

# ピーカーズ Peek-a

日本アロマコーディネーター協会  
チャイルドケア本部 MC会報誌



2012年6月10発行

No. 31

特集 ● 子育ては母育て、そして父育て

● 子育てパパ力検定より

学習サポート ● 第一回タッチケア講習会より

Information ● 秋のスクーリング 講習会の日程ほか

## 普遍的な子育てと 変わらぬ想い

子育てにおいては、「春」は、さまざまな子どもの成長を感じ、そして生活が新たに切り替わるときでもあります。我が子は二人とも大学生となり、4月からの生活リズムが一変しました。それぞれが忙しくなり、帰宅時間も異なるので、一緒に食卓を囲むこともすっかり減り、子どもたちが成長する喜びと、大人になっていく寂しさを感じています。思えば、私の子育ても22年。私の生活の中で当たり前であった子育ても、そろそろ終盤にきているのかもしれない。

さて、そんな私が提案している本講座は、12年前に開講されました。開講以来、私自身の子育ての進行形とともにあり、講座そのものも進行形で築いているといっても過言ではありません。簡単にいえば、講座そのものが「今」を生きていて、「今」の子育てを感じている講座です。その時代や状況によって、私なりの経験と学びを柔軟に取り入れてご提案しています。画一的なものを提案しているものではなく、同じ時代を生きている「子育て」を肌で感じ、生の声で伝えています。これこそ本講座の特徴でしょう。だからこそ、共感され、講座が修了してもMC会員として学ばれる方が多いのだと思います。子育て

では、思っている以上に長い期間にわたり、さまざまな壁にぶつかります。当然、未就学だけが子育て期間ではないのです。そして、子どもを育てることが子育てではなく、親として成長することもまた子育ての一環であることに気づきます。「リアル」な声や思いだからこそ、「気づく学習」ができるのです。

子育ては、生きている知恵や情報が必要です。同時に一時的な流行や新しい情報に惑わされない強さも必要です。こうした背景を理解しながら、私はチャイルドケアを伝えています。

テキストをご覧いただくと、確かに12年前に作ったものですから、生きた情報ならば、改訂版を作らねばならない時期になるでしょう。しかし、読み返しても私自身の子育てやケアに対する思いは12年経っても、何ひとつ変わらないことに気づきました。我が子が成人に達する年齢になっても、まったく想いは変わることなく「今」を過ごしています。この変わらない思いを持って、子育てを継続してきたことが私の強さであり、自信になったのだと思います。つまり、本講座で掲げている7つのコンセプトは、時代は変わっても子どもが成長しても、十分役立つ考えだと改めて感じています。

子育てにおける普遍的な考えや思いを伝えることが、チャイルドケアです。しかし、受講される皆さんの子育ての背景や考えが変化しているのので、伝え方は変えています。スクーリングの基礎編は、開講当初よりレジメの内容はほとんど変わっていませんが、いつの時も共感いただけるようにお伝えすることで、大切な想いは伝わるのです。その想いに気づいていただければ、本講座の学習は、どの時代でも生かされると思います。今春のスクーリングでも6年ぶり、4年ぶりに基礎編に参加された方もいらっしゃるかもしれませんが、新たに気づかれたことや、改めて普遍的な子育ての大切さを再認識されたというお声をいただいています。新しいことは何一つありません。母が子を、子が母を思う「愛」は永遠だと思えます。変わらぬ想いをもつことは、子育ての自信になるのです。それがチャイルドケアです。

チャイルドケア講師 松本 美佳





# 子育ては 母育て、そして 父育て○○○○

6月の第三日曜日は、父の日。母の日に比べるとあまり話題にはされません。育児環境において、子どもと物理的に一緒にいる時間が少ないこともあるでしょう。でも、子育てには、母だけではなく、父の存在も大きいことを忘れてはなりません。

母も頑張っていれば、父も頑張っているのです。母が子を愛していれば、父も子を愛しているという思いは変わらないのです。

しかし、母の愛と違い、表だって表現される機会が少

ないので、誤解されたり、気づいてもらえないこともあるでしょう。しかし、父の愛とは、目に見えぬところで、深くしっかり根付いているものなのではないでしょうか。父とはどのように子育てに関わるべきなのでしょう。さまざまなスタイルはありますが、父性としての父の役割を考えてみましょう。父歴10年、20年以上の3人の言葉の中に、共通した父としての思いがありました。きっとそこにヒントがあるのかもしれませんが。

CC本部



## 父として意識していること

松本 安彦

JAAチャイルドケアホームワーク講座監修／自然療法治療室 松本鍼灸接骨院 院長／一男一女の父。父歴22年

私は、父として十分に愛情を注いでいますが、それでも母親と子どもとの間に敵わないと思うことが多々あります。これはやはり、体を張って、命がけの出産を経験しているか否かの違いは大きいと思います。だから母親にはどうやっても敵うわけありません。そこで私は、同じ土俵に上がるのではなく、母親を通して子どもに愛情を注ぐことだと考えています。そのために大きな愛と力を持たねばならないという、重大な役割と責任を感じています。

例えば、子どもに直接かわからずとも、母親を通して間接的にでもしっかり伝われば、父と子はうまくいくものではないかと思います。そのためには夫婦仲が良く、バランスの良い状態であることが大切でしょう。

子どもの日々の様子、状況を知るには、普段一緒にいる母親に聞けば良いのです。問題なければ、口をはさむこともしません。そうした日常である子どもの「現在」を見守るのは母親の役割でしょう。父親としては、子どもの「未来」に向けて、子どもが何をしたいのか、何になりたいのか、どのような方向に進みたいのか、そのためにはどのようなサポートが必要かを考えることだと思います。つまり、母親は生活面のサポート。父親は社会面のサポートができれば良いと思います。だからといって、日々の生活に対して何もしないわけではありません。父親も今起こっている子どもたちの教育や社会の問題に対して、興味を持たねばなりません。父と子のトラブルの原因に、父親

の子ども時代を基本に話をするために、父親の意見の押し付けになり、子どもと意見が食い違うということが多くなります。父親としては、確かに子どもよりもキャリアをもっていますから、ついそのキャリアから話をしようとしてしまうのでしょう。それも必要ですが、今の現状を知りつつ、そうしたキャリアを持った体験談を添えることで、より具体的な助言ができるようになるのではないかと思います。

