでしょうか？

M：施設の職員や児童相談所の福祉司さんと相談しながら準備しました。一緒に準備するとうまくいけなくなった時の相談もしやすかったです。

M：引き取った後にわかったことですが、地域にもいろいろ相談できる場所がありました。引き取り前にその辺の情報もあるといいと思います。

M：引き取った後に生活が変わるかもしれないとか、今後何が起こるだろうと考えだすと不安になります。だから、今のうち準備をしておくことは、大切なことだと思います。

M：子どもを引き取った後、子どもの学校のこと、経済面、親子関係・・・いろんなことが不安だった。とりあえず、困った時に相談する所、助けてくれる所を探してみた。困った時はどんな所に相談したらいいのか、そこは、どんなことをしてくれるところなのか、少しずつ準備して行った。児童相談所に聞いてみたら教えてくれることもあった。

M：入所中に面会、外出、外泊などを繰り返し行ってきました。その中で、お互いにじっくりいかないことを整理し、目標をもって面会等を行うことができるようになりました。

M：何が心配なのかを施設の職員や児童相談所の職員、地域で支援してくれる人に相談してみました。学校のことや健康面、養育費のことなど教えてもらいました。

M：引き取りに向かって施設の方がいろいろアドバイスや準備を手伝ってくださっています。引き取った後の不安もありますが、困ったときは相談をしていこうと思います。

M：考え出したら、不安の塊です。あまり考えすぎないようにしています。

M：覚悟をしておく。子どもはいい子になって戻ってくるわけではないということを覚悟しておく。それが準備かなと思います。覚悟って、私が思ったのは、親もやっぱりケアしてもらい、支援してもらってないと覚悟できないんですね。一人で悩んでたりしたら、多分覚悟できないので、当事者の会や自助グループみたいなところへ足を運んで、いろいろなお母さんたちの話を聞いたりして、心構えをしておかないと。



## Q10

子どもを施設に預けたことを身内の者や近隣、学校等どのように説明したら良いのでしょうか？

M：伝えないまいることの方がつらかったです。子どもことを聞かれるたびに作り話をしていました。

M：子どもを施設に預けたことを、周りに伝えているうちに、なぜ子どもが施設にいるのかわからなくなってしまいました。「子どもは施設で生活している」とだけ伝えておけばいいのかなと思います。

M：出来れば隠しておきたいですが、身内の方や学校の先生は子どもを心配してくれているはずです。子どもがどんな生活をしているかお伝えしたら、安心されるのではないかと思います。また、子どもは家に戻ってくるわけだから。どのように説明したらいいか迷ったら、児童相談所職員と相談してはどうでしょうか。

M：親や親せきには、いずれわかることだからと話しましたが、とても伝えるにたく悩みました。詳しいことは言ってません。

M：学校には、戻ることも含めてきちんと伝えた方が良いでしょう。近親者や近隣には様々な人がいるので誤解されないように気を付けた方が良いでしょう。子どものために施設入所を決めたことが伝わるとよいですね。

M：近所の人に知られるのが一番いやでした。最後まで自分の口からは言えなかったし、誰も聞きません。自然に知られたようですが、今でもどのように思われているのかが気がかりです。

M：自助グループの先輩は「面会だとか警察に呼ばれたりして職場にも迷惑をかけちゃうから、開き直って言っちゃったらすっきりしたわ」と言って、すごいなど。私もそれを真似して言ってみたら、陰で悪口を言われたりもしました。でも誰もいないときにそっと近づいてきた人がいて「すごいね。うちも同じようなことがあるけど言いだせない、困ってるのよ」と相談されました。

M：近親者には言えなくても、分かってくれる人、例えば「気を許せるような友だち」にまず話を聞いてもらったらどうですか？

## Q11

施設の先生になついてしまって、私を憎んだり、離れていたりしないでしょうか？

M：憎まれたくはないですが、憎まれてもしょうがないかなとも思います。離れて行ってほしくはないです。

M：なついてしまい、私から離れていくようで怖かったです、でも離れてはいかなかったです。一緒にいるときはあまり変わらなかったです。

M：離れていると、自分より施設の先生の方になつくのではと不安になりました。施設の先生と会ったときに話をするを繰り返していると、段々子どもはいま何してるかと考えるようになり、離れていくのではという不安は少なくなりました。

M：会いに行ったのに子どもが泣いちゃったときには、「私より施設がいいんだ」と落ち込みました。引き取ってすぐは「〇〇さんがいい」と職員の名前を言ったりもしたけど、今は家族で暮らしています。段々と子どもも家族で暮らすことに慣れていくんだろうなと思ってます。

M：施設の先生にかわいがってもらえるのはうれしいけれど、楽しそうにしている子どもの姿をみていると、親としてなんともいえない気持ちになった。いろいろ心配なこともあったけど、子どもを引き取ってから少しずつ家族になって、今はなんとかやれているよ。

M：赤ちゃんの時は、会いに行っても職員から離れようとしなかったり、私が抱くと泣くのに職員に抱かれるとすぐ泣き止み、職員が恨めしかったり子どもを取られた気持ちでした。最後は子どもまで可愛く思えなくなって足が遠のきました。職員が「お母さんが一番だから。今は世話をしてくれる人にべったりだけど子どもが親と理解するようになれば、職員よりも親を慕うから」と言われました。数年たって、私にべったり甘えてくる姿にホッとしています。今は、職員さんに「育ててくれてありがとう」と心から思っています。

M：定期的に面会や外泊をしているので、その心配はありません。都合が悪くなると「施設に帰る」と言いますが、迎えにいくと喜んでくれるので、それもしかたないかなと思います。

## Q12

施設から帰宅時の子どものよそよそしい態度に戸惑っています。どのようにかかわればいいのでしょうか？

M：たまにしか帰ってこないので、落ち着かないのかもしれませんが。自分もいつもの生活ができず疲れてどうすればいいかわからなくなりますが、自分が普通にしていようと思います。

M：施設から帰って来た時は、「子どもが何か変わったな」と感じました。その度に「預けない方がいいのかな」と思いました。特に最初はそう。親も段々慣れていったけど、子どもも最初は戸惑って、段々慣れていってくれたのかな、と思います。

M：どう振る舞ったらよいか分からない時こそ、一番大人の振る舞いを見ようとしている時のように感じました。特別な事をするよりもリラックスした姿を見せてあげたり、ごはん作りなど何かを一緒にやって、同じタイミングで笑顔になれる事があったら十分だと思いますよ。

M：子どもの変化って戸惑う。自分も戸惑うけど、一番戸惑ってるのは子どもの方だったかもしれない。そういうときって、どうにかしようとする、お互い空回ってしまうから、あえていつもと変わらずに接したかな。

M：イライラしてつい怒ってしまうので私をますます避けるようになりました。困って職員さんにも愚痴を聞いてもらいました。どうしてそんな態度をとるのか？「成長の段階で今はそういう時」と言われ少し楽になりました。

M：自分の子どもなのに気を遣って接しなきゃいけないとか、言葉を選んで接している自分が嫌だったりする。子どももそれに対して「なんだよ、その言い方」と言ってくるし、難しいですね。

M：むしろ、そうなってしまうのは仕方ないと…。それが当たり前の今の状況なんだ、と認識する方が気が楽になりますよ。そういうときは小さい頃からの写真を開くとか、自分の心を落ち着けるようなものを見たりして乗り越えてきました。

### Q13

施設に預けたことで、子どもに対して負い目があるのですが、やはり親に捨てられたと思っているのでしょうか？

M：きっとそう思っているのかなと思うと後悔します。でも、あの時預けて良かったと思います。生活が大変だったんです。この前、子どもに生活が大変だった話をしました。子どもは「捨てられたわけでない」とわかって良かったといってくれました。私も謝りました。

M：どうなんだろう…。むしろ親の方が気にしているように感じます。仕事の都合で、毎週決まった日にしか電話が出来なかったんですが、逆に子どもが落ち着いていると職員から聞きました。預けたかどうかよりも、その後も親が子どもとちゃんと会ったり連絡を取ることで、捨てられてないと子どもは思うのかな…と思いたいです。

M：子どもを施設に入れる決断は、とても大変でした。施設に入所している子どもには、皆「親に捨てられた」という気持ちがあるとすれば「見捨てていないよ」というメッセージを送り続ける必要があるのでしょうか。子どもとの定期的な関わりや言葉でのメッセージはとても大切だと感じています。

M：子どもに対しては、いろいろな思いが巡った。だから、子どもに会いに行くのも足が遠退いた時期もあった。

M：基本は今の生活で親としてどう接していくかが大切ではないでしょうか。施設に預けたことについては施設に入った理由をきちんと説明し、親としての思いをきちんと伝えることが必要だと思います。

M：どう思うかは子どもそれぞれ。その時の事情を子どもの年齢に応じて説明して、親として負い目があるのなら、それを吹き飛ばすくらい一生懸命育てましょう。

M：預けるしか方法がなかったと思いますが、負い目は常に感じていました。面会の間隔があくと、子どもに対してますます不安になります。でも、頻繁に通うようになると子どもが喜んでくれるようになり、ほっとしています。



## Q14

施設のやりかたに疑問があっても預けている身なので強くは言えません。他の親御さんはどのようにされているのでしょうか？

M：施設に対して「なんで！？」って思うこと、いっぱいあります。施設に言ってみたら、聞いてもらえることもあるし、なんで出来ないのかを説明してくれることもあります。ただ、喧嘩腰になると職員も話を聞いてくれなくなるので、まずは「こうしてほしいんですけど、どうですか？」と質問してみてはどうでしょうか？

M：面談を通して思いを伝えています。

M：児童相談所のケースワーカーに相談したら直接施設に話した方がいいと言われ、施設と話し合いをしました。

M：保護者と一緒に育てているので何かあったら言ってください、と職員に言われました。

M：継続的な疑問や回答に納得がいかない場合は苦情解決制度を利用すればいい。

M：施設のお祭りで同じ立場の親同士で話ができ新鮮でした。施設に言いにくいことは児童相談所に聞いても良いそうです。

M：担当職員にどういった理由でそのようなやり方なのか直接確認するのが一番です。

M：同じ目標を掲げている以上、預かっているから、預けているからという遠慮は不要だと思います。お互いの理解を深めるために、気になることや疑問は何でも聞きましょう。聞きやすい職員（施設長、苦情受付担当者、担当職員、担当心理士）で構いません。

