

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と甲南大学心理臨床カウンセリングルームの共催で実施された子育て支援事業についての活動報告を行う。今年度は、「親子相談」「うりぼうくらぶ」「子育てサークルまつばつくり&プレイグループどんぐり」が開催された。

二、親子相談

親子相談は、第一・三火曜日の午前中に、就学前の子どもをもつ保護者を対象としている。子どもの発達や子どもへの関わりかた等、育児に関する不安や悩みを抱える保護者が気軽に相談できる窓口として設けている。本年度は一組の親子が利用した。

三、うりぼうくらぶ

うりぼうくらぶは、第二・四火曜日の午前中（十一時から十二時半）、年間二四回開催した。対象は地域に住む就学前児と保護者である。本年の利用者は、新規四二組、のべ一六五組三九九名の親子が利用した。うりぼうくらぶは、子どもの遊び場や保護者の交流および相談の場となることを目的とし、本学の一室を使用し、親子が同室で過ごす。スタッフは、本学心理臨床カウンセリングルーム相談員（筆者）と本大学院修士（臨床心理士）、本大学院生一名から構成される。前半は親子ふれあい遊びや手遊びなど、親子の関わりを促進するような設定遊びである。また、季節に合わせたプログラムも取り入れている。後半は、自由遊びである。子どもの自発的な遊びを尊重しつつ、親の育児相談や親同士の交流を促進するような場を設けている。参加者のなかには、子どもの幼稚園や保育園入園を控え、集団生活の練習を目的としている者もいる。参加者からは、「たくさんの子どもと触れ合う機会ができてよかった」「季節のプログラムや家でできない内容が多くてよい」などの感想が寄せられた。

四、子育てサークルまっぼっくり&プレイグループど んぐり

子育てサークルまっぼっくりは、子育て中の親が、非日常的な体験を通して、自身を振り返ったり、子育てについて学んだり、保護者自身がリフレッシュすることを目的としている。0歳から学齢期までの子どもをもつ保護者を対象に、一クール全五回のグループ活動を年間二クール行った。プレイグループどんぐりは、子育て経験者や本大学院生が子どもの託児を担当した。

四―一、二〇一六年度前期(第二七期)

第二七期は、新規参加者四名、継続参加者三名、計七名の保護者と子ども二名が参加した。

第一回…「体験ワークⅠ」筆者がファシリテーターを務め、参加者が自己紹介も兼ねたグループワークおよびフリーデイスカッションを行なった。主に、子育てについての悩みや情報交換について話し合われた。

第二回…「体験ワークⅡ」筆者がファシリテーターを務め、コミュニケーションについて考えるグループワークの後、フ

リーデイスカッションを行った。参加者からは、「みなさんの子育ての悩みを聞いて心が楽になり、リフレッシュすることができた」との感想が寄せられた。

第三回…「アート体験」本大学心理臨床カウンセリングルームの内藤あかね相談員を講師に迎え、パステルカラーを用いて描画した。参加者からは、「自分の気持ちや考えを色であらわしながら、客観的に心を整理することができて、すっきりとした気持ちになった」「きれいな色を見ているだけで幸せな気持ちになった」との感想が寄せられた。

第四回…「茶道体験」本大学学生相談室の友久茂子相談員を講師に迎え、茶道の知識や作法の意味などをご教示いただき、参加者がお茶をたてる体験をした。参加者からは、「日常とは違う異空間にとても気持ちが洗われ、育児とは思えないほど、ゆっくりゆったりとしたひとときを過ごすことができた」「日頃ない静の時間を大切に過ごせた」と感想が寄せられた。

第五回…「子育てのお話」本大学名誉教授の松尾恒子先生を講師に迎え、「甘えと自立」をめぐって、参加者が話し合った。

全体を通して、参加者がこれまでの育児を振り返り、子どもへの関わりについて確認したようだった。また、グループ参加をきっかけに夫婦で子育てについて話した参加者もい

た。一方、プレイグループどんぐりに参加した子どもは、回数を重ねるにつれ、スタッフだけでなく子ども同士の交流も増え、遊びも活発になった。

四―二、二〇一六年度後期（第二八期）

第二八期は、新規参加者一名、継続参加者三名、計六名の保護者と三名の子どもが参加した。

第一回…「体験ワークⅠ」筆者がファシリテーターを務め、参加者が自身の価値観を見つめなおすことを目的としたグループワークを行なった。

第二回…「アート体験」本大学心理臨床カウンセリングルーム内藤あかね相談員を講師として迎え、参加者は「過去・現在・未来」をテーマに描画をした。

第三回…「体験ワークⅡ」筆者がファシリテーターを務め、参加者は母親や妻としてだけでなく、個人としてのこれまでの経験に焦点を当てて振り返るワークを実施した。

第四回…「茶道体験」本大学学生相談室の友久茂子相談員を講師に迎え、五感に注意を向けながら茶道体験を行った。

第五回…「子育てのお話」本大学名誉教授の松尾恒子先生を講師に迎え、子育てについて話し合った。

全体を通して、参加者が子どもと離れて自分のことを話したり、昔のことを思い出したりする作業を通して、自身の気持ちや考えをグループのなかで表現した。また、親子ともにリフレクシユできた期間だったと感想を述べた参加者もいた。一方、プレイグループどんぐりについて、子どもたちは回数を重ねるごとにスタッフとの関係性が構築され、子どもが安心して過ごし、遊ぶ時間が増えていった。