我が子は、一男一女です。娘にしてみれば、最初の異性であり、息子からすれば同姓の先輩になります。いずれにしても常に比較対象になるものです。子どもが成長すれば厳しい目でチェックされます。愛情を含めたチェックもあれば、客観視し、誰よりも厳しいこともあります。それは仕方ないことです。いつまでも理想的な「父」というのは保つことはできません。それでも「父」として、いつまでも愛情を伝えていくことは必要だと思います。何かあれば、どんなことをしてでも助けると意思表示はしてい

ます。具体的な言葉でいうことは滅多にありませんが、今までの生活の中でそれは伝わっていると思います。父親の愛情は、目立って目に映るものではないのかもしれませんが、でも、潜在意識の中にしっかり伝わっていることが理想です。

二人の子どもは大学生になりましたが、大きな反発もなく、自分の好きな道に進んでいます。夢を語り、社会へ旅立つことへの不安や希望を語ってくれるようになりました。

そんな子どもたちの様子を見て、子どもの成長を誇らしく思い、父になった喜びを改めて感じています。

娘も息子とも一緒に食事に行ったり、遊びに行くこともあります。この年頃の子どもたちは親とあまり行動しないといわれていますが、その点は父子で仲良く楽しんでます。

子どもたちが、さらに成長したときに、父として今度はどんな立ち位置でいるべきかを考えているところです。



## 父親の怖さと愛情について

平林 直人

日本家庭教育学会常任理事／家庭教育支援協会理事／3児の父。父歴23年

先日、子どもの学校のPTA総会の学校長の話の中で「私は生徒を殴ったことがないが、自分の子どもになるとどうしても手が出る。」という話をしていた。生徒についてはどんな生徒でもいいところを見つけようと思って関わりますが、自分の子どもについては悪いところばかりが目について、怒鳴りつけて殴ってしまうこともあるという。自分の子には我慢ができなくなる、自分の子どもは別というところに父親の子どもへの愛の本質があると思う。

「愛には2種類ある。「好きでたまらない、誰にも渡したくない」という愛(エロス：ギリシャ語、日本語とはずいぶん意味が違う)と「喜んでもらいたい、関わりたい」という愛(アガペー：ギリシャ語)の2種類である。エロスの愛は相手から奪い続けること。自由を奪い時間を奪い、心を奪い、最終的には命を奪う。対してアガペーの愛は関わり続けること。気をかけ、声をかけ、労力をかけ、時間をかけ、お金をかけ、情けをかける。そして、究極のアガペーは命をかける。

父親の子どもへの愛は同じ家族の一員、仲間としてのかかわりにはじまる。それは、母親がうるんだ目で子どもを見つめる恋愛関係のような関係ではなく、同じ家族としての仲間意識からくる関わり合いである。しかし、いつか芽生える「かけがえのない我が子」への愛情から、子どもの育てかたに理想とこだわりを持ち、自分の考えるように育てたい気持ち、すなわちエロスの愛に移って行き、子どもの自由を奪っていく。しかし、子どもの子育てにこだわりを捨てた時、子どもへのアガペーの愛に戻る。父親とはそんなものなんだと思う。

我が息子には子どもの頃辛い思いをさせたが、今20歳になり独り立ちした息子にはアガペーの愛を注いでいる。駆け出し俳優の追っかけである。し



かし、我が子の将来を考えると資格を取れだの大学へ行けだのと、再びエロスの愛に目覚めるのかもしれない。

そんな親に対して有効なのは先祖から家に伝わる家訓やしきたりである。父親が祖父にたしなめられているのを見た子どもは、父親の言うことが必ずしも正しくはないこと、場合によっては聞き流していいことを学ぶ。そして、子

もが自由を再び手に入れるのである。親は自分の経験から子どものためを思ってキャリアを積ませたいと思うが、実はそれは子どものためではなく自分の好きにしたいだけなのかもしれないのである。

子どもの人生は子どものものである。父親は子どもを社会に引き上げるために社会を教えるだけで良い。



## 家族の中で「父親」が育つ

宮原 一郎

日本アロマコーディネーター協会 事務局スタッフ／一男一女の父。父歴 14 年

自分の中の父親像とは、間違いなく自分が子どもの頃の父の姿です。母と姉と私とが夕飯を終えてしばらく経つと帰ってくる、たまにホロ酔いであったり、パチンコの景品が山ほど入った紙袋を抱えていたり、とにかく父の帰ってくるのがその日の最後のイベントで、そこでまた家族みんなが一騒ぎするという、あの光景が根強く心に残っています。

子どもはもちろん生活の大半を母親と過ごしますが、なにかの時、例えば部屋の模様替えや、棚を吊ったり壁の補修をしたり、あるいは映画を観に連れて行ってくれたり、何かを買ってくれたり、大げさに言えば母親のもつ「日常」に対する「非日常」という、ちょっとしたワクワク感と、それによる特別な存在というものを醸し出すのが父親のイメージで、自分も我が子に対してそれができれば、とりあえず合格点したいと思います。

男親が子どもに与えるものは何より安全な環境でしょう。それなりに日々泣き笑いはしても、根本的な生活自体は安定しているということが父親の一番の役割と責任で、あとは子どもの自立心や克己心を延ばすことを考えていれば、細かなことに口出しする必要はないとも思います。

そしてなにより、父性や父親像とは男親一人で出せるものではなく、母親こそが父親を父親たらしめるわけで、私が日々のほとんど過ごしているながら、いざという時、子どもに対して権威付けができていたら、それは妻のお陰でしょう。ですから、父（夫）は常に母（妻）に感謝することを忘れてはいけなし、それこそが、子どもも含めて、家庭を安全な場所にする一番の秘訣と思います。

それともう一つ、自分のこだわりは子どもに対する言葉。自分が子どもを持ってから、他の親子の言動にも目が行くようになりましたが、子どもを叱るのに「おめえなあ!」とか「やめろっつってんだろ!」などと、口汚く罵るような言葉を使う親を良く見かけます。ちなみに、女親にもとても多いです。

そのたびに、日常的に乱暴な言葉を使われて育った子どもは、周囲に対する表現力が歪んでしまうように思えて心配でなりません。子どもに対して、誹ったり罵ったりするような物言いは親の態度とは思えませんし、そのようなことをする親は、自分もそうやって育てられ、本人も知らないうちにそれが子どもへと受け継がれていくのでは?とさえ思っています。