M：言わないで、ぐじぐじしてるより言ったほうが早い。誤解してたこともあるし、「わかりました」と変えてもらったこともあるので、言いにくいけど言った方がいい。

## Q15

子どもの生活の様子を知りたいです。施設の職員から様子を聞いたり、子どもの写真をもろうことはできるのでしょうか？

M：子どもの学校行事の案内をもらい、運動会や入学式などは行っています。そういう時には職員さんが様子をいろいろ教えてくれます。写真ももらったことがあります。

M：子どもの様子が気になるのは当然だと思います。聞いたら、答えてくれましたよ。ただ、一度、夜中に電話をかけたら「昼間にお願いします」と言われたので、時間やどんな方法で連絡を取るかは最初に決めた方がいいかもしれません。

M：こちらから聞くのは勇気が必要だったけど、聞いてみたら施設の職員さんも子どもの様子をたくさん伝えてくれました。聞いてみてよかったと思いました。

M：施設職員に直接お願いしてウチの子だけが写っている写真ももらった。

M：保護者が子どものことを知ることは当然のことと職員から説明があった。

M：なかなか会いに行けませんが、電話や手紙で近況を知らせてくれます。写真もお願いをしたら、何枚か郵送してくれました。

M：面会の時に教えてもらえるし、電話でも聞けます。写真はお願いすればもらえます。

M：年に4回、子どもの成長記録や様子が書いてあるお便りをもらいます。写真も可愛いものばかりで、大切に取っています。

## Q16

子どもにプレゼントを渡したり、親戚を連れて行こうとすると断られることがあります。家庭の生活ではあって当然と思うのですが、何がよくないのでしょうか？

M：たくさんプレゼントを持って行ったら、全部を渡さないで、一部は職員があずかって、後日渡してくださることになりました。

M：どうして、親戚を連れていってはいけないんでしょうね。どうしてなのか、施設か児童相談所に聞いてみてもいいのではないのでしょうか。

M：家では普通のことなのに、だめって言われることがありますよね。親として出来るのはこれくらいのことなのに…と思って悲しくなりました。他の子もいるのは分かるし、高価なものが壊れるかもしれないのも分かるので、最初にどんなものが駄目なのか、施設からも教えて欲しいです。

M：集団生活をしているので、他のお子さんとのバランスを施設は気にしているそうです。お互いに話し合うことが大切です。

M：一緒に過ごせないし、子どもとの関わり方もどうしていいのかわからず、子どもが喜ぶかなと思って、プレゼントを渡したり、お菓子をあげたりしました。集団での生活だし、施設の事情もあるから仕方ないのかもしれないけど。そうするしか、子どもの喜ぶ顔を見る方法が見つからなかったんですよね。

M：他の子どもたちと比べて不平等になるからプレゼントは施設に持っていくかない。

M：プレゼントは帰省した時に家で渡している。

M：物を介してではなく、会いに来て一緒に時間を過ごして下さいと言われました。

M：プレゼントを渡したり、親戚を連れていくと、変な期待を持たせてしまうことは実際にあると思います。

## Q17

(引き離しになった後) どうすれば、子どもを返してもらえるのでしょうか？

M：引き取ることは、簡単なことではなかったです。引き取るにはどのようなことが整えばいいか、を児童相談所と話をし、さまざまなことを努力して引き取りました。でも、こちらが頑張ってもダメだしされることも多く、いやになって投げやりになって、引き取りが伸びたりしました。

M：まず、児童相談所に返してほしいという話をするようになります。

M：お子さんを預けるきっかけになったことはなんでしょうか？そのことが解決されたり、変わってきていれば、返してもらえと思います。預けたきっかけが分からないときは、児童相談所と話をしてはどうでしょうか？

M：時間がかかるかもしれないけど、子どもや自分のことを考える時間とれるので、まずは児童相談所や施設職員と相談したらいいと思う。

M：引き離されたということは、児童相談所が危険が高いと判断した結果  
でしょうから、その危険をどこまで減らせばいいのか具体的に尋ねま  
しょう。

M：まず、児童相談所に返してほしいという話をする事になります。子  
どもを返せる判断は児童相談所の判断になります。子どもを引き離す  
ことになった要因の改善が基本となりますが、それは一人ひとり様々  
なので、担当者とよく相談することです。

M：児童相談所に何度も言いました。家庭に戻る為の計画表を見せられて、  
施設の人と一緒に確認して面会・外出・施設と一緒に泊まる・外泊と  
段階を追って引き取りを考えましようと言われていています。段階が上が  
る前とか、定期的に振り返りの時間がとられています。納得いかない  
ことも時々あるけど、子どもを返してもらうためには仕方ありません。  
毎回の振り返りで私が子育てで困ることを聞かれたり、こうしてみて  
くださいとも言われます。予定が延ばされたこともあったけど今は週  
1回帰宅しています。今後は子どもが帰ってくるための準備をしまし  
ようと言われていています。



## Q18

施設から帰ることになりそうですが、本当は自分が育てていくことは無理だと思います。言えないまま話が進んでいくのですが、どうすればいいのでしょうか？

M：児童相談所に言えなければ、だれか言える人はいますか？たとえば、施設の職員さんとか。

M：無理だ、と認めるのも自分の生活を守るために必要だと思います。どんなことで無理だと感じたのでしょうか？もしかしたら、解決できる心配かもしれないし、本当に難しいことかもしれない。言えないまま引き取って、やっぱり無理というより早めに児童相談所にお話した方がいいと思います。

M：気持ちはわかりますが、そのまま進めると同じ失敗を繰り返すこととなります。話しにくいかもしれませんが、育てていく上で不安なことや心配なことは、今のうちに相談出来る方がいいと思います。正直に担当者に相談した方がいいと思います。

M：今からでも遅くないので、正直な気持ちをぜひ担当者に伝えてください。その上で、どこが不安に感じているのか一緒に考えてもらうと気持ちが楽になると思いますよ。家族にとって一番良い方法をさがしましょう。



## Q19

子どもが外泊に来た時のかかわり方で戸惑っています。他の親御さんはどのように過ごされているのでしょうか？

M：つつい、お菓子をたくさん与えたりで、施設の職員さんに「たくさんあげないで」と言われてしまいます。普段かかわっていないと、どうしたらいいかわからず戸惑いながら外泊の時間を過ごし、ぎこちなくしています。正直疲れます。

M：施設で生活させていることが後ろめたく、すまない気持ちになって、つついお菓子や物を買いたえているうちに、お金が続かなくなり外泊を約束できなくなってしまったことがあります。普段と変わりないものを食べて、親子で過ごす時間にすればよかったと今は思います。

M：離れているので、私も最初の頃は緊張もしたけど、外泊を積み重ねるとなれてくると思います。

M：最初の頃は何か一緒にすることがあると過ごし易いかもしれません。お子さんの好きなことなど職員さんと相談してみてもは？

M：はじめは子どもも親も戸惑いますよね。一緒にご飯作って食べたり、一緒に DVD みたりはいかがでしょう。当たり前の日常の中で一緒に過ごすことが大切だそうです。

M：その時の子どもの落ち着き具合で、良い子にしていたり、逆にわざと甘えて試してみたり色々な姿を見せると思います。みんな子どものそのまの姿なので、それをどう受け止めて関わったらよいか施設の職員と外泊の前後で良く話し合ひましょう。親と職員が子どものために協力できると心強いですよ。

M：甘いと思うけど、子どもの要望をなるべくかなえるようにして、また帰ってきたいと思ってもらえるよう頑張ってます。

M：「何が食べたい」と聞いて、食事を作るようにしています。時々外食もしています。

M：施設での生活のように決まりを守って過ごしてはくれませんが、施設にアドバイスをもらいながらやっています。だんだん慣れてきました。

## Q20

子どもがよくなるように言われて保護されたけど、少しもこちらのいうことを聞くように変わっていません。何のために預けたんでしょうか？

M：よくはならなかったけど、あのときは離れるしかなかったと今は思っています。

M：私も、騙されて保護された！と思いました。後で振り返ってみると、子どもがよくなるように、じゃなくて、子どもが危険な目に会わないように保護されたんだと思います。でも、だったら保護の時にそう言って欲しい。預けている間に、子どもが怪我や怖い思いをしないためにはどうしたらいいのか、自分も準備もしたのに、と思います。

M：施設の職員に言うことを聞かないことを相談したらどうか。

M：すぐには変わらず、時間がかかりイライラすることもたくさんありましたが、少しずつ話ができるようになり、今でもケンカはありますが、なんとか大丈夫です。

M：子どもが良くなることと親の言うことを聞くことは、必ずしも同じではないよね。子どもなりに成長した部分もあるし、まだまだ課題も残っているし、そこを一緒に応援していくのが大切だと思います。

M：はじめのうちは私も同じことを思っていました。施設や児童相談所に文句を言ったこともあります。でも、何年か経ったら子どもがずいぶん変わってきたことに気づきました。親の気持ちも少しは分かるようになったようです。すぐには結果が見えないことがわかったので、もう少し様子を見たらどうでしょう。

M：言うことを聞くようにしてもらうために預けたと思っているのなら、それは違うのではないですか。親だってそれなりの覚悟を決めて変わろうとしなかったら子どもだけが変われって思ったって無理。

## Q21

子どもを施設に預けたことを交際相手に秘密にしておきたいのですが、プライバシーは守ってもらえるのでしょうか？

M：この交際相手と結婚とかは考えているんですか？いつかは絶対にバレると思います。施設も児童相談所も、交際相手に「子どもを施設に預けている」ことを伝えることは無いですけど、後で分かるよりは自分から言った方がいいと思います。

