



# **A**ctivity Report

---

研究活動報告

## 子育て支援プログラム活動報告

### 一 はじめに

本稿では、甲南大学人間科学研究所、および、甲南大学心理臨床カウンセリングルームの共同で開催された、子育て支援プログラムについての活動報告を行う。

今年度開催された子育て支援プログラムは、「親子相談」、「うりぼうくらぶ」、「安心感の輪」子育てプログラム、「子育てサークルまつほっくり」の四種類である。

### 二 親子相談

親子相談は、第一・三火曜日の午前中に相談日を設けている。対象は、子どもの発達や子どもへの関わりかたなど、育児に関して不安や悩みを抱える保護者である。本年は計二回開設し、相談に応じた。

### 三 うりぼうくらぶ

うりぼうくらぶは、毎月第二・四火曜日午前中に開催している。対象者は、就学前の子どもとその保護者で、毎回予約制有料で行っている。活動内容は、主に設定遊びと自由遊びの二部から成る。前半の設定遊びは、親子のふれあい遊びや手遊び、季節に合わせた製作などが含まれる。後半の自由遊びの際には、スタッフが、親子や参加親子同士の交流を促すこともある。本年は、計十六回開催した。参加者からは、「集団生活の練習になる」「同じ年頃のお子さんたちと一緒に遊べたり、おもちゃを互いに譲り合ったり、順番を守ることなどが経験できるのがいい」などの声が寄せられた。

また、七月には私立の保育園からの依頼により、園児を対象に「なつまつり」を開催した。その際、見学を希望した保護者も来所した。保護者が子どもと一緒に遊び、また気軽に育児に関する相談ができる場として利用できるよう、今後も様々な工夫を凝らしていきたい。

### 四 「安心感の輪」子育てプログラム

0歳児をもつ保護者二名を対象に、「安心感の輪」子育てプ

プログラム (Circle of Security Parenting®) を行った。本プログラムは、子どもの心身の発達に重要な「アタッチメント」に焦点づけた親子関係支援である。保護者は、心理教育に重点を置いたDVDを視聴しながら、子どもの行動を観察したり、子どもの欲求や気持ちについて考えたり、自身の気持ちについても話し合う。参加者からは、「自分の子育てについて話すだけでなく、DVDを見て、客観的に子どものことを考えることは新鮮だった」との感想が寄せられた。

## 五 子育てサークルまつぼっくり

子育てサークルまつぼっくりは、昨年度まで「プレイグループどんぐり」と同時並行で、就学前の子どもとその保護者を対象とし、保護者と子どもがそれぞれのグループに分かれて活動を行っていたプログラムである。しかしながら、今年度は諸般の事情により、保護者中心のプログラムへと活動の重心を移動させ、「子育てサークルまつぼっくり」というタイトルに改めた上で、小学校三年生までの保護者と対象者を広げ、利用者の必要に応じて託児を設定する体制をとることとした。枠組みを変化させたことの影響か、前期と後期の年間二クール開催予定であった前期分の申込者が一名となり、グループ活動としての体をなさないと判断、開催を見合わせなければならなかった。

その代わりというわけではないが、八月に一回きりのグループ活動「子育てサークルまつぼっくり夏休み特別企画 お母さんの夏休み」を開催した。さらに、今年度後期は当初の予定通り、子育てサークルまつぼっくり(以下、まつぼっくり)を開催した。

以下、それぞれの活動について報告する。

### 五―一 子育てサークルまつぼっくり夏休み特別企画

お母さんの夏休み

以前から、かつてまつぼっくりに参加していたものの、現在は転居などで地元を離れた、または参加の対象から外れてしまった、いわゆる、まつぼっくり「卒業生」のための機会を設けてほしいという参加者からの声は根強くあった。それだけ参加者にとっては、まつぼっくりが重要な意味を持つ場であった、ということなのだろう。一方で、一クール、四、五回という、二ヶ月またぎのプログラムは参加のハードルが高いのではないかという懸念は、新道がまつぼっくりを担当するようになってからずっと持っていた。

そのため、まつぼっくり「卒業生」もそれ以外の方も参加可能で、なおかつ一回きりのグループのプログラムを開催してみることにした。開催時期は、幼稚園・小学校の夏休み期間で、

地元を離れた親子でも参加しやすい時期に設定し、また夏休み時期なので子どもは基本的に在宅しているであろうから託児も行うことにした。タイトルを「お母さんの夏休み」として、子どもの夏休みは、お母さんしてみれば休みなどではなく、むしろ多忙な時期となること、そのためお母さんにも夏休み気分を味わえる場を提供できれば、という旨の文章の入ったチラシを近隣の役所、公的施設、小児科などに送付し、広報をした。もちろん、父親の参加も可能であり、開催趣旨の説明の文章にはそのことを明記したものの、反応はなかった。