子どもを導くには、子どもの目線で、子どものした行為とその結果を本人に理解させることが親の務めでしょう。

子どもにとって、いつまでも正しい助言のできる「親友」でいられたら、それが私の理想の父親の姿です。



# ちから 子育てパパ力検定

「子育て<sup>ちから</sup>パパ力検定」があるのをご存知でしょうか？ NPO法人ファザーリング・ジャパンで実施しているものです。父親が自ら主体的に育児に関わりたいという思いを形にし、そのきっかけとなるために通称「パパ検」が実施されています。育児知識を深め、育児や家族、家庭への関心と呼び覚ます目的を持っています。今回は、その公式テキスト&問題集より、問題を抜粋してみました。ご夫婦やご家族の楽しい話題のひとつとして、挑戦してください。「ママ力<sup>ちから</sup>」の確認にもおすすめです。

※「子育てパパ力検定」公式テキスト&問題集●出題・監修／小崎恭弘●編／NPO法人ファザーリング・ジャパン●発行／小学館

**Q1** 離乳食を進める目安として、そしゃく（口の動き）の様子で判断することがあります。次の言葉の組み合わせで、離乳食の進行を正しく表しているのはどれでしょうか？

- ①ゴックン→モグモグ→カミカミ
- ②モグモグ→ゴックン→カミカミ
- ③カミカミ→モグモグ→ゴックン
- ④ゴックン→カミカミ→モグモグ

**Q2** 乳歯は通常、全部で何本あるでしょうか？

- ① 10本
- ② 16本
- ③ 20本
- ④ 26本

**Q3** 日本脳炎は、ある虫に刺されることで感染します。その虫は何というのでしょうか？

- ①カガタアカイエカ
- ②サシガメ
- ③サシバエ
- ④ナガハシカ

**Q4** 家庭支出に占める子育て費用の割合を一般的に何というのでしょうか？

- ①エンジェル係数
- ②ジニ係数
- ③エンゲル係数
- ④キッズ係数

**Q5** 「瓜食めば子ども思ほゆ栗食めばまして偲はゆ…」子どもへの愛をうたった子どもを深く愛したことで有名な奈良時代の歌人は誰でしょう？

- ①柿本人麻呂
- ②山上憶良
- ③大伴旅人
- ④山部赤人

※万葉歌人であり、代表的な歌に「貧窮問答歌」などがある山上憶良。現実的な生活に密着した歌が多くあります。その中でも我が子や家族に対する深い愛情を感じさせる歌が多いのも有名。日本の元祖子育てバリバリといえそうです。  
(公式テキスト&問題集より抜粋)

**Q6** 「〇〇の仲でも金銭は他人」ということわざの〇〇に入る言葉は？

- ①友達
- ②夫婦
- ③親子
- ④親類

**Q7** 『どんぐりころころ』（作詞／青木存義 作曲／梁田貞）は、子どもたちの大好きな童謡のひとつですが、1番で「どんぐりころころ…」に続く歌詞は次のどれですか？

- ①こんにちは
- ②どんぐりこ
- ③どんぶりこ
- ④どんぶらこ



答え Q1-①/Q2-③/Q3-①/Q4-①/Q5-②/Q6-③/Q7-③

# 第1回 タッチケア 「知る編」「伝える編」講習会終了

去る5月9日（東京会場）21日（大阪会場）でタッチケア「知る編」と「伝える編」の講習会を開催しました。午前中は、お子さんを連れて、実際にタッチ＆マッサージを体験していただく内容になっていました。また、午後は、「タッチ」という基本の技術を習得し、手技として伝えるだけではなく、ふれあう「タッチ」がどのような目的でなされるかということ、また、さまざまな可能性を引き出す効果があることをお伝えしました。実技指導の講習会はさまざまありますが、本講座の実技指導は、あくまでも「心」に感じ、「心」に伝えていくことにこだわっています。なかなか独創的な実技講習会になっていたと思います。

しかし人として、この基本の「触れる」というタッチを学ぶことで、単なる物理的な触れるだけの行為ではないことに気づかれると思います。

実際に受講された皆様の表情は、時間とともに穏やかになり、しっかりと私の「タッチ」を心で受けとめてくださっているようでした。10の方法を知るよりも1の心得を知ることで、多くのことを学ばれたのだと思います。講習会という場で「体験」されたことは大きな収穫になったのではないのでしょうか。

## 本講座のタッチ

本講座をスタートしてから、実技講習をメインにしたものは、今まで行っておりませんでした。そうした内容にすると、どうしても手技や手順を示すことになります。というよりも皆さんがそれを目的に受講されるからです。でも今回の講習会でも、そうした手技や手順は一切提案しておりません。それよりももっと大切に深いタッ

チをご提案することが今回の目的でした。

皆さんに考えていただきたいのは、小さな赤ちゃんや子どもたちのケアに手順や方法は本当に必要か？ということ。リハビリを目的にしているわけではなく、日々のコミュニケーションや、ホームケアを目的にするのであれば、それは異なります。方法や手順はあくまでも便宜上あるもので、それを正確にやればよいわけではありません。

また、本講座のふれあい（タッチ）は、物質的

## 受講者の声

♥相手の方ももちろん、自分もゆったりと心地よくやるのが大切なんだということが分かりました。少しの違いで感触は、全然変わることも分かりました。

♥タッチケアは方法ではなく、心のケアであることが分かりました。心と体の緊張をゆるめてリラックスした状態で行うことでお互いの信頼関係もでき自信にもつながっていくことが分かりました。

♥テキストだけでは、伝わらない、リズムや触れ方、幅広く触れることがより理解できました。

♥やはり技法ではなく、心で触れることが

大切だということに改めて感じました。娘にタッチケアをしてあげなくては…と気持ちばかりで全く心が入っていないことに気がつきました。そして、その気持ちに気づけたことがケアなのかなと思いました。



♥実技を経験することで大切なポイントが分かり（土台とする手の使い方、呼吸を合わせるなど）来て良かったです。

♥多くの子育てママにチャイルドケアの「こころ」の大切さをお伝えしたい気持ちが高まりました。

♥たくさんヒントをいただきました。これまでもマッサージは行ってきましたが、広がりをもったマッサージができそうです。

♥講義も奥深く、タッチケアの大切さが身にしみました。実技をもっと自然に楽しめるように実行して、手にしみこませて、いつまでもタッチケアを子どもにしてあげたいと思いました。

に触れることだけではありません。コンセプトにもあるように「子どもを取り巻くすべての環境からケアをする」ことでもあり、「感性を育てる」ことでもあります。

つまり子どもの体をメインとするのではなく、子どものもっている生命エネルギーを感じ、そのエネルギーと物質的なからだの調和を育むことが大切なのです。心と体と環境（精神）を一体にすることが目的です。