M：交際相手の事は何も言えませんが、プライバシーというよりも、自分が他に言ってほしくないことがあったら、伝えておいた方がいいと思います。

M：「保護者との約束を優先します。第三者から問い合わせがあっても相手には話しません」と言われました。

M：施設は守ってくれるかもしれないけど、ずっと秘密に出来る？

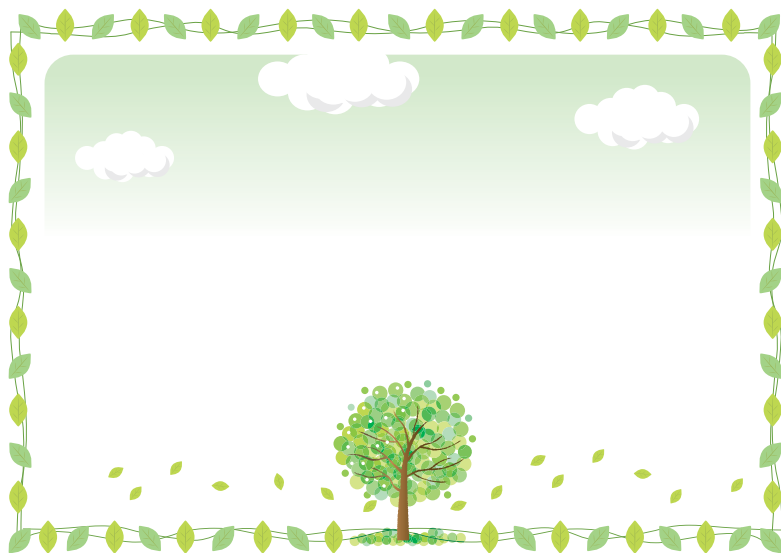
M：こちらの希望は聞いてもらえますが、いろいろアドバイスも受けます。

勝手に喋られることはないと安心はしています。

M：守ってもらえます。でも、いつまでも秘密にしておくことも今後の交

際に支障をきたすかもしれないので、今後結婚まで考える仲ならば、

時期をみて話す勇気をもったほうが良いと思います。





## Q22

子どもが施設を卒園した後の施設との付き合いはどうすればいいのでしょうか？

M：家族ごとに、様々な付き合い方があると思います。付き合いたくないなら付き合わなくてもいいと思うし、会いたいなら会いに行けばいいと思います。日頃の関係が出来ていたら、退所後も不安なことはあるし、つながりは持てると思います。

M：施設に対しては、良い思い出も悪い思い出もいろいろあるから、施設に遊びに行ったり、子どもが施設の話をするのは正直、複雑な気持ちになります。だから、自然と距離をもってしまったかもしれません。ただ、子どもが生活を送った場所でもあるので、年賀状くらいは送って子どもの成長を伝えています。

M：卒園した後も困ったこと、悩んでいることがあったときは施設に相談しています。また、大きな出来事などがあった時はお知らせしています。その時は一緒に悩んだり、喜んだりしてくれました。

M：卒園した後も、子どもや家庭に何かあった時には、いつでも相談しています。特に子ども同士のつきあいで心配なことがある場合には職員に相談してまいした。

M：退所後も施設はいろいろ気にかけてくれます。子どもが施設のことを口にするのはつらいですが、頼れることもあるので、負担にならない程度に付き合っています。



## Q23

子どもが家に戻ってきて、すぐに生活が崩れて、学校にも行かなくなりました。やはり施設など別の所をお願いするしかないのでしょうか？

M：施設か児童相談所に相談した方がいいと思います。でも、相談したくないから、学校や地域の相談機関を利用しました。もっと早く相談できる場所を知っておけばよかったです。

M：施設に、「施設ではどうしていたか」を聞いてみてもいいんじゃないでしょうか？家での生活を直すために出来ることがあれば、やってみて、それでも駄目で保護者が子どもと一緒にいるのが辛くなってしまったら、施設をお願いするのも一つの方法じゃないかと思います。

M：何で施設にいた時には、ちゃんとしていたのに、家に戻ってきたらこんなになるんだと、自分の自信もなくなるし、イライラするし。子どもには「施設に帰れ」って言っちゃうし。子どもには子どもの事情があるのかもしれないんだけどね。施設には言いたくないし、言えれば投げ出さずに済んだのかもしれないと今は思います。

M：家に帰って新たに生活してみたら、子どもにとって負担がかかっていました。家に帰ることで想定もしていなかった問題が出てきました。そして施設と相談しながら問題を解決していきました。

M：児童相談所の担当者にまず相談してみました。何故そうなのか？家でできること、家では難しければ子どものために次に何が一番良いかを一緒に考えてくれました。

M：学校に行かないことは悪いことなのでしょうか？

## Q24

小さい時から自分で育てていないので、引き取っても子どもから親として見てもらえないんじゃないかと不安ですが、うまくいくのでしょうか？

M：育ててないから、親らしくといわれても難しいです。引き取ることがどうということもわかりませんでした。不安ばかりでしたが、子どもを通していろんな人と出会って、毎日やることに追われているうちに不安はどこかに行っていました。でも、子どもに親として認められているかは気になっています。

M：はじめての子育てなんですね。不安も感じますよね。最初はギクシャクもします。上手くいかないことを子育てを手伝ってくれる人や支援してくれる人と話し合いながら生活する中で、家族での生活に慣れていけるといいと思います。

M：私も、小さい頃子どもと一緒に過ごせなかったもので、引き取った時はどうしていいのかわからないことが多くて大変なこともあった。面会の時は、お互い良い顔をしていられるからね。でも、子育てをして楽しいことも大変なことも経験して、自分も少しずつ親らしくなってきたのかなって思うよ。

M：心配だけれども、毎日の生活の中で、ちょっとずつ親子らしくなっていくものではないかしら。

M：不安なのは当然だと思います。お父さん、お母さんも不安でしょうが、子どもも同じように不安だと思います。うちの場合、不安だけど一緒にうまくいくように努力していきたい、と子どもに伝えて、無理のないお互いのペースで交流を続けていくことで、少しずつ不安が消えて安心できる関係になりました。

M：子どもの反応やしつけなど困ることはたくさん出てくると思います。親としてこうしなければならないという気持ちで焦らず、まずは親子で過ごす時間を大切に関わってみてはどうでしょうか。

M：引き取りに向けて色々な段階で家に帰る時間を長くしていきました。子どもが別れる時に泣き出した時は困りましたが、嬉しかったです。いきなりは難しいと思いますが、いろいろアドバイスを受けながらやっています。

M：子どもにとって親は親ですよ。

## Q25

子どもが施設から帰ってきました。きょうだいをはじめ、家族皆の気持ちがばらばらですが、どうしたらよいでしょうか？

M：帰ってきたばかりはみんな気を遣って疲れてしまいました。みんな頑張りすぎてバラバラになっていたようでした。でも、いつの間にか、だんだんぎくしゃくしなくなりました。

M：家族の形態が少し変わることで、一時的にストレスが高まるもの。みんな生活が少しずつ変化した訳だから当たり前なのかもしれない。家族の気持ちが一致団結とまではいかないけれど、家族が帰ってきた変化にみんなが少しずつ慣れてくるといいですね。

M：本当に気持ちがバラバラなのでしょうか？先ずは大人からその不安を認めて言葉にしてみる事も方法ではないでしょうか？今の状況をどうにかしたいと思っているのは、大人だけではない事を確認するだけでも少しは力が抜けると思います。

M：今まで離れて暮らしていたのだから、無理もないのでは。時間をかけて、慣れていくのではないかしら。

M：辛いところでしょうがまずは、帰ってきた子どもが家での生活に慣れるように支えることが大事かもしれません。その中で家族の気持ちが変わっていくことがあるのではないかと思います。

M：頑張るしかないです。相談できる人に頼らないと自分一人の力では無理です。とても疲れます。私は、児童相談所の人や施設の職員が親身になって助けてくれたので心強かった。

M：問題は解決しないけど、友だちや相談できる人がいたことで少し気持ちが楽になりました。

M：バラバラでもその中で受け止めてくれる家族がいれば。全員が拒否したんじゃないけど、一人でもそういう人がいれば大丈夫かな。一致団結は難しいと思う。家族が多ければ多いほど。

M：拒否した家族の方にもつらさはあるんだろうからね。学校や地域で苦労しているきょうだいにも聞き役がいるといいですね。



## Q26

子どもが大きくなって「どうして預けていたの？」と言われてたらどう答えたらよいのでしょうか？

M：いろいろ迷いましたが、本当のことを伝えたほうが良いと思います。

M：施設での生活が長く、昔のことで、どうして預けたか忘れてしまいました。でも、どうして預けたかわからないとは答えられず、忘れたと言ってしまう後悔しています。

M：出来れば聞かれたくないですね。聞かれるかは分からないけど、心の準備をしておきたい。もし聞かれたら答えないといけないのかな…と思うから。

M：多かれ少なかれ、子どもが大きくなると「どうしてだろう」という事があるかもしれない。変にごまかしたり、嘘をつくこともできないし……。職員さんにも手伝ってもらって、どう伝えるか考えておきました。その時、上手に伝えられなくても、準備をしておくのをしていないのではこちらの心構えも違うのだなと思いました。

M：今まであったことをしっかり伝えました。でも疎遠になってしまった配偶者や親族の悪口は子どもがまっすぐ育つためにはなるべく言わないようにしました。

M：「(子どもに) 障害があったので小さいときは施設にお願いするしかできなかった」と伝え、「お母さんが育ててたらこんなに立派に育てられなかった。施設に感謝してる」と話してきかせます。

M：「その時は、育てるのが無理だったから。本当は預けたくなかったけど」と言います。

M：「それ以外に方法がなかった」とか「あのときの家族にとってはあなたが一番幸せになれる方法だと思った」ということを一緒に伝えてあげればどうですか。

## Q27

施設で子どもが落ち着いていれば、家庭でもうまくいくのでしょうか？

M：施設と家での様子、全然違ったよ。家ではご飯を食べないから施設に相談をしたら、「施設では食べてますよ」って言われちゃった。私のやり方が悪いのかなって、落ち込んでしまいました。そのかわり、家庭でだからできることもたくさんあったんじゃないかなと、いま振り返ると思う。

M：子どもたちにとって、やはり家族は特別な存在ですから、施設で落ち着いていたとしても、家庭に帰れば、これまで言えなかった思いや日々感じることを、家族にはいろんな形で伝えてきました。その時はいろんな機関の助けを得ることで、一緒に考えていくことができました。

M：子どもも親も環境が変わると誰もが不安に感じるものです。親子で話し合うことが難しかったので担当の職員に相談しました。

M：子どもによっても家庭の状況によっても違うと思います。施設でやっ  
てもらっていることを教えてもらって、同じように家庭でできたら少  
しはうまくいくのではないのでしょうか？