五、おわりに

現在は、近隣の小児科や児童館などに案内を配布し、参加利用者を募っている。今後は、参加者のニーズに沿った実施内容の検討および検証を改めて行い、地域に根ざした子育て支援活動をより発展させていく所存である。

（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、園芸療法活動を研修会と学生向けのグループプログラムの二本立てで実施してきた。残念ながら、研修会は、予算の問題と外部講師との日程調整が困難であることから、二〇〇八年以降開催できていない現状が続いている。園芸の専門家からの指導・研修を受けることは、スタッフが園芸療法への知見を深め、より良いプログラムを学生に提供できるようにするヒントを与えてもらう機会となると思うので、今後もあきらめずに研修会を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、毎週金曜日の午後には、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。今年度は、前・後期合わせて計四回実施した。内容は、サツマイモの苗植えとプランターでの野菜作り（五月）、サツマイモの収穫と試食（一〇月）、クリスマスアレンジメント（一二月）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

を行った。実際作業を行ったのはスタッフだが、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かのよう四月に咲き誇り、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、生きた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。

五月二一日に、学生相談室屋上の園芸療法スペースの畑にサツマイモの苗を植えた（写真①②）。サツマイモの苗は市場で出回る期間が短く、店頭で事前予約ができないため、グループの実施日を前もって計画しづらいことが難点であった。そのため、今回初めてネットで苗を注文することにした。しかし、四



写真① サツマイモの苗植え

月に起こった熊本地震のため、一時交通網が不通となり、注文できるかどうか懸念したが、幸い杞憂に終わり苗は無事に到着した。毎年のことだが、こちら側ではコントロールできない自然や命を扱う園芸の難しさを痛感した。

畝で畑を耕し、石灰や赤玉などの肥料を加え、畝を



写真③ プランターでの野菜作り



写真② サツマイモの苗植え

作る。かなり力を使う作業であるが、学生からは「ストレス発散になった」「汗をかくのは結構気持ちがいい」など前向きな感想をもらった。

そして、翌週の二七日に、プランターに野菜の苗を植え、一八号館入口の駐車場に設置した。今回は、ミニトマト、きゅうり、オクラ、パプリカ、バジルを植えた(写真③)。二週続けて参加した学生は、かなり作業に慣れ、細かく指示をしなくても自主的に動く姿が見られるようになった。

今年暑さが厳しく毎日水やりをしても水がすぐ乾いてしまうほどであった。トマトとバジル、きゅうりはよく実った(写真④⑤)



写真④ トマトが赤くなってきました



写真⑤ 収穫したバジル

が、残念ながら、オクラとパプリカはあまり実がならず、特にパプリカの成長は遅く、実ったのは夏休みに入ってからであった。収穫した野菜は、六・七月にグループ活動の場で学生たちと試食した。バジルは六月の金曜日。アワー『ピザを作ろう』で具として使用(写真⑥)、七月中旬に入ると毎週ランチアワーにてきゅうりとオクラとミニトマトの野菜サラダを味見した。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。

サツマイモについても同様で、葉がなかなか茂らず、収穫時期は例年より一週間ほど遅れ、収穫量は少なかった。一〇月二



写真⑦ サツマイモの収穫



写真⑥ ピザにトッピング



写真⑧ サツマイモの収穫・第2弾

八日に収穫したものはまだ小さかったので、一〇日後に再度収穫した(写真⑦⑧)。収穫量の少なかった昨年と比較すると、少し増加したようだ。また、個々のサイズが大ぶりで、甘みは強くおいしかったように思う。収穫した日に、昨年と同じメニューである『スイートポテト風クッキー』を作り

試食した。その後、二週間後の学祭中の企画行事「たこ焼きパーティー」の時に、サツマイモご飯を作り味わった。

対人関係に不慣れであったり、苦手意識を持つ学生同士が、園芸や調理を一緒に行うことで、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。

今後、一二月には、バラやカーネーション、黄金ヒバナなど季節の草花の寄せ植えと、クリスマスにちなんだアレンジメントを製作する予定である。アレンジメントは個人の作品に加え、一人一本ずつ花を選び、順番にオアシスにさしていく共同アレンジメントの製作も計画している。

園芸療法プログラムでは、命ある植物を扱う難しさを伴うため、準備や手入れにかかるスタッフの負担は大きい。また、予測できない天候に左右され、思うような植物が育たないことも少なくない。しかし、園芸療法を通じて、対人関係が苦手な学生たちが、互いに歩み寄り協力して作業を行う様子を見ると、あらためて植物の持つ治癒力を実感する。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)