その場合のタッチとは、体に触れるだけではなく、心を感じ、言葉をかけることもタッチです。またおいしい食事や居心地の良い住環境、衣服を揃えることもタッチです。そばにいる家族のケアや母親自身のセルフケアも、その子どもへの間接的なタッチになるわけです。

深く広い視野を持って、「タッチ」を理解することが必要です。それは、決まりきった手技や手順では、補えないのです。究極のタッチを知ることで、さまざまな子どもへのタッチ、命へのタッチに気づけるのです。

それに気づけば、難しいことは不要です。ケアとは実にシンプルなところにあるのです。本講座の実技は、気づいていただくだけで多くを学ぶことができると思っております。

今回、このタッチへの理解ができた方は、タッチケアができると考え、1回の講習会を受けていただければ、修了書をお出しすることにしました。もちろん講義を聞いていただき、実際に実技も体験し、実技チェックを通った方にお出しするものです。私がすべてチェックしています。物質的に触れるタッチではなく、心から、穏やかな気持ちを含めた思いを手で伝える「タッチ」ができればいいのです。難しいことではありません。

第1回目の今講習会では、参加された全員の皆さんに修了書をお渡しすることができました。手技のスキルを認める修了書ではありませんが、「タッチ」の心得を理解し、触れることができる心を持っていることの証明です。本講座のタッチは、ベビーや小さな子どもに限らず、すべての命のケアを対象にしています。修了書を手にも、あとは自信をもってさまざまな「タッチ」を伝えてください。今回参加できなかった方は、ぜひ次回の講習会にご参加ください。

松本 美佳

## おなかのケア



1. おなかの上に、力を抜いた手をのせます。



2. 腹から大きく動かします。



3. ゆっくりとみぞおちへ



4. 反対の横腹までゆっくりと、体全体をつかってまわします。

おなかは、「の」の字に動かしますが、大きな範囲でゆっくりと動かしてみましょう。

## ハンドケア



1. 相手の腕に沿って、力を抜いた手を添えます。このときにつかんだり手を垂直にするともありません。



2. 体全体で、動かしていきます。手に力入れず、のびやかに動かすことがポイントです。

## 股関節のケア



1. 足のケアを行うときに、数回加えるケアです。親指の腹を股関節に沿えます。



2. このときに指でしごくのではなく、手首を回して沿わせることがポイント。1～2回加えてください。

私たちが  
がんばっています!



本講座の学習を経て、さまざまな活動をされている皆さんを紹介し  
ます。チャイルドケアは、未婚やお子さんがいらっしゃらなくても、十分  
に理解し役立てることができるものです。まさにそうした立場で CCI  
になられ、チャイルドケアを生かしている鴨下さんをご紹介します。

# 私とチャイルドケアの原点

CCI 鴨下 徳子さん（東京都小平市）

東京都小平市内に化学物質を使わない商材で施術をおこなうアロマエステサロン「サシェ」を開業し  
ています。JAA 登録店（090-8514-2604）  
また、健康管理士の資格を生かし「アロマ & 健康講座」を開催しています。

## ●チャイルドケアの思いと● ●通ずること●

今思えば、チャイルドケアのコンセプトに通じる思いの原  
点は、私にとって25年ほど前に遡ります。当時、人が地  
球の環境を悪化させていることを知った私は『どうかし  
なければ』という思いになりました。しかし当時は環境問  
題に関心がない時代で、認知度はとても低く私の周りでも  
耳を傾ける人は皆無の状態でした。解決の糸口さえ見つ  
からず絶望的な思いの中で見つけた答えは『人のために  
何かできることはないか』ということでした。

当時の私は『人が優しくなれば地球も救われる』と考  
えたのでしょう。その考えが25年後のチャイルドケアとの  
出会いにつながると思ってもよらずに。

## ●チャイルドケアとの● ●出会い●

多くの仲間の助けと、人のために一生懸命活動してきた  
おかげで、4年前に地元の小平市内にナチュラルコスメと  
化学物質を使用しない商材を使って癒しを与えられるアロ  
マエステサロン『サシェ』を開業することができました。

そこに来られるお客様が結婚、出産と経ていく中で、子  
どもがいない私でも子どもへのケアを含めた提案ができた  
らという思いになったのが、チャイルドケアを学ぼうと思っ  
たきっかけです。

どこで学んだら良いかと探している時、パンフレットに書



いてあった『すべての命のケアを考える』という文面が、  
私の思う『人が優しくなれば』の考えと重なりました。そ  
のことが日本アロマコーディネーター協会のチャイルドケア  
を選ぶ決定的な理由になりました。学習後、直ぐにサロンの  
メニューの中に「チャイルドケア教室」を加えることが  
できました。

## ●チャイルドケアを伝える● ●サークルの立ち上げ●

また、サロンで出会ったお母さん方にもチャイルドケアの  
考えの場を与えてあげたいと思い、平成 22 年に小平市内  
に「わいわい癒しサークル」を立ち上げ、月一回のペース  
で活動しはじめました。

当初は私ひとりからのスタートでしたが徐々に賛同する  
仲間が増え、現在では運営者 8 名、会員 51 名のグルー

プになりました。

サークルの目的は『チャイルドケアを通して参加している母親を癒すこと』です。母親を癒すことによって子供、家族、その母親に携わる全ての人々、しいてはその母親に携わる全ての動植物に良い影響を与える連鎖のきっかけになればと考えています。

サークルは毎回違ったテーマを決め、そのテーマに携わるプロや経験者が中心になって進行します。例えば『アロマで花粉予防』をテーマにした場合は、アロマの資格を有するプロや経験者が講師になり、最後には参加した母親が癒される内容になっています。

## ●チャイルドケアへの ●興味と普及●

チャイルドケアを学んだことで迷いが希望に変わったことがあります。それは、子どもがいなくてもチャイルドケアは学べるのか、という迷いが一切なくなったことです。チャイルドケアの学びの内容が子どものケアだけではなく、『すべての命のケア』まさにパンフレットの文面通りの内容だったからです。

たとえ、子どもを対象にしたケアでも客観的に考えて答えを導くことができるので、逆にお子さんがない方や未婚の方のほうが良い学びになると思えたぐらいです。また、チャイルドケアを学ぶとどこで自身のケアにもなるので、社会人の学びのひとつとして活用ができると思いました。