M：何回も家に連れて帰っていると子どもとの生活がイメージできるよう  
になります。帰ったときに特に問題を感じなければうまくいくのでは  
ないですか。

M：そう簡単にはいきません。

## Q28

施設を出た後の子どもが高校に行けるのか、就職できるのか心配です。どうなっているのでしょうか？

M：親にある程度の収入があれば可能だと思います。ただし本人に行きたい気持ちがあるかが一番大事ですが。

M：学力的な問題だけでなく、トラブルになった際にどうやって自分の気持ちを伝えて、周囲とうまくやっていくかなど、子どもの能力や特性に合わせて、進学や自立をふまえた支援を、早くから整えていく必要があると思います。

M：進学や就職について子どもの希望は変わってくるように思います。子どもの気持ちと親の希望のすり合わせは必要だと思います。ぜひ、親子で話し合ってみてください。

M：施設を出ても、中学校の卒業等は家庭の子どもたちと同じなので、進学も就職も可能です。住む場所や費用が心配なら、施設や児童相談所や福祉事務所に相談できます。

M: 施設にいたことを悲観的に考える気持ちはわかりますが、大丈夫です。

施設にいたことでハンディを子どもに課せられることもないと思います。実際、うちも施設を出た後、高校進学もしましたし就職もしました。多くの子どもたちもそうしているそうですので安心して下さい。



## Q29

退園した後、子どもが施設で一緒だった子に会いたいって  
言っているのですが、合わせて良いものでしょうか？

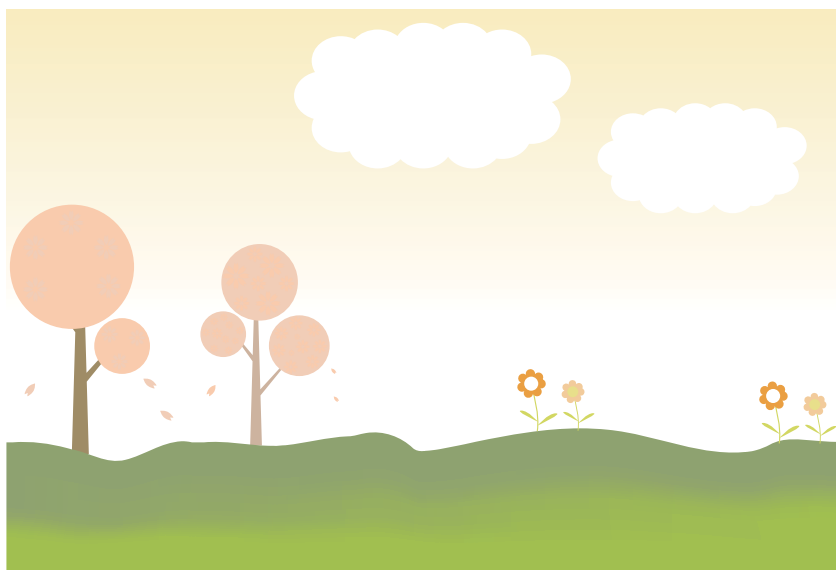
M：仲のいい子もいるようなので、親が気にならなければ合わせてもいい  
んじゃないでしょうか？相手の子にも都合があるだろうから、施設と  
事前に相談して決めてはどうでしょう。

M：断る場合も、その理由を施設の職員と確認して共有することが大事で  
す。相手もあることなので、事前に施設の職員に相談した方が良いと  
思います。

M：親が合わせても良いと思うなら合わせてあげたらどうですか。合わせ  
る前に施設の先生に相談するのもいいかも。子どもの気持ちは尊重し  
てあげたいとは思いますが、相手の子がどんな子かわからないし。

M：子どもさんが嫌がらなければ家に招いたり、親も話の仲間になる時を  
もって親子ぐるみで付き合うのも可能かと思います。心配でしたらこ  
んな方法もあると思います。

M：相手の親御さんのことを親も知っておかれるといいです。相手のことを理解するつもりで施設の先生に聞いてみるのも良いと思います。そのうえで、お母さんが会わせても良いと感じられたら会わせてあげて良いのではないのでしょうか。





### Q30

子どもが戻ってきたらやっぱりきついです。また、預かってもらうことはできないでしょうか？

M：今がきついことは、児童相談所に伝えた方がいいと思います。預かってくれるかはわかりませんが。

M：きついことを、施設に話したら、職員さんが相談に乗ってくれました。時々、電話もくれました、ずいぶん助けられました。

M：きついつてことをよく認めましたね。思っても言いにくいことだと思います。きつい中頑張っ、て、親が体を壊したら、子どもは急に保護されることになります。そうなる前に、SOS を出して、預かってもらうにしても、準備した上で預かってもらった方がいいと思います。

M：児童相談所や施設に相談してみてください。預かってもらう以外にもいい手があるかもしれません。

M：きつかったらショートステイで親が休んでもいいし、今は子育てサポートも色々あります。どうしてもきつかったら保護もあるでしょう。でも、戻ってきた子どもの気持ちもあるので、よく担当者と話し合ってみましょう。



### Q31

子どもを引き取った後、困った時にはどこに相談すればいいのでしょうか？

M：引き取ってしばらくは児童相談所が訪問したり電話をしてくると思います。この時に上手く相談できるのが一番手間がかからないかなと思います。あとは、引き取ってから関わっている人…学校や幼稚園の先生や市役所や保健センターの人に相談してみるのもいいと思います。でも、平日でないといけないんですよね…。

M：児童相談所、施設、地域の市町村の児童家庭支援センターなどの相談窓口があります。それ以外にも内容によって学校の関係や福祉の関係などいろいろありますよ。

M：お世話になった施設に相談してます。子どものことが良くわかっているので、たくさん説明しなくてもわかってもらえることも多く、助かります。時々施設長に私の悩みもきいてもらえて親のようです。

M：今までかかわった人で話しやすい人に話せば良いと思います。

M：不安があるようなら、退所する前に困りごと相談所の一覧を施設や児童相談所に説明してもらっておけば安心だとも思います。



### Q32

子どもが施設から帰ってきました。児童相談所からの訪問が続いて、近所の目が気になります。どう断ればいいのでしょうか？

M：私の場合は近所の目が気になると伝えたら、こちらが児童相談所に行く方法に変えてくれました。

M：子どもの様子とか聞かれるし、「何で来るんだよ」って思う事もある。「こうしろ」「ああしろ」言われちゃうし、勘弁してくれって思います。でも、向こうも仕事だから仕方ないんだけどね。

M：児童相談所を近所の目から隠しておくのは難しい。施設入所が悪いことだと思っているから隠しておきたいと思うのではないだろうか。施設で子どもができないところを直してもらい、成長させてもらっているのだから、私はそうは思わない。

M：私は時間帯を調整してもらいました。

M：近所の目が気になることを言ったら、車を遠くにとめてわからないように訪問してくれました。それでも気になるのですが、気は遣ってもらっているみたいです。

M：その都度いろいろ話をきいてもらえるし、来てもらえて良いと思います。近所の目を気にすることはないのでは。

M：近所の目も気になるので、児童相談所でもなく、家でもない場所を選びます。

### Q33

どうして子どもは私の気持ちをわかってくれないのですか？どうやったら伝わるのでしょうか？

M：子どもに「どうしてわかってくれないの」と言ったことがあります。子どもは「どうすればいいの」と言いました。どうしてほしいか言っ  
てこなかったなと反省しました。

M：子どもが小さい時よくそう思って、子どもにつらく当たっていました。今は、自分が子どもの事をわかってあげられなかった事を悔やんでいます。どうやったら伝わるかは難しいと思います。

M：親子といえども、違う人間。なかなか思いが伝わらないこともありま  
すよね。どんなことを伝えたらいいのだろう。すぐには伝わらなくて  
も、子どもが大きくなるにつれて少しずつ、気持ちが伝わっていくと  
いいと思っています。

M：お子さんの気持ちを考えるより先に御自分の気持ちを押し付けてはい  
ないか、じっくり思い返してみることも必要かもしれません。お子さ  
んの気持ちを考えると、どう伝えたら良いのかが見えてくるかもしれ  
ません。

M：分かってくれないのか、分かっているのに思うようにやってくれないのか。逆に「そんなことを気にしていたの？」と思う時もある、よく分からないと思う時があります。自分は自分、子どもは子ども、と思うようにしてるし、子どもにやりたいことを聞いてみることもあります。

M：気持ちが伝わらない、分かってくれないもどかしさや苦しさをどうしても感じてしまいますよね。でも、それを考えることで、もしかしたらお子さんのことをより知るチャンスになるかもしれません。

M：子どもなりにわかっているかもしれません。親の気持ちはちゃんと伝わっているかもしれません。でも、行動に移すのとは別のようにと心理士さんに聞いたことがありました。

M：時間がかかると思います。私も長い間、苦しい日々でした。でも施設職員の方に励まされて面会を継続したり、私の気持ちを施設職員の方が伝えてくださったりして、今では子どもが慕ってくれるようになりました。

M：親の気持ちをわかってほしいと思う前に子どもの気持ちをわかることが大切だと気づきました。



### Q34

家族の健康上の問題や家庭の経済的問題が心配です。子どもの問題は施設や児童相談所が見てくれましたが、家族の問題はだれに相談したらいいのでしょうか？

M：親自身が相談できる場所や人がいることは大事ですよ。あなたの心配事を少しでも減らすために地域の中でいろいろな相談機関を利用できるといいですね。私は市の保健センターや女性相談所を使いました。

M：市には様々な相談場所があって、市の広報誌などに紹介されてました。でもどこに行けばいいのかわからず、実際相談するまでには時間がかりました。初めに行ったところで、別な場所を紹介され、それだけで相談する気がなくなって一旦は家に帰ったりしましたが・・・。

M：家族の健康や経済問題は大人にとっても重要な問題です。市町村には相談できる窓口があるので、お住まいの市町村に問い合わせてみたらどうでしょうか？

M：施設職員に病院の紹介や生活保護の申請などに付き合ってもらいました。施設職員に相談してみたらいいと思います。

M：探してみると、相談料がかからない公共機関など相談場所がありました。市役所に相談してみると教えてくれます。児童相談所の人にどなたところへ相談をしたらいいのか聞いてみるのも方法かもしれません。