結果的に集まったのは、これまでもまっぼくに参加したことのある、「卒業生」二組の親子、全員で四名だった。今回の企画に賛同してくださった、本学名誉教授の松尾恒子先生が講師として参加してくださった、参加者の最近の子育ての様子を聞きながら、まっぼくくりへの要望も聞き取る会となった。

五―二 子育てサークルまっぼくくり 二〇一五年度後期  
(第二十六期)

先のお母さんの夏休み」で聞かれたまっぼくくりへの要望とは、おおよそ以下のようなものであった。母親は日頃から子育てについてさまざまにプレッシャーにさらされており、結果非常に肩に力が入った子育てを強いられている。しかし、まっ

ぼくくりに参加すると、他の家庭も同じようなことで悩んでいることを知ることで、悩みや解決方法を共有することができる。また、臨床心理士がファシリテーターを行っていることで、ママ友同士のおしゃべりとは違う質の話し合いを行うことができ、また、適宜専門家から子育てについてのアドバイスやヒントが得られる。仲間がいること、専門家が入っていることで、子育てについて力を抜くことができるようになることが参加の大きな意義となっている。子育ての悩みは、子どもが発達するにつれ、その都度変わっていくものであり、年齢が上がるほど複雑化していくようなところがあるので、まっぼくくりのような支援は続けてほしい。

以上のような要望があったため、二〇一五年度後期のまっぼくくりは、本章冒頭で述べたように、試験的に対象を広げ、小学校三年生までの子どもをもつ保護者、とした。さらに、募集チラシのキャッチコピーを「お母さんのチカラ」として、近隣の役所、公的施設、小児科などに広報を行った。もちろん今回も父親の参加も可としたが、反応はなかった。宣伝期間との兼ね合いで、今期は全四回のプログラムとなった。

今期の参加者は、新規二組を含む、四組の親子となった。保護者は四名、託児を利用する子どもは二名の計六名。参加のべ人数は、保護者十四名、子ども六名であった。まっぼくくりのスタッフは、後述の通りであり、託児のスタッフは、修了生三

名、修士課程在籍中の大学院生二名、ルーム相談員一名である。以下に各回のプログラムとその内容を紹介する。

#### 第一回…「グループワーク」

ファシリテーターは、本学修士生の甲斐暁子先生である。今回は新規参加の保護者が二名ということもあり、自己紹介を兼ねたワークを行った。

#### 第二回…「心の風景を描いてみよう」

本企画担当の新道がファシリテーターとなり、参加者全員が同時並行で風景構成法を描いてみた。似たような境遇にありながらも、描かれた作品は個々によつて大きく異なり、それぞれのおかれた状況を微妙に反映しているような点が、参加者にとつて興味深かったようである。

#### 第三回…「茶道体験」

本学学生相談室の友久茂子先生に出講していただき、十八号館のグループワーク室を使って茶道の体験を行った。二十分程度、茶道について紹介するビデオを観たのち、友久先生から作法についてのレクチャーを受けながらお茶をいただいた。参加者は、普段の子育ての生活では味わえない時間の流れを経験したようである。

#### 第四回…「アルバム作り」

まつぼっくりでは、一クールごとに参加者が自らの子育ての

様子や所感を記した文集を発行している。この文集をたまに見直すことで、まつぼっくりに参加していたときを思い出し、子育てにまつわる力が抜けるという声もあった。今回は欠席者があつたりしたこともあり、文集は横に置いて、講師として参加してくださった松尾恒子先生を囲んでの子育て座談会となった。

まつぼっくりの企画担当者が新道に交代して、初めて新しい参加者を迎えての開催となった。今回は保護者同士が子育てについての知恵や経験を共有することの力を強調したいという思いで「お母さんのチカラ」というキャッチコピーを考えましたが、むしろ肩に力が入りすぎていることが問題だったのではないかと、力を抜くことをテーマにしてもよかつたのではないかという反省点が残った。

#### 六 おわりに

以上、今年度の子育て支援プログラムについての報告を行った。

来年度も引き続き、地域の子育て支援を行う場、臨床心理士による地域貢献の場として、各種の活動を続けてゆく所存である。

(新道 賢一・岩本 沙耶佳)

## 園芸療法活動報告

学生相談室では、二〇〇〇年度より人間科学研究所との共同研究事業として、園芸療法活動を実施している。研修会と学生向けのグループプログラムの二種類を行いたいと思っているのだが、予算の有無と外部講師との日程調整の難しさゆえ、研修会の方は残念ながら二〇〇八年以降開催できていない。研修会はスタッフが園芸療法への知識を深める良い機会となるので、今後もしもあきらめずに開催する努力を続けたい。以下、学生向けの園芸療法活動を中心に報告する。