そして何よりも、松本先生を筆頭に CCC や CCI チャイ



ルドケアのメンバーの互いを高めあいながら協力してチャイルドケアを広めようとするグループ力が伝わってきたので、仲間になって一緒に助け合いながらチャイルドケア活動を行いたいという新たな希望を持つことができました。

## ●これからの展望●

現在私は、健康管理士の立場で講習会も行っています。予防医学の考えとチャイルドケアでの学びを取り入れた内容で講習が行えないかと最近考えるようになりました。

また、3人の仲間とその仲間が住む地域（神奈川県逗子市／今秋プライベートサロン開業予定、東京都武蔵村山市、東京都町田市）へ拠点づくりをおこなっている最中です。そこの地域の方へチャイルドケアの輪を広めていきたいと思っています。

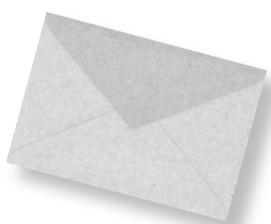
今後はチャイルドケアの認定加盟校を目指し、チャイルドケアの考えを含めた私の思いに賛同してくれる仲間をもっと増やし、ひとりでも多くの仲間がサロンを持てる様に、今まで学んだことや経験を惜しみなく伝えていきたいと思っています。

最後に、チャイルドケアに興味がある方や夢がある方へ私からのメッセージです。

『行動することで思いや夢は叶うことがあります。まずは私と一緒に話をするという行動から始めてみませんか』



## 一緒に成長していく



結婚し、息子が生まれてから「良い母になろう、良い妻になろう」と思っていました。しかし実際は空回りも多く、自分を責めていました。ある時にふと「私はこの子に育てられているのかもしれない。」と思いました。そんな時、チャイルドケアの存在を知りました。

この時点で息子8歳。少し恥ずかしそうにしながらもしっかり協力してくれました。フットケアが気に入ったようで、時々自分から「足湯とマッサージして」と言ってきます。息子がお友だちとケンカをして気分が沈んでいるような時には、私から「足湯しようか?」と声かけをしています。最後にギュッと抱きしめるオマケも付けています。そうすると、少し緊張していた表情がほぐれていきます。登校前などにすると、自分で「よし!」と背筋を伸ばして「行ってきます!!!」と大きな声で出かけていきます。放っておいてもお友だちと仲直りしてきますが、ほんの少しだけその応援が出来ているのではないかな?と思っています。

「お手本にならなくては」と一生懸命だった私にとって、この「ただ応援する」という感覚はとても新鮮でした。今までの「お手本になろう」という一生懸命さは、息子にとって負担だっただろうと反省もしました。

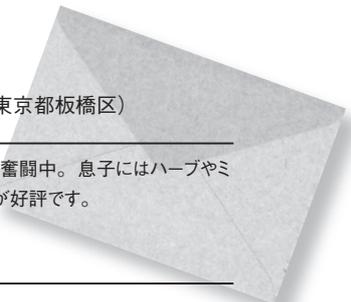
スクーリングに参加してからは、ハーブやマッサージだけでなく、家事やあいさつなど日々の生活、そのものがチャイルドケアになると改めて実感するようになりました。それからは、嫌な作業と化していた家事も楽しくなりました。当り前にしていた「おはよう」や「おかえり」も気持ちを込めるように心掛けると、ちゃんと息子も私の目を見てから（姿が見当たらない時はちゃんと探してまで!）出かけるようになりました。

また、息子のお友だちに対しても、「いらっしゃい」「久しぶりだね」としっかり言葉かけをするようにしています。「子どもたちは宝物。息子のお友だちは、私にとっ

受講生 松野下 裕子さん（東京都板橋区）

小5の息子と共に3歩進んで2歩下がる毎日を奮闘中。息子にはハーブやミカンの皮でのお風呂など、分かりやすい方法が好評です。

携帯 mail : beluga.riku.hs@docomo.ne.jp



ても大切」ということを伝えたいですし、感じてもらえたら嬉しいです。子どもたちは大人に対してとても敏感です。「〇〇君のママは僕のことをよく思っていない」などは、隠しても察知しています。そう感じてしまったら、〇〇君に優しくするのは少し難しくなってしまうのではないのでしょうか?当事者としてではないですが、そのような例を実際に目の当たりにしたことがあります。あの時の何とも言えない悲しい気持ちは今でも時々思い出します。気持ちを込めた声かけを心掛けていると、意外なことに一番ワンパクな子がチラッと本音を見せるようになったり、道で会っても子どもの方からあいさつをしてくれたりするようになりました。私の小さな一歩で変化があるのですから、もっとたくさんの大人がチャイルドケアを実践すれば、子どもも自分ももっと笑顔になれるはず!（とはいえ、後日のスクーリングで自分自身に「挨拶」が身につけていないことを認識するのですが…。）

現在息子は10歳。思春期にさしかかり、「育むケア」と「見守るケア」の同時進行中です。これからも息子と一緒に少しずつ成長しながら、たくさんの人とチャイルドケアを楽しめるようになっていきたいです。





# チャイルドケアに出会って

CCC 高橋 聖香さん（宮城県仙台市）

仙台市内にて、ベビーマッサージなどをメインに赤ちゃんとお母さん向けのサロンを開催しています。趣味はお菓子作りや料理。休日は、波を追いかけてサーフボードを車に積みでかけています。海に山に、のんびりと家族で過ごす休日が大好きな33歳です。

結婚して、妊娠・出産を待ちに待つこと数年。その間に「ベビーマッサージ」を知り、早く自分の子どもにしてあげたいと思いながら、待望の第一子を4年前に出産。初めて我が子の肌に触れ、温もりを感じ、真っすぐな瞳で我が子にみつめられながらの喜びは今でも鮮明に覚えています。

ねんねの時期の我が子と過ごしながら、私自身も新米の母親として毎日がいっぱいいっぱいで過ごすこと、数ヶ月。少しずつ子どもの表情も豊かになり、動きも活発になり、ベビーマッサージも生まれたての時と半年後、1年後ではかなりの変化があることを実感しました。

ねんねの時期からどんどん日々成長をしていると感じた頃には、私自身にも少し気持ちの中にゆとりが出てきたこともあり「ベビーマッサージって何?」「ふれあうことだけがベビーマッサージ?」「ふれあうってなんだかとても奥深いものなのかもしれない」、子育てについても様々な思いや考えが出始めてきました。

ベビーマッサージをその手技や様々な本で見かける効果目的に限定する事なく、もっと親子のふれあいについて考えていきたい、そう思った時に出会ったのが「チャイルドケア」でした。