M：経済的なことなら福祉事務所、健康面なら保健所、その他にも母子相談の担当者や民生委員さんとか、周りにはたくさん相談できる人がいますよ。

M：市町村や福祉事務所、児童相談所や施設など、相談しやすいところに聞いてもらっています。子どものことだけでなく、家族の相談も受けてくれますよ。

### Q35

子どものことで相談したいことは山のようにあるのですが、児童相談所は何をしてくれるのでしょうか？

M：担当の福祉司さんを捕まえるのは難しかったですけど、切羽詰まってかけた電話に出てくれた福祉司さんに話したら、後日、担当福祉司さんが連絡をくれました。あの時話して良かったです。

M：相談したら、家の近くで相談できる場所を教えてくださいました。事情を話すのは嫌でしたが、身近なところでも相談できる場所があることを知りました。

M：人によって違うと思いますが、「家で子育てが出来ない」とか「障害があるんじゃないか？」というときに相談に行きました。福祉司さんと連絡をとるときに他の相談もしたけれど、お金のこととか保育園の利用のことは市役所を紹介してもらったりしました。どこに相談したらいいかを教えてくださいました。

M：児童相談所でキャンプや子ども向けの活動をしているみたいよ。

M：児童相談所は相談も受けてくれるけど、今、相談したいと言う時に担当の人がいないときがある。忙しいから仕方ないかもしれないけど。そんな時は、地元の相談できる場所を紹介してもらって相談をした。

M：子どもの生活が落ち着くまで、家庭訪問や児童相談所で心理面接や通所指導等をしてくれます。その他に、地域の相談機関につなげてくれるので、内容によって色々な関係者が相談に乗ってくれますよ。

Q36

自分も子どものころは放っておかれた中で頑張ってきたのに、この子は何もしようとしな。しっかりさせるにはどうすればいいのでしょうか？

M：子どもにしっかりしてと思いましたが、しっかりさせるにはどうしたらいいかなどと私は考えられなかったです。何もしない子に怒りをぶつけていました。どうしたらいいか考えるあなたは頑張っていると思います。

M：子どもを放っておくと「親の虐待」と言われるし、いろんな人が子どもの様子を見に来る。自分の時は放っておかれたのに何で？って思います。「時代が違うんだ」と思うようにはしてるけど、納得できないこともあります。ただ、自分と子どもは似てるけど同じように感じないことも多いので、自分と同じように行動しないのかもしれないなあ…と最近は思ってます。

M：子どもの性格はそれぞれ。家の中では甘えていても、学校ではしっかり頑張っていることもたくさんありました。

M: 自分も子どものときに施設で生活していたらこんな自分にならなかったらと思う。子どもがうらやましい。嫉妬も感じるけど、自分のように育たないように助けてもらって感謝もしてる。甘えすぎと腹が立つこともあるけど、今はこれが大切と言われるとそうかなと思う。自分にはわからないが、子どもが笑顔で過ごしているのを見ると自分は子どものときあんなに笑えなかった。施設にお願いしてよかったと思う。

M: ご自身がケアされていないのではないですか？自分が放っておかれて辛い思いをしたのに、そのケアがされていないから子どもにそう思うってしまうのでは？ご自身が望みすぎなのじゃなくて、まだ辛いのではないですか？

Q37

子どもが可愛くない気持ちになるのは変でしょうか？

M：可愛くない気持ちになるのは、いつもでしょうか？言うことを聞かない時や泣いたときに、可愛くない、と思うのでしょうか？時に可愛くない気持ちになるのは変じゃないとけど、いつも「可愛くない」と思ってるわけではないですね。

M：自分が疲れている時に、子どもに「ぎゃーぎゃー」いわれると、カッとなってしまったり、可愛くない気持ちになるのは、日常生活でも起こります。

M：自分に正直になると、そういう気持ちを認める時もあるかもしれません。

M：拒否的な態度を取られると受け入れられなくなるのは、当たり前ではないですか。おかしいと思いません。

M：可愛くないと思うことはいくらでもある。なついてくれなかったり、言うことを聞かなかったり、頑張って作ったご飯を食べなかったり。その時はすごく腹がたって怒るけど、後で言い過ぎたなと落ち込んでしまう。そんなことの繰り返しだったが、だれでもありますよと言われて救われた。





Q38

私も殴られて育てられて、それが今になってよかったと思っています。言ってもわからない子には殴らないと伝わらないのではないのでしょうか？

M：私は殴ることができないし、子どもに強く「だめ」ということもできないままです。殴ると、子どもは大人になってから「良かった」と思ってくれるのでしょうか、わかりません。

M：自分も、きちんとした大人になって欲しいと思って、厳しく叱ることもあります。でも、やり過ぎじゃないかなと感じたり、自分もそうやって育てられたからやり方を知らないけど他に方法もあるのかな…と考えることもあります。

M：私も同様だったが結果壁ができた。親の会で他の親の話を聞き自分の子育てを振り返った。

M：昔はそうだったけれど今は違う。暴力はいけない。

M：もう殴っても伝わらない。

M：殴っても伝わらないと感じていますが、感情がコントロールできずに殴っていました。

M：その子がどうして分からないか、ということが大事だと思います。殴らないとわからないとすると、子どもが大きくなって殴れなくなったときに困ってしまうと思いました。また殴ることがコミュニケーションの方法だと学んでしまうかもしれません。難しい状況があると思うのですが、殴る以外の方法を身につけることが大事だと思います。

M：殴られたことが良かったのではなく、ダメなことはダメだと明確に示してもらったことが良かったのです。殴ることはお互いに痛みを伴いますし、虐待だと分かりました。親であっても許されません。

M：始めは私もそう思っていました。でも、いろいろと施設職員と話していくうちに殴っても心に傷を残すだけとだんだんわかってきました。

M：始めは殴れば言うことを聞いていましたが、だんだん平気になって少しくらい殴っても言うことを聞かなくなり、だんだんエスカレートしてきました。当時は虐待と言われて納得できませんでした。

### Q39

夜中もずっと泣き通して、こちらの頭がおかしくなりそうです。みなさんどうされていますか？

M：一時期ですがありました、私も一緒になって泣くこともありました。今は、自然に大丈夫になりました。どうすればいいか今でもわかりません。

M：夜中に泣かれると眠れないし、親の体力も持たないと思います。一時保育やショートステイなどのサービスで一時的に子どもを預けて、体を休めたこともありました。こういうサービスについては、地域の市町村や保健センターの保健師にご相談してみてください。

M：夜中に泣き続けられたら、親も寝られないよね。寝不足が続くとイライラするし、考えられなくなる。ここまで大変になると周りに助けを求める時ですよ。

M：関係の良くなかった祖母に思い切って頼んだら子どもを預かってくれて、本当にうれしかったです。

M：抱っこしたり、車に乗せてドライブしたりするなどその子が泣きやむ方法を見つけてやり続けました。ずっと抱っこしたりあやしたりして、泣き止んだときはほっとしました。とても疲れしました。

M：地域の児童家庭支援センター24時間電話相談など電話相談で聞いてもらっています。

M：これ以上見てられないと思って、施設に連絡して送って行きました。快く預けられたのでホッとしました。

## Q40

うちの子は食べさせようとしても食べないのに、病院で私が食べさせていないように言われます。どうすればわかってもらえるでしょうか？

M：簡単です、自分は食べさせようと頑張っているが、子どもが食べないで困っていると言ってみてはどうでしょうか。

M：子どもが泣いていると、隣の人が様子を見に来て、「虐待してる」と疑われるのかな、と思ったこともありました。逆に、「泣いてうるさくして、すみません」とこちらから挨拶したり、「なかなか泣きやまなくて…」と相談したりしたら、大変さに気付いてくれました。分かって欲しいことをこちらから話すことって大切かもしれません。どうやったら食べてもらえるかは、保健センターで相談してはどうでしょうか？うちの子は食べないながらも大きくなってきています。

M：つらいですね。原因が何かわかると工夫も出来ると思うので、病院と相談して工夫できることを教えてもらえるといいですね。

M：おなかが空いていないと食べられないので、おやつを控えたり、食べる時間を決めると食べられるかもしれないですね。

M：いろどりをよくするとか、子どもの好きなものにするとか、形をかわいくするとかいろいろ工夫しています。食事の作り方の工夫をしてみましょう。

M：わかってもらえないなら相談する意味がありません。病院を替えます。

## Q41

子どもはかわいいのですが、こっちが疲れて帰ってきているのに、ママ、ママとうるさいと、うざくなって怒鳴っています。静かにさせるにはどうすればいいでしょうか？

M：その気持ち分かります。「静かにさせる」というよりは、テレビ、ビデオ、本など一人で過ごせるよう促して、少し距離を置くように工夫してみました。

M：うざくなるのもわかります。私もつい怒鳴った時は後で「さっきは怒鳴ってごめん」と子どもに謝ってました。

M：「晩ご飯の時間にお話するからそれまでテレビ見て待っててね」と具体的に言ってみてはどうでしょうか。

M：落ち着いて話が出来るときに、「帰ってきたときにはどうしてほしいの」と聞いてみてはどうでしょうか。

M：うちの子は「ママ疲れてるから」というといい子にしてくれれます。そのかわり元気なときはいっぱい相手をしているつもりです。

M：食べ物でごまかしたり、好きなビデオを見せたりして気持ちを変えさせています。いつもうまくいくとは限りませんが。





## Q42

結婚を考えている新しいパートナーに子どもを会わせたいのですが、どうしたら良いでしょうか？

M：一度、施設にパートナーと一緒に行ったら、職員に「事前に伝えてほしい、子どももびっくりする」と言われました。自分のことなんだからいいじゃないか、と思ったけど、いつもは駆け寄ってくる子どもがよそよそしくて、それも一理あるな、と思いました。会わせる場合は、事前に職員に相談した方がいいと思います。

M：児童相談所に何回も言いました。児童相談所の職員がパートナーに会って意思確認をしたいと言われて会ってもらいました。パートナーも結婚の意思を伝えてくれたので、子どもに会わせることが出来ました。

M：児童相談所や施設に言いました。何回か結婚に失敗してしまいましたので、慎重にした方がいいと言われてなかなか会わせてもらえませんでした。結婚もして子どももできたのですが、前夫との子どもに会わせることは反対され続けていましたが、結局別れることになり会わせなくて良かったと思っています。

M：子どもの年齢によっても受け止め方が違うと思います。子どもの性格なども考え時間をかけて説明してあげることが良いと思います。

M：パートナーの気持ちは、確認しましたか。パートナーもあなたとの将来を考えて子どもに会いたいと思われているなら、二人でよく相談してから、いつの時期に会えば良いのかを決めたら良いと思います。子どもの現在の状況も確認したほうが良いと思いますので、施設や児童相談所の職員によく相談してください。