学生相談室では、毎週金曜日の午後、学生向けの「金曜Reアワー」という自由参加型のグループを開催しており、その中で季節に合わせて園芸療法プログラムを導入している。今年、前・後期合わせて計四回実施した。内容は、プランターでの野菜作り、サツマイモの苗植えと寄せ植え（五月）、サツマイモの収穫と試食（十一月）、クリスマスアレンジメント（十二月）である。また、プログラム以外に、春休み（二月末）にスタッフだけで入学・進学の時期に間に合うように春の草花の寄せ植えをした。相談室内やエントランスに飾られた春の花々が来室者を歓迎するように四月に咲き誇り、新入生や来室

した学生に春という季節を味わい楽しんでもらうことができた。このように、生きている植物を相談室スペースに飾り、季節を視覚や臭覚など五感で味わってもらうことも園芸療法のうちだと考える。

前年に引き続き、五月にプランターでの野菜づくりと寄せ植えを二回に分けて行った。（写真①）一日目にまず、駐車場でプランターに野菜の苗を植えた。作業場所・設置場所は、学生の目に触れやすく日当たりのよい18号館入口の駐車場である。今年、オクラ、トマト、サニーレタス、きゅうり、バジル、ルッコラを植えてみた。次に、園芸療法スペース（学生相談室屋上）に移動し、サツマイモの苗を畑に植えた。（写真②）二



写真① プランターでの野菜作り (2015年5月22日)



写真② サツマイモの苗植え (2015年5月22日)

日目にピオラやパンジーなどの春の花々の寄せ植えをした。今回男子学生が多く参加しており、花を一切使わずセージと木だけのシンブルな作品や、アイビーがメインの大胆な作品が作られ、興味深かった。

今年の夏は、盛夏期こそ暑さは厳しかったが、その期間が非常に短かった。エルニーニョ現象の影響でお盆過ぎからオホーツク海高気圧の影響が強まり、八月下旬の気温は平均より大幅に低くなった。私たち人間には過ごしやすい気候であったが、植物にとってはあまりよくなかったのである。前年度に比べると野菜のサイズは小さく収穫量も少なかった。そのため、今までは七月に入ると毎週ランチアワーにてサラダを提供してい



写真③ ランチアワーにて試食 (2015年7月13日)

たが、今年に残念ながら試食できる機会は一、二回しかなかった。(写真③)ちなみに、ランチアワーとは昼休みに学生相談室のサロン室で学生とカウンセラーが昼食を持ち寄り一緒にご飯を食べる催しで、現在週二回のペースで開催している。少ないサラダを参加メンバーで慎ましく分けて味



写真④ サツマイモ畑 今年葉も茂らず... (2015年10月30日)

見をした。

サツマイモについても同様で、今年の収穫量は激減し、個々のサイズの小ぶりであった。(写真④⑤) 昨年も収穫量は少なかったのだが、昨年よりもさらに不作で非常に残念な結果となった。このように、命を扱う園芸療法は計算できない気候にも左右され、なかなか思い通りにいかない。今回はReアワーで植える作業に携わった学生やランチアワーで試食した学生たちと「残念だったね」「なんでだろうね」と語り合い、がっかりした気持ちをグループの中で共有をはかった。収穫した少量のサツマイモ(紅ア



写真⑤ サツマイモの収穫 今年さらには不作... (2015年10月30日)





写真⑥ クリスマス・アレンジメント 共同制作  
(2015年12月11日)

大ぶりの木も用意された。昨年と同様、一人一本ずつ花を選び、順番にオアシスに刺していく。最後にはダイナミックな共同アレンジメントが二株完成した。現在18号館の入り口に飾っているのので、ぜひ見ていただきたい。(写真⑥)その後、個人で小さなアレンジメントを自由に制作した。母に

ズマ)と、スーパーで購入した鳴戸金時を追加して、スイートポテト風クッキーを作り試食した。今年のサツマイモは小ぶりだったが、中身はきれいな黄金色で大層甘みが強かった。鼻根目かもしれないが、スーパーの鳴戸金時よりおいしかったように思う。今回は、学生達が植物の成長を通じて悲喜交々を共に味わったことで、お互いの対人距離を近くしていく様子も見られ、グループとして有意義な時間を過ごすことができたと思う。最後に、十二月中旬クリスマスにちなんだアレンジメントを製作した。バラやカーネーション、ラナンキュラスなどの花に加えて、注文の際に男子学生が関わることを伝えると、花屋さんの配慮で大ぶりの黄金ヒバやサツマ杉など男性が好みそうな

プレゼントをしたという男子学生がいて、微笑ましかった。今回ほとんどの学生がアレンジメントを初めて体験し、「おもしろかった」「みんなでやると楽しい」と感想を述べていた。今年度の園芸療法プログラムでは、あらためて生きた植物を扱う難しさを実感した。天候に左右され、思うような収穫量を得られなかった。しかし、うまくいかなかった体験をグループのこととしてみんなで共有できたことは、グループとして意味のあるワークにつながったと考える。今後も自然に触れ合う機会を提供する場として、学生相談室という限られた場でできる工夫を模索しながら、園芸療法プログラムを実施していきたい。

(渡里 千賀)