受講していく中で、絵本のように気軽に開けて取り入れたい内容をさっとみながら実践できて、すぐに子どもと一緒に楽しめるテキストは、自然と手を取る回数も増えました。受講している間に、アロマやハーブも含めて「我が家だけのオリジナルレシピ」もどんどん増えていきました。今では、ベビーマッサージだけではなく、ハーブやアロマ、その他、我が子を取り囲むもの全てが自然と衣食住としてライフスタイルの一部として、様々な形で楽しみながら、自分自身も考えて工夫しながら取り入れられるようになったと思います。ハーブも飲むだけで

はなく、食事に取り入れてみたり。ハーブティーも家族の体調や気持ちの変化に合わせて取り入れてみたり。食事やお茶の家族団らんのひとときが、大切な時間になっています。

また、以前はベビーマッサージについても「ふれる」ということだけに重点を置いて考えていたように思うのですが、今は、ベビーマッサージでのふれあい自体も、そこだけに限定するのではなく、もっともっと親子にとって奥深いものであると感じています。手の温もりで愛情を伝えることの大事さや、抱きしめる事、一緒に笑う事、一緒に泣く事、時にはそっと見守りながらそっと愛情で包んであげることなど、その意義は子どもの成長と共に、親自身も感じながら、成長しているのだと日々感じています。

私の住む宮城県は、昨年の未曾有の大震災により、大津波での被害もあり、本当にたくさんの尊い命が奪われました。中には、0歳でお母さんと奪われてしまった命もあります。今もなお、深い悲しみや恐怖を負った子どもたちお母さんたちもたくさんいらっしゃいます。悲しみはまだ癒えませんが、こういう時だからこそ、我が子をいっぱい愛情で包み、家族で手を取り合いながら向き合っていかなければいけないと心から感じています。

少しずつではありますが、チャイルドケアを通じて学んだことをたくさんの親子の皆さんにもお伝えしながら、ここ宮城の子どもたちお母さんたちが笑顔でいっぴいになるような取り組みを私自身も続けながら、日々成長をしていきたいと思っています。今後もテキストを繰り返し手にとりながら、もっともっとチャイルドケアについて自分自身も考え実践していきたいと思いました。

ご自身の経験を活かして形にした沖縄の山本さん。チャイルドケアと同じように  
母の思いを形にして仕事をされています。そんな山本さんが起業するまでの道のりをご紹介します。



# 母の思いからできた形 沖縄子育て良品

沖縄子育て良品株式会社 代表取締役 山本 香さん



## 商品制作へのきっかけ

栃木県宇都宮市に生まれ育った私は、19歳の時に結婚し  
沖縄に行くことになりました。初めての子育ては大変なも  
のでした。その中でも3人目の子どもは、生まれて1か月  
半で顔もわからないほどに肌が荒れました。原因は、極端  
な数値の卵アレルギーでした。そこからの大変な苦勞が「沖  
縄子育て良品」の設立につながったのです。

我が子に使わせたい、使いたいと思うものが、沖縄とい  
う地ではなかなか手に入らなかったのです。その時に「そ  
れなら、開発してみようかな」ということがきっかけにな  
りました。

## 商品コンセプト

最初の品は<紫外線対策のサンハット>です。業者探し  
から始まり試作をし、近所の子ども達に使ってもらい、さ  
らにまた試作を重ねるということを繰り返して、商品化し  
ました。

次に、紫外線対策の水着とオリジナルを増やしていまし  
た。

商品づくりのコンセプトは、母親として、本当に自分の  
子に使わせたいなと思うものを作ることです。

そして、環境にできるだけ不可をか

けずに、ナチュラルな商品  
を作ること。そして、でき  
るだけ沖縄の素材を使い、沖縄に貢献することです。

商品開発においては、沖縄のお母さん達の声を集めてい  
ます。新たな商品開発も楽しみながら模索しています。い  
ずれお母さんの声でできた品を、全国のお母さんにも届け  
ていきたいと思っています。

## これからの展望

我が子に使いたいものを自分で作るというきっかけから  
始まった「沖縄子育て良品」は、今年の6月で丸9年目を  
迎えることができました。お店も新聞やラジオで紹介して  
いただく機会に恵まれ、遠方からわざわざ来てくださるお  
客様もいらっしゃいます。「必要としてくれる方がいる！」  
ということが何よりもの励みとなり、今につながっていま  
す。現在アルバイトを含め私と5名のスタッフで日々奮闘  
しております。ご興味があれば、ぜひ一度HPをご覧ください。

〒902-0061 沖縄県那覇市古島 454-17

TEL:098-885-3667・FAX098-894-3366

mail / shop@kosodate-ryouhin.com

<http://kosodate-ryouhin.com>



2012

# 秋

## スクーリング 講習会のお知らせ

JAA 主催

### 秋スクーリングのお知らせ

東京 / 9月15日(土)  
大阪 / 9月23日(日)

#### ◆会場

東京 / カルチャーキューブ渋谷校  
大阪 / ジャパンライブ新大阪丸ビル本館

#### ①基礎編

チャイルドケアの7つのコンセプト

基礎編では、本講座の基本的な概念と7つのコンセプトについてお話しします。テキストの文字には記されていない内容を掘り下げ、学習するうえでのヒントをお伝えする内容になっています。

◆時間 / 10:00 ~ 12:30

#### ◆対象者・受講料

MC 会員 / 3,500 円

JAA 正会員・JAS 生 / 4,500 円

その他一般 / 5,500 円

#### ②応用編Ⅱ

テキスト第3章~第5章

応用編は全3回構成で行います。今回は、応用編Ⅱとして、テキストの第3章~第5章について掘り下げた内容になります。石けん素地を使ったクラフト作成有り。講座に実習・実技が入る場合には時間が延長される場合があります。ガイドブック(別途購入)が必要

です。応用編全3回を受講された方には、修了証が授与されます。

◆時間 / 13:30 ~ 16:00

#### ◆対象者・受講料

MC 会員 (CCI・CCC・チャイルドケア受講生) / 4,000 円

- 基礎編に参加していること (同日含む)
- 補足テキストの「ガイドブック」を事前購入していること (ガイドブック 6,300 円 代引手数料 315 円)