M：出来れば、突然ではなく前段階で子どもに会わせたいパートナーがいることを伝えたほうが良いと思います。子どもにも心構えをする時間を作って、お母さんが子どもの気持ちを大切に考えていることを理解してもらいましょう。

M：自分の大好きな人だからといっても、初めて会う人を親になると説明されたら、子どもはどんな気持ちになるのだろう、と思うとなかなか話せませんでした。少しずつ「自分の大切な人で一緒に生活していきたいし、これからのことを一緒に考えているのだ」と伝えていきました。

## Q43

子どもに謝りたい気持ちがあるのですが、どのタイミングでどのように話をしたらよいのかわかりません。どうしたらよいのでしょうか？

M：そう思っても、いざとなると何をどう謝るのかわからなくなって、外泊の時「ごめん」とだけ伝えました。

M：ごめんと面会の別れ際にいったら、子どもは「おかあさんがしっかりしてくれればいいのに」と言いました。とてもショックでした。しっかり心の準備をしてきちんと謝った方がいいと思います。

M：家族にとってとても大切なこと。例えば施設入所中であれば施設や児童相談所の職員や、退所後なら公的機関の人など、何をどう伝えたいのかなど手伝ってくれる人がいれば心強いと思います。

M：その時の子どもの状況でも受け止め方が違うかもしれませんが、あなたが誠意をもって話そうとしていたら、タイミングは気にしなくてもきっとその気持ちは伝わると思いますよ。

M：どのように謝るのか心の整理はできていますか。日頃の様子で子どもさんはお母さんの気持ちにはもう気が付いているのかもしれませんがね。素直な気持ちで伝えれば子どもにはお母さんの気持ちが伝わると思います。もし、その時に子どもが素直に認められなくてもお母さん

の言葉は心に残り、いつかわかってくれる日が来ると思います。

M：施設の職員に相談しながら考えた方がいいと思います。子どものことをよくわかってきていますし、良いタイミングや話し方など相談にのってくれます。私の場合は謝る部屋を貸してくれました。

M：子どもに気持ちが伝わるときとそうでない時があるようなので、施設や児童相談所の人に相談した方が良いと思う。

M：今、お子さんとお母さんはどのような状況なのでしょう？お子さんが混乱している時期にあるとすれば、お母さんの言葉が素直に受け取れないかもしれません。お子さんを大切にしているお母さんの態度でお母さんの言葉が素直に受け止められる時を待っても良いのかもしれませんが。

M：見返りを求めないのが一番。これを謝って子どもに反省してもらうとか、なんか駆け引きとかあったらだめだね。

M：何を謝るのがわかっていないと謝ったことにならないですよ。それと、謝ると許すのは同時でないこともある、ということを知っていないと、せっかく謝ったのにわかってもらえない、などと余計につらくなるかもしれません。

## Q44

子どものことで相談したいのですが、主人／祖父／祖母から「子どもはこんなもんだ」と言って反対されます。どうすればいいでしょうか？

M：自分の相談として、地域の相談機関に相談してはどうかと言われ私はそうしてみました。私の気持ちをわかってもらえてよかったです。話すだけでも気分が変わりました。

M：私は、家族が全然心配してないから自分がやるしかない、と思って、自分が相談しにいきました。それで、家族が相談することに賛成したわけじゃないし、子どもが変わったわけでもないけど、相談しないで悩んでるよりは良かったかな、と思います。

M：一番頼りたい家族から反対されると、突き放され孤立したように感じました。家族以外で子どものことを話せる場を探しましょう。

M：相談することは個人の自由だし、相談できることは大切なことだと思います。反対されていることも含めて相談してよいと思います。そのうえで、やはりこんなものだと言われればあなたも納得しやすいでしょう。子どものために行動できることは大切にしましょう。

M：身近な人から言われると不安になりますよね。感じ方は人それぞれなので、自分にとってとても大きな問題でも他の人から見たら問題ではないということもありますよね。自分の感じていることを一度、最寄り子ども家庭センター(児童相談所)などで専門家に相談されてみてはいかがでしょうか。

M：内緒で相談にいけば良いと思います。悩みながら子育てをするのはしんどいです。

M：まずはお友達とか相談しやすい人に話してみても良いと思います。取り越し苦労と言われるかもしれませんが、専門の人に相談した方が良いと言われるかもしれません。一人で悩むのは、とてもつらいことです。

M：相談したい気持ちがあれば相談するのが大切です。自分の気持ちを大切にしてください。本当の自分の気持ちを分かってくれない人なんて、主人だって他人だって、ましてや祖父母とかいっても、自分達の子育てのときと時代が違うし、現状も違うから。自分の気持ちを尊重して、反対されようが何しようが、行っていいと思います。

## Q45

近所の人や学校から親は何やってるんだ！と言われ、精一杯やっていることを理解してもらえないので、かかわりたくないです。

M：一生懸命やっても、批判されたと思うとイライラしてきます。「こうやるといいよ」ということも受け入れることができなくなっていたなかで、自分なりに一生懸命やってきて、今はそれでよかったと思います。理解してくれる人ってなかなかいないのかもしれないかもしれません。

M：自分は一生懸命育てていたのに、近所の人から虐待通報されたとき、何も信じられなくなったし傷つきました。誰も私の大変さなんてわかってくれなかったので、出かけるときも近所の人と会うことを避けて出ていました。

M：私もそれで、関わりたくなくて連絡もとらないでいたら、もっと駄目な親って思われて、児童相談所の人 came。それで、仕方なく連絡をとるようにしたら、前よりは「頑張ってる」と思われたようです。連絡は大事だと思いました。でも、もう関わりたくないと思うまで追い込まないでもらえたら、連絡を取らないってこともしなかったのにな、と思います。

M：精一杯やっていることを理解してもらえないのはとてもつらいことだと思います。理解してくれる人は必ずいると思いますので、そのしんどさを友人や親戚あるいは地域の相談機関等に話してみるのはいかがでしょうか？

M：周りの方で精一杯やっておられることを理解してくれる人はいませんか？

M：近所の方は仕方ないかもしれませんが、親や学校には理解してほしいと思います。児童相談所の方が話をしてくれました。

M：学校って、なんていうか先生は1対1じゃないんですよね。呼び出されるときは、校長もいれば、生活指導の先生、担任と、複数なので、すごく本音と言えないというか、つらいですよ、謝るだけで。だから私は家に来てもらうことにしました。それも一つの方法じゃないかな。



## Q46

子どもがちゃんとしれないから親としてしつけているだけなのに虐待といわれます。どうすればわかってもらえるのでしょうか？

M：子どもが言うことを聞かなくて叩いたり、「死ね」っていうのは、やっぱり虐待だと思います。でも、親としてちゃんとして欲しいって思うのも分かります。躰を大事にしているのは分かるんだけど、方法が違うのかな…。

M：子どもの将来の事を考えると、ちゃんとしてほしいし……。自分の大変さを誰にもわかってもらえない。でも怒り始めると、止まらない自分もいて。とてもつらかった。

M：子どもを思うからしつけているのに、どうして虐待と言われるのか聞いてみましたか？ 虐待と言われるのは親を責めるためではなく、助けてほしい気持ちからかもしれません。

M：虐待とは言われましたが、親として一生懸命だったことは認めてもらえたので救われました。

M：しつけと虐待の区別は本当に難しいことで、人によって捉え方は異なってくると思います。今のままだでもよいかもしれませんが、もっとよい方法もあるかもしれません。私は周りからいろいろ言われたのが辛かったので思い切ってこども家庭センター（児童相談所）で相談してみました。

M：責任を感じるからこそ、子どもに対して熱くなってしまう事も出てくるのだと思いますが、やり方については工夫がいるのかもしれませんが。子どもが何を言いたいのか耳を傾けてから、一緒にどうしたらいいのか考えてみては如何でしょうか。

M：子どものことを思って対応するのは、親もその他の人も同じ。子どもにとってしつけが必要なことも大事。ただ子どもは大人と同じではないので、やり方を間違えると子どもの心身に傷を残してしまい虐待になるそうです。

## Q47

子どものことで相談したいのですが、また、取り上げられるのではないかと不安です。普通に相談だけではできないでしょうか？

M：不安はありますが、普通に相談した方がいいと思います。

M：お世話になった施設とかかわりが持っているので、いろいろと相談させてもらってます。いつでも応じてもらえるので心強いです。

M：私の場合は、相談しても取り上げられることはなかったです。

M：そう思ってつい「大丈夫」って言っちゃうんですね。でも、それでイライラして子どもを叩いて痣あざが出来たら、また取り上げられるので、そうなる前に相談した方がいいです。

M：相談をするって、相手がどんな反応をするかわかるまでドキドキします。児童相談所以外にも子どもの事を相談する所はあります。まずは、自分がどんなことを心配しているのか、「困っているけど、子どもを取り上げられるのではないかと心配だ」ということを話して、それから相談してみました。

M：そんなに簡単に入所にはならない。専門の人が判断するので、もしそうになったら預けるのがよいのでは。

M：“取り上げられる”という状態にならないためにも、相談した方がよいと思いますよ。

M：普通に相談だけできました。親も完全ではないのでうまく子どもと関わってないからこそ相談できることが大切だと思います。

M：児童相談所にはできるだけ相談したくありません。児童家庭支援センターや市町村で相談にのってくれるところがあるので、そちらに相談しています。相談内容によって、相談するところも変えています。

## Q48

子どもが病気になったときなど、仕事を休まなければなりません、みなさんはどうしていますか？

M：預けられる場所を市で聞いたらいくつか紹介してくれました。理由や期間や時間、子どもの年齢でもいろいろあるようです。

M：有料のものばかりなので、職場に子どもがいる状況を話して、子どもの病気で急に休むことについて伝えました。そうしたら働きやすくなりました。

M：クビにされるかもしれないと思って無理して仕事をしていましたが、子どもがいること、看病のため休むと言ったらクビにされなかったです。

M：小さい子を家に置いておくわけにもいかないから、仕事を休むしかないかな。子どもってすぐに体調を崩すから、仕事しながら子どもを育てるって本当に大変。ただ、小さい子だったら地域によっては病児保育といって、病気の子でもあずかってくれる場所があったりするよ。お金はかかっちゃうんだけどね。

M：みてくれる者がいないので休みます。そうしかできませんから。子どもが1番！！生活も大切だけど・・・。

M：もちろん休みます。また、助けて頂ける施設を知っておいたり、人とのコミュニケーションを取っておくことも良いと思います。また、そんな時のために、仕事をできるだけ休まないようにして、他の人が休みたい時に代わってあげたりとか。子どもが小さい時には特に大変。役所の子育て支援の担当課に行き病児保育の相談するのも良いかも。

M：母に来てもらっています。有休はありますが学校行事のためにとっておいて、子育ては親に協力してもらっています。

M：これは私が言われたことのある言葉なのですが、「病気になったときはお子さんのそばにいてあげて下さい」と。これがよくなる特効薬かもしれません。そして子どもが病気になるときは子どもも心が疲れているときなのだそうです。そのサインを見逃さないでほしいと思います。

## Q49

施設に入所していたという事実や施設の中でできた人間関係は退所後もずっとついて回るのでしょうか？新しい生活を始めたいのですが。

M：自分がどうしたいかで、状況は変わりますよ。

M：会いたいと思えば会えばいいし、新しい生活を始めたいと思ったら、連絡を取らなければいいと思います。ただ、施設からの連絡には応えた方がいいと思います。事務手続きの連絡ということもあるので。施設から他の人に連絡先を教えるということは無いので、それは安心してください。

M：退園後、子どもが元の生活に戻る際、周りの人からどう言われるだろうと気にすることがあります。学校の友人や、近隣の人にどのように伝えるか、関係者と本人、ご家族の方が相談して決めておくといいです。

M：自分の気が合う人とは、続きます。その場だけの付き合いで、退所したら離れた人もいます。切り替えて、スタートしたい人は、それはそれで良いけれど、一人では人間生きて行けないです。いろんな協力あってこそです。

M：施設で知り合った方と、ママ友として今でもつき合いがあります。良い友だちを作っておくと退所後協力し合えます。関係を続ける続けないは自分の考えで大丈夫です。

M：施設での人間関係は一部の方と続いています。そこは気の合う人、合わない人がいるのであたりまえだと思っています。入所していた事実については受け取り方があるのでこれも相手によると思います。

M：私も、実際に退所後、一緒に生活をしていた方から声をかけられたり、電話がきたり、正直困ることもあります。どうしても、忙しいときなどは自分を優先に断る勇気も必要と考えています。また子ども同士が同じクラスになるとけっこう退所後は大変なので、やはり相談できる人を持つことが大事だと思います。

M：施設を退所したあとで「家に遊びに来たい」や「泊まりたい」と言われたことがあります。断りました。まだ生活も落ち着いていなかったのと、ある程度の距離感は大にしたいと思ったからです。自分と子どもの生活が落ち着くのが一番。



## Q50

生活の変化とともに子どもの学校や人間関係が全く変わってしまうのが心配です。みなさんどのようにされているのでしょうか？

M：生活環境が変わっても、親子の関係だけは変わらなければ大丈夫と  
っています。

M：生活の変化の心配は親の方が大きいように思います、子どもは結構強  
いと思うことが多いです。

M：自分が笑顔で周りの人と仲良くしていると、子どもも子ども同士仲良  
くなっていきました。

M：私の子どもも悩みました。とにかく、母親である私自身が、話を聞い  
たり、見守るしか方法はありませんでした。

M：ネガティブな考えは、何事もうまくいきません。子どもは、大人と違  
って、すぐ友だちはできます。もし、友だちが出来なくても、親は応  
援して下さい。世間には、色んな人がいます。狭い人間関係だけにと  
られないで下さい。少しずつ慣れていきます。

M：施設から家のある地域に戻る場合は、子どもにとっても大きな変化に直面することになります。そのために、事前に学校の先生も含めて子どもの受け入れについて関係者で会議を開いて相談してくれています。

M：逆を言ったら、今までとあまり変わらない生活環境を維持していくことも大変です。施設にいた母子と同じ子ども会になると正直大変なときもあるものです。逆に新しい人間関係を作ったり、心機一転、新しい環境で生活することも悪いことではないと思います（母子ともに安定した関係性があればどこにいても大丈夫です）。お子さんが新しい環境でさみしがるようなときでも、よく子どもの話を聞くことを心がけたり、「さみしいよね…でもお母さんがそばにいるから大丈夫だよ！」と一言声をかけてあげて下さい！お母さんと一緒なら住む場所がどこであれ、お子さんにとっては毎日楽しいものです！

M：子どもを見守ることしか出来ないのですが、「今日は一日どうだった？」と私は子どもに聞いてしまいます。子どものペースでやっていて、私は話を聞いてもらいたい時にちゃんと聞いてあげたいと思います。少しずつ子どもの成長を信じます。

## Q51

子どもが嘘をつくことが多くて、親の私でさえ信用できません。どうしたらよいでしょうか？

M：自分も嘘をついてばかりなことに気が付きました。まず、私が子どもに嘘をつくのをやめようと思います。

M：本当のことを言うことと信用することは違うと思います。嘘をつかれても、親が子どもを信用できるといいと思います。難しいですが。

M：子どもには、自分の願望と現実が一緒になって話してしまい嘘をついていると思われることがありました。何かを隠す為の嘘なのか、自分を守る為の嘘なのか、嘘をついているとは思っていない嘘なのかで対応の仕方も変わると思います。施設入所中であれば、子どもの嘘の内容を職員に相談するのもいいでしょう。

M：私も同じ気持ちです。少しずつ少しずつでいいから、また前のように無条件で信じてあげられるようになりたいと思っています。努力中です・・・・・・・・。

M：子どもを追いつめてはいないか？自分の価値観をおしつけていないか  
考えます。圧迫感、せっぱつまった状況では、往々にして大人でも嘘  
をつきやすいのでは？

M：私は体当たりでしたね。子どもの前で、泣いたりもしました。「何で  
本当のこと言ってくれないの～(T-T)」なんて。

M：子どもが嘘をつくときってどんなときなのだろうとよく考えてみたの  
ですが、もしかしたら本当のことを言ったら、お母さんに怒られると  
か、認めてもらえないのでは、と不安になるからなのかなあとと思いま  
した。まずはどんな小さなことでも誠実に話をきいてあげるようにし  
てみるとよいかなあと思いました。嘘をつくときはかまってほしい時  
や心配してほしいときなのかな、と思います。正直に何でも話せる親  
子関係をつくれているかどうか、ふり返ってみるといいヒントが得ら  
れるかもしれないですよ！

M：嘘をついてしまうのは寂しい気持ちや自分を見て欲しい合図のように  
思います。私がそうでした。子どもと正面から向き合う姿が子どもに  
伝わった時、何か変わっていくように思います。

## Q52

体調が悪い時は体が動かず、家事や子どもの面倒を見る  
ことができません。どうすればいいのでしょうか？

M：自分にそういうときがあることを自覚して、そういう時どうするか考  
えておく方がいいと思います。子どもが大きければ子どもとも相談し  
たらいいと思います。

M：私は、体調が悪い時は最低限の事だけして、食事は弁当とかですませ  
てます。横になりながらも、子どもの相手はできますよ。元気にな  
ったら、いっぱいムギュって抱っこしてあげたら喜んでますよ（う  
ちの場合）。

M：どなたか頼れる方はおられませんか？本当につらい時には、母子自立  
支援員さんなど、相談される事をおすすめします。

M：福祉事務所や児童家庭支援センターに相談すると、条件によってはヘル  
パーを派遣してくれたり、ショートステイで子どもを預かってくれ  
たりすることがあります。

M:今は、便利になっているので、食に関しては何とでもなると思います。

掃除は、出来なくても死なないと思います。洗濯だけ子どもにお願いするなり、とにかくあまり出来ない事を頭から排除して自分の体調の回復に集中。

M:自分のことができる子はなるべくしてもらおうように言ってみてください。意外と子どもって何でもできるんですよ。施設の人に相談してみ  
ては？

M:全てを完璧にこなすことは無理なので、私は信頼できる子どもの友だちのお母さんにお願いが出来る部分は頼ってしまいます。時には人に甘えたり、もしも頼れる人が身近にいなくても、無理はしないで体を休め、少しずつやっていくのが大事だなといつも思っていました。

## Q53

元夫に居場所が見つかるのではないかと不安になっています。

M：見つかって、連れ戻されることが不安ですが、イザというときは、近寄ってこなくても見えただけで警察に連絡しようと決めています。

M：これは今もビクビクしています。いざとなったら警察に、と自分に言い聞かせて生活しています。私は、いざというときに接近禁止命令を出してもらうために、女性相談所や警察に相談しておきました。

M：近くの交番とかに、自分自身が今ここに居ることを知っておいて頂くことも良いかも。

M：女性相談員や母子自立支援員が地域に必ずいますので、まず相談してみましよう。

M：不安はなくならないと思います（私も6年たってもあります）。見つけた時の対策を考えシミュレーションしています。

M：役所に、“接近禁止命令”を依頼しておいた方がいいと思います。とりあえず……。それでも不意に来られると対処できないので、その時は、“何も話さない”事です。何を言われても、一言もしゃべらない事です。子どもにも伝えておくべきです。

M：役所や警察に相談をして、住所を元夫に知られないよう手続きしましょう。私もいまだに不安や心配はゼロではありませんが、その手続きをとることで、自分自身を守っています。

M：不安に思う気持ちは分かります。そういった気持ちや今の心境をそのまま母子生活支援施設の職員さんにお話をされたら、受け止め、そして守ってもらって良いと思います。

M：万が一、元夫が来たら…、という話は子どもともしています。いつでも、また引っ越せるように蓄えを…、と日々お金も貯めています。

M：私も退所前は心配していました。住民票の支援措置(住民票の閲覧禁止、住民票移動なしの学校への仮入学、DV証明)を継続しています。子どもの学校、職場にも話をしました。



## Q54

母子生活支援施設を退所後、身内も知り合いも全くない状態で、母と子でどう暮らしていけばいいのでしょうか？

M：いざ、生活が始まると日々追われて生活しています。自治会とか子ども会とかいろいろあってめまぐるしいですが、どうにかなっています。

M：生活しながらも、いろいろ思い出し不安に襲われることがあります、私には相談できる場所があったので乗り切ることができました。

M：孤立しないよう困った時に相談できる窓口が必要だと思います。例えば、母子生活支援施設職員、役所、学校、民生委員等。

M：我が家もそうですが・・・なんとか生活してます。子どもが一緒だから平気だし、頑張れますよ。

M：とにかく、周りの人と関わり、友だちになることです。人は、何よりも財産です。子どもと、周辺を散歩したり、外へ出歩くことです。そのうち、友だちの輪が広がっていきます。困った時には、職員さんに相談しながら・・・。笑顔を絶やさず、自分を信じて。