### スクーリング、講習会のお申し込みについて

●お名前と受講番号(もしくは会員番号)をご用意の上、電話にてお申し込みください。

TEL : 03-5928-3100

●お申し込みいただいたスクーリング&講習会費用は、お申し込み当日もしくは翌日までに下記指定銀行口座のいずれかにご送金ください。お振り込みの際には、お名前の前に必ず数字の「2」(判別NO)をお書き添えください。

●お申し込みいただいたスクーリング&講習会のキャンセルは、そ

の開催日の1週間前(土日祝を除く)までとさせていただきます。開催日1週間以内のキャンセルの場合は参加費用のご返金はできませんので予めご了承ください。

●セミナー開催日当日のお申し込みはできません。

●参加者が開催人数に満たない場合には、中止となることがあります。開催の可否は、各会場2週間前に決定しますので、開催間際のお申し込みを避け、お早めにお申し込みください。

#### 【SOME チケットについて】

◎一般受付が可能なスクーリング・セミナーに関しては、SOME チケットのご利用が可能です。希望の方は、お申し込み時にチケット使用の旨をお知らせください。

#### 【スクーリングの託児について】

◎スクーリングでは、ボランティアの協力がある場合に限り、会場内での託児をお引き受けします。託児希望の方は、受講お申し込みの際に希望をお申し出ください。(託児料 500 円) 尚、隣席での同伴参加もできますのでご相談ください。

◎また託児ボランティアを随時募集しています。申し込み期日は各会場開催日の一ヶ月前まで。CCC 以上でスクーリングに2回以上参加している方でしたらどなたでも可能です。MC 本部までお電話ください。

#### お振込み先

●三菱東京 UFJ 銀行 池袋東口支店 普通 1920305

●ゆうちょ銀行 00170-4-122869

●名義 / 日本アロマコーディネーター協会

## 伝え方のノウハウを学ぶ、実践講習会! チャイルドケアインストラクター (CCI) 養成講習会

東京 / 7月22日 (日)  
大阪 / 8月5日 (日)

CCIとして活動したい方のための指定講習会です。CCIとしてチャイルドケア講座を指導するために、それぞれの章の意図やポイントをおさえ、より認識を深めスキルを高める内容です。さらに、実践的な指導を目指すためのノウハウを、実技、ワークショップやディスカッションと幅広い内容で行います。

「どうやって教えたらいいの?」「私でも教えることができるようになるの?」と不安になっている方にもお勧めの、実践的な

内容になっています。また会員同士の交流も深まり、さまざまな情報交換の場ともなっています。参加資格を満たせば受講中の方も参加可能です。基本的にCCIを目指すための講習会ですが、CCI受験を強いるものではありません。

### ◆会場

東京 / カルチャーキューブ渋谷校

大阪 / カルチャーキューブ大阪心斎橋校

◆時間 / 10:00 ~ 16:00

### ◆内容

午前 / 養成講習会の規定の学習を行います  
午後 / ワークショップ、ディスカッションなど (毎回内容を少しずつ変えていきます)

### ◆参加資格 (以下の全てを満たす方)

- ① CCIを目指す MC 会員の方
- ② スクーリング応用編に 1 回以上参加された方
- ③ ガイドブック購入者

### ◆受講料

初回参加 / 6,000 円

2 回目以降の参加 / 3,000 円 (一律)

東京 / 11月4日 (日)  
大阪 / 11月18日 (日)

## チャイルドケア (CC) 認定加盟校 指導者養成講習会

CC 認定加盟校開校のための指導者養成講習会を開催します。加盟校開講に必須の講習会です。当日は開校にあたり、CC 本部との面談を兼ねた加盟校規約の再確認を行い、その後松本先生に講座指導に当たっての心構えやポイント、注意点などをレクチャーしていただきます。この講習会への参加で認定加盟校登録の手続きが全て終了となり、チャイルドケア・コーディネーター (CCC) のライセンス対応通学講座の開講が可能です。

### ◆会場

東京 / カルチャーキューブ渋谷校

大阪 / ジャパンライフ新大阪丸ビル新館

◆時間 / 10:00 ~ 15:00

### ◆内容

【規約説明会】 認定加盟校の規約の再確認と、CC 本部との情報共有、質疑応答

【指導者養成講習会】 松本美佳先生より、CC 講座の指導のポイント、主宰者としての心構え等のレクチャー、質疑応答

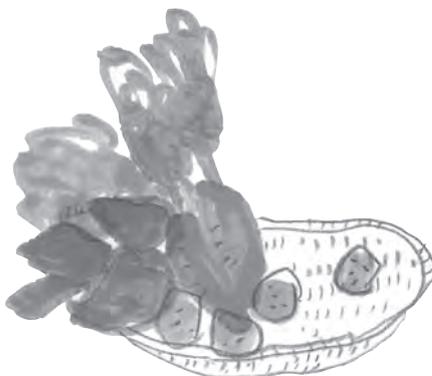
◆受講料 / 10,000 円

### 認定加盟校開校の条件

- ・ MC 会員であること
- ・ CCI ライセンス取得者であること

### 認定加盟校の詳細

開校のための案内資料をご希望の方は、CC 本部までご連絡ください。CCI 取得済みの方であれば資料請求が可能です。



※旧制度にて CCI 合格時に「スクーリング講師」登録をしている方は、加盟校登録料が免除されます。追加条件 (加盟校指導者養成講習会の出席) を満たせば加盟校として開校が可能です。お問い合わせは CC 本部まで。



### 認定加盟校開校の流れ

加盟校を希望する方は、CC 認定加盟校の申請書を本部に郵送します。



CC 本部より申請受理の連絡後に、登録料をご送金ください。

加盟校登録料 31,500 円



登録が済んだ方には指導マニュアル、運営書類一式をお送りします。



加盟校指導者養成講習会に必ずご出席ください。

CC 本部より加盟校規約の説明・確認と、松本先生による養成講習会を行います。

参加費用 10,000 円



### 認定加盟校開校

・本講座と同内容の通学カリキュラムを指導することができます。

・スクーリング (基礎編) を開催することができます。

# 第10回 CCI ライセンス認定試験実施要項

今秋の CCI ライセンス認定試験のお知らせです。現在、認定試験は、年に2回東京と大阪の会場で実施しております。以下の実施要項や期日をご確認ください。CCI になられた場合は、チャイルドケア

の加盟校を主宰するチャンスにもつながります。また、今回の合格者は年内の加盟校開校も可能です。ぜひ、チャレンジしてみませんか？

## ◆会場

東京／カルチャーキューブ渋谷校  
大阪／ジャパンライブ新大阪丸ビル本館

## ◆条件

CCI 養成講習会の参加が必須です。日程を確認してください。

## ◆試験内容

在宅：筆記試験・企画書作成  
会場：面接試験

## ◆受験料／21,000 円

	面接試験日 (16:30開始予定)	受験願書請求～受験手続き締切	在宅試験問題発送日
東京	9月15日(土)	7月17日(火)～8月10日(金)	8月17日(金)
大阪	9月23日(日)	7月23日(月)～8月17日(金)	8月24日(金)

※受験願書は CCI 養成講習会の参加時に配ります。この夏の CCI 養成講習会に参加できない方はガイドブック P.111 を確認し、受験願書を請求してください。

松本美佳先生  
主催講座  
(託児も可)

## チャイルドケアの家庭教育講座

# おかあさんと子どもの毎日が楽しくなる方法

本講座の講師である松本先生は、JAA の加盟校を主宰しています。今回その松本先生のスクール M's touch 主催でチャイルドケアを通して、さまざまな家庭教育の大切さを伝える講座を開講します。

様々な観点から家庭で楽しむコツを知っていただく内容になっています。



## ◆主催

ナチュラルセラピースクール  
M's touch 松本美佳

## ◆会場

横浜 八洲学園大学7階 (7A 教室)  
横浜駅より徒歩 10 分

## ◆受験料

一般／3,500 円  
MC 会員／3,000 円  
会員と同伴の一般の方も同料金となります。

## ◆お申込み方法

お申し込みは、メールまたは、ファックスで下記の内容①～⑥をご記入のうえお送りください。受講費の振込方法などお知らせします。なお、ご入金後の返金は一切お受けできませんので、ご了承ください。お問い合わせは、すべ

てメールでお願いします。お電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

- ①お名前 (ふりがな) ②ご住所
  - ③メールアドレスまたは、FAX 番号
  - ④お電話番号 ⑤参加人数
  - ⑥託児または同伴希望の有無
- お子様の年齢もお書きください。

## ◆連絡先

メール／mstouch@nifty.com  
FAX／03-3775-3352  
松本鍼灸接骨院内  
ナチュラルセラピースクール  
M's touch



	日時	時間	テーマ	内容の一部
第1回	7月11日(水)	10時～12時半	自然療法とホームケアを見直そう	ハーブティー
第2回	9月12日(水)	10時～12時半	「ふれあい上手」は心を育てる(仮)	ハンドマッサージ
第3回	11月14日(水)	10時～12時半	五感と直感でケアしましょう(仮)	イメージワーク

チャイルドケア認定加盟校主催の講習会です。詳細は直接下記連絡先までお問い合わせください。

加盟校主催  
講座の  
お知らせ



チャイルドケア  
1day セミナー

## チャイルドケアのタッチ

ふれあうことの大切さを心で感じながら、  
実際にお子さんとおふれあいましょ。  
「ふれあい」はからだだけでなく心へも作  
用します。方法や順番にこだわらず、この  
機会にチャイルドケアのふれあいを体感し、  
お子さん自身の心に触れてケアしましょ。

- ◆主宰者/チャイルドケアスマイル 金子法子
- ◆開催地/東京都西東京市
- ◆開催日時/7月第1,2週の木曜、金曜  
10:30~12:00
- ◆費用/1,500円
- ◆連絡先/nomrm0747@yahoo.co.jp

加盟校  
主宰者様へ

平成24年9月

## チャイルドケア・コーディネーターライセンス 認定試験実施要項——通学講座：受験手続きの流れ

### ◆試験日

平成24年9月30日(日)

### ◆受験資格

平成24年9月28日(金)現在、協  
会が指定する各スクールの所定のカリ  
キュラムを修了し、修了証書を有して  
いる者(所属スクールの修了証のコ  
ピーが必要)

### ◆試験形式

理論試験(記述・選択)90分  
小論文60分

### ◆受験料/10,500円(税込み)

### ◆振込先

●三菱東京UFJ銀行 池袋東口支店  
普通 1920305

日本アロマコーディネーター協会

### ●ゆうちょ銀行

00170-4-122869

日本アロマコーディネーター協会

### ◆受験願書の提出期間

平成24年7月30日(月)~  
平成24年8月31日(金)(必着)

※認定試験の合格発表は10月上旬、  
JAA正会員登録手続きの期限は11  
月末、登録者へのライセンス証等発  
送は12月下旬です。

※ホームスタディ講座の受講生は別規  
定となります。



## CCCライセンス取得

おめでと

今後の更なるご活躍を心よりお祈りしています。

### ◆チャイルドケア・コーディネーターの皆さん

河崎かおり/小杉律子/清水美里/近藤敏子/藤原菜美/水谷玲奈/安部愛/井門裕子/遠藤知香/  
坂本祥子/高橋由美子/原田真矢/河村亜規子/田中亜弥子/金子由美/西岡美和子/伊藤久美/生  
澤優子/山形未来/池本由香子/谷香織/勝俣容子/青木恵美子/南原あい/石井祥子/本山裕佳子  
/木内志姫/沼畑佳代/井はる奈/平みほ子/福田淳子/狩野美幸/大木麻美子/江ヶ崎雅代  
(敬称略/2012.02/01~2012.05/15付け34名)

### ◆チャイルドケア・インストラクターの皆さん

桑原のみ子(広島県)/中村純子(大阪府)/大下瑞恵(広島県)/下井由美子(大阪府)/橋本貴美子  
(滋賀県)/徳留久乃(東京都)/鴨下徳子(東京都)/佐野美佐子(東京都)/(敬称略8名)

### MC会員の更新手続き

下記の受講番号に該当する方は、今後のレポ  
ート提出にはMC会員の更新が必要です。(更  
新手続き書類7月上旬郵送)更新をされない  
方は、次号より本誌ピーカーブーのお届けもス  
トップします。予めご了承ください。

### ●受講番号(最初の5桁)

AC09-6 / AC10-5 / AG09-5 / AG09-6 /  
AG09-8 / C011-5 / C011-6 / C011-7 /  
C011-8

原稿募集! メンバースメールや活動報告など誌面を利用して発表してみませんか?

## 日本アロマコーディネーター協会 チャイルドケア本部

〒171-0022 東京都豊島区南池袋 1-25-9 今井ビル 6F TEL/03-5928-3100 FAX/03-5928-3500  
E-mail/info@childcare-jp.com URL/www.childcare-jp.com/ ●MC会員専用ページログイン方法/ログインID:CC パスワード:mckaiin