M：母子生活支援施設の時のつながりとか、生かせば少しずつ人脈も広がると思います。「ねばならない」をはずすと意外と多くの人の温かさを知ります。

M：なるべく自治会などに参加し近所の方と顔見知りになるよう心掛けています。近くの他人の方が頼りになる事もあると思います。

M：退所後でも寮の支援者の方たちにアポをとり相談にのってもらったりするとよいと思います。それから、区役所にも保健師さんがいて話を聞いてくれます。母子の支援をしてくれるような機関やイベントに行き、他のお母さんたちとも交流をもつとよいかと思っています。

M：施設を退所後は不安な気持ちや寂しさが出てしまう事もあるかもしれませんが。その中で退所した施設の方や市役所の窓口など、ありのままの思いを話されながら少しずつ生活に慣れていかれたら良いと思います。

M：親戚関係は途切れてしまったけれど、これから自分たちで家族や親戚を作っていくことが出来ると考えています。

## Q55

母子家庭になった経緯を知らないのに勝手な解釈をされ、冷やかな見られ方や態度をされることが多いです。

M：母子家庭について、理解がある人との付き合いや関わりを重視したら良いと思います。

M：私も最初はキズついていた。けど、慣れましたよ。分からない人たちは、相手にしないのが1番です！！ファイトです！！

M：よくある事です。自分は間違っていないと信じ、生活していけば、相手にも伝わります。自分というものを、見失わないで下さい。

M：放っておきましょう。今は他人の目より、親子の関係の方が大切でしょう。

M：冷やかな態度をする人は、元々そういう人です。相手にしない事です。いくら頑張っても、その人はそういう人です。絶対に、あなたの味方はいます。その味方の人を大切にして下さい。少人数かもしれませんが、その人にすごく助けられます。

M：いまどき、離婚やひとり親は身近な存在です。経済的な不安等大きいと思いますが、それでもがんばって精一杯生活していることに自負を持って良いと思いますよ。

M：そういう人は残念ですが少なからずどこにでもいるはず…。嫌な思いをたくさんされてきたのですね。まずは自分自身でそんな中でも子育てをしてきたこと、子どもを守ってきた事をたくさんほめてあげてほしいなと思います。少しずつお母さんはたくましくなっていますよ！！

M：気になるとはいますが、気にせず、自分をしっかり持って生活していれば、周りの人も気にすることなく接してくれると思います。明るく笑顔で過ごしてください。

M：母子家庭になって事実は変えられないので、強くなるしかありません。冷ややかな目、態度、そんな方とは仲良くする必要もないし、気にしなれば良いと思います。

M：放っておいたらいいと思います。勝手な解釈をする人は他のことでも同様にしていると思います。きっとその人は周りから軽蔑されていると思います。

## Q56

母子家庭で経済的に不安があります。子どもが大きくなるにつれて、生活そのものにも、教育にもお金がかかり、育てていけるのか心配です。

M：子どもが大学に行きたいと言い出し困りました。子どもは高校の先生と相談して奨学金を紹介してもらい大学に行きました。

M：母子家庭にはいろいろな優遇はありますが、生活はいつもギリギリです。でも、自分が体調を大きく崩さない限りどうにかなっています。親自身が体調を崩さないようにすることが大事です。

M：お金はどんどん必要になるけど、収入は少なくて心許ないです。市からの一人親への児童扶養手当や学用品や給食費への就学援助を受けています。経済的にはお金がかかりますが、とりあえず役所に相談に行っているいろいろな制度を利用してみるのもいいかもです。それでも十分ではないこともあるけど、使える制度は使ってやりくりしています。

M：子どもは、お金がないのなら、ないなりの考えを出していくものです。とにかく、今を一生懸命働き、親としての姿をしっかり見せて下さい。

M：自分も働き、できる範囲で子育てをすればいいと思います。誰かと比較する必要はないと思います。ムリなものはムリ！本当にやりたい事は、子どもたちでしてもらってます。

M：金銭面は、一番の悩みです。自分の体調を管理し、働く事を続けて下さい。いざという時には、母子の支援もあります。ぜいたくだけしなれば、何とかなります。悩んでばかりだと、先に進めません。

M：先のことを考えるのは無理もないことですが、今自分のことを考えて下さい。今をしっかりしていけば、そのうち、考え方や行動も違ってきて、その時その時を生きていけます。自分を信じて。“育てられる”という自信を持って。

M：私自身、生活保護ですし、受けられる手当等も全て受けています。ですが、将来の子どもの教育費を考えるとやはり不安は正直あります。けれど、子どもの将来は子どもが決めていくものなので、大学や専門学校に通いたいとなれば、それはお子さんの問題であるのでお子さん自身がアルバイト等をして学費を稼ぐことも考えられますので、お母さんは、できることをして、コツコツ子どものために貯められる時はお金を貯めて、あとは役所や奨学会に相談するとよいと思います。

Q57

仕事の関係で、遅くまで、子どもを家に一人で待たせることが多くなりました。仕方がないことでしょうか？

M：一人で待たせるときは、自分が帰る時間をなるべく正確に伝えて、必ずそれを守るようにしています。

M：お子さんは何歳でしょうか？中学生ぐらいなら危険なことないだろうけど、小学生低学年だと危ないこともあると思います。学童保育を使ったり、もしサービスがあれば「トワイライトステイ」や「ファミリーサポート」を使ってはどうでしょうか？

M：子どもの年齢にもよりますが、せめて小学生まではやめた方がよいと思います。ヘルパーを頼んだり、公的支援（金銭面）を受けたりして乗り切っていくしかないと思います。

M：子どもは日々成長します。いつまでも、その時のままじゃないです。それなりに子どもは考えます。むしろしっかりしてくれるんじゃないでしょうか？一人で待たせる時の約束事を話し合いしておけば、あとは子どもを信じるのみです。

M：子どもの年齢等にもよるとと思いますが、仕事と天秤にかけて子どもの様子に変化等見られたら子どもを優先するべきだと思います。おそらく子どものために一生懸命仕事をされているのでしょうか。

M：子どもが理解してくれていれば大丈夫だと思います。「なんで…」とか「どうして…」と思っているなら改善してあげないとかわいそうかも…。

M：時々であれば問題ないと思いますが、極力、お子さんの話や困っていることを聞く時間をもつことを忘れないでいてほしいなあと思います。お子さんがさみしいようなときは、朝一緒に出かけたり、または携帯を持たせてメールやラインをする、という手もあると思います。あとは夜間でもお願いできるような所があった気がするので、そういった所も利用してみることもひとつかと思います。

M：私は、「夜は子どもを1人」は危険かと思います。何かあってはいけないし、子どもも不安がるので。せめて明るいうちに帰ることができる仕事が安心のように思っています。

M：帰った後や休日のスキンシップをしっかりとあげてほしいです。なるべく早く帰れるといいですね。



## Q58

仕事が終わって、食事、お風呂とやっている子どもの寝る時間が遅くなってしまいます。みなさんどのようにされているのでしょうか？

M：どうしても遅くなります。食事の後すぐにお風呂に入れて、後片付けは子どもが寝てからです。

M：これはもう仕方が無いと割り切ってます。ご飯を食べないわけにもいかないし、お風呂に入らないわけにもいかないし。子どもも疲れてしまうし、申し訳ないなと思うんだけど、生活するにはしょうがない…と思ってます。ただ、そういう事情があって子どもが寝る時間が遅くなってしまうことは学校の先生には伝えました。学校で子どもが居眠りをして叱られるのは可哀想なので。

M：洗濯や食事の準備など夜にこだわらず、朝早くに家事をやって夜の時間を確保していますよ。休みの日にまとめて食事を作って、冷凍して、食事を作る時間を減らしていました。

M：そのままでした。でもそれで子どもが荒れ狂う事はありませんでした。後姿を見てやさしい人間に育ちました。

M：仕方がありません。働く姿をしっかり見せ、いつも明るい母親でいて下さい。

M：やはりお仕事をされていれば食事もお風呂も遅くなり、母子家庭だとお子さんの寝る時間も遅くなる気がします。うちは小学校中学年になりますが、いまだに一緒に寝ないと子どもが寝ません。お子さんにお母さんが帰宅する前にお風呂はすませてもらうとかするのもありかなと思いました。そして食事のときや食後にお話の時間をゆっくりとすることもありだなと思いました。

M：作り置きできるものを休みの日に作って冷凍しておいたり、遅くなってしまったときはレトルトで済ませることもあります。仕方がないと割り切っています。睡眠は大切ですから時間がない時はやむを得ないです。

## 編集後記

「耳が痛い」「胸が痛い」

このメッセージ集の作成を通して、保護者の方の「生の声」を聞いたわけですが、これがなかなか「痛い」ものでした。「耳が痛い」メッセージもありましたし、直截なメッセージに「いや、職員としてはこういうつもりで」とこちらの思いを伝えたくなくて、自分の中にわき起こってくる「こちらのことをわかってほしい」という気持ちも強く感じました。同時に、自分たちも日頃保護者の方に同じような気持ちを抱かせていないか？と自らを振り返って「胸が痛く」もなりました。「わかってほしい」という気持ちは、子どもも保護者も職員も同じように持つのだということを改めて強く感じました。

編集・執筆者一覧 (順不同)

○村井 美紀	太田 一平	田中佳代子	菅田 賢治
西田 泰子	平野 陽一	高橋美恵子	渡邊 守
星 俊彦	北川 聡子	谷田 清美	坂本 靖
渡井 隆行	塩尻真由美	平岡 篤武	酒井 厚
横堀 昌子	舟橋 敬一	鈴木 里香	田中 浩之
宇佐見兼市	相澤 仁	湯村 克彦	青木 建
田村 浩樹	吉束 優子	栢堀 正信	藤澤 陽子

(○は委員長)

平成27年3月31日 発行

編集 社会的養護における「育ち」育て」を考える研究会

発行 国立武蔵野学院

