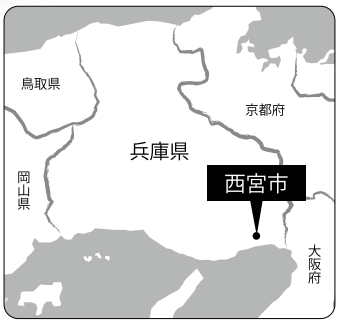
誰もが自分らしくいられる社会作り

兵庫県西宮市　NPO法人a little（ありとる）



■はじめに

2015年、妊娠や出産を機に外での仕事を手放して、家庭や子育てを優先してきた10人ほどの女性が「もう一度社会とつながり、何か役に立つことがしたい」「仲間が欲しい」と集まりました。語り合い、それぞれがマイストーリーを話しする中で、「産前産後は大変だった、助けがあれば良かった」という共通点を見つけることになりました。家庭や子どもを持つことは幸せなことであると同時に、家庭や子どもを優先しすぎて自分自身の思いや言葉を後回しにしてきたことにも気づきました。

そこから、安心して自分の話をしたり、他の人の話を聞いたりできるおしゃべり会を開催しつつ、タスクの多い産前産後の方が家事育児を少し手放して自分の時間や心地よいと思える人間関係作りへの余力を確保できるようにと家事サポートの活動を始めました。

それは何かの資格を持ったプロとして家事サポートに行くというわけではありませんでした。一人ひとりが生きてきた人生のすべてをキャリアと捉え、凸凹でも良いから等身大で助け合いの仕組みを作っていくチャレンジだったと思います。

今思い返せば、初めの3～4年は私たち自身が活動を通して思いや言葉を取り戻し、エンパワーメントしていった時間でした。

そこから2019年に「誰もが人生のどのステージに立っても自分らしくいられる社会を目指す」活動としてNPO法人を設立しました。

■取り組みについて

子育て世代＝当事者を真ん中に地域の中でSOSを出し合えるコミュニティを作ってきました。そのためにはまず顔を合わせること、存在を知り合うことが大切です。あらゆる出会いの窓口となるしかけを準備し多くの産前産後の家庭と出会ってきました。

ワンデイカフェでは、授乳中や産後の回復期の女性が安心して食事できるように、オーガニック食材を使いランチとスイーツを準備しました。カフェに来てくれた時にはご自分のための時間をとってもらえるようキッズスペースを設置し託児ボランティアがお子さんを預かりました。

カフェには出会いを求めて参加してくれる

方が多く、たくさんの小さなコミュニティが生まれていきました。

カフェ開催は事前準備のチラシ作成に配布、当日の設営、調理、接客、託児、片付けまで多くの役割があることで多くのボランティアが役割を持ち参加できるものでした。おしゃべり会を定期的に開き、カフェ同様、託児ボランティアがお子さんを預かり、主語を自分において語り合える時間を持ってもらい、自分らしさを思い起こす時間と空間を作りました。

こういった繰り返しのなかで、活動をしながら自分自身の産前産後を振り返り、自分自身が頑張っていたことを認識し、自身を認めていくことで癒されていきました。参加者側は、「私は大切にされている。大切にされていいんだな」ということを体感してもらうことで、今を認めていくことができました。

お話会の様子

助ける、助けられるは、同時に交換され、助け合いの循環が生まれました。

独自に食糧支援や交流会を開く中で存在が明らかになり、ＮＰＯや行政サービスにつなげ協働しています。より孤独な状況が重ならないように、交流拠点としての役割を果たせるように定期的にイベントを開催しています。

２０１９年にジョンソンエンドジョンソンの助成金事業の中で西宮の子育て世帯の課題を調査しました。調査結果より相談相手が親族以外にいないことが見えてきました。その親族でさえ仕事や介護で多忙のため話をする時間が取りにくく男女ともに孤独な子育てをしていることがわかりました。また自宅から半径1・5キロの徒歩15分の範囲に話せる人や場所があると子育てが楽になるということもわかりました。家事サポーターを起点に半径1・5キロの輪を西宮中に増やし、助け合える町づくりの必要性が見えてきたのがこの時です。家事サポーターや会員さんを起点に輪が広がり続けています。

２０２０年度から始まったＷＡＭの助成金事業ではひとり親支援というテーマで市内の支援団体の協働会議を呼びかけ具体的な連携につながってきました。

困窮世帯は市内に点在しており、存在が確認しにくいという特徴があります。

市長や行政職員、市議会議員との面談や勉強会などを開き、情報交換をするとともに当事者の現状を伝える機会を定期的に作っています。

また、西宮市は転勤族が多く結婚や出産を機に転入してくる家庭が多いことから転勤族のママサークル（転勤族ママ＆キッズ探検隊）が市内で一番メンバー数の多いサークルとなって

子育て情報マガジンtomoniを持って、ボランティアメンバーと西宮市長

います。また、仕事を持つ女性が増え、仕事をしながらも地域とつながっていくことが求められる中、働く女性が応援しあえる場づくりをしている「働くママの朝活会」の活動も盛んです。

チャリティ応援弁当
ひとり親家庭の食料支援の資金や、女性の就業支援になる

シニアボランティアも活躍

a littleを含め、市内で10年スパンで活動を続けてきた3団体でコラボして必要な資源の情報交換や支えあいの輪を広げるために、2022年より「西宮市未来作りパートナー事業」を活用し〝にしのみや子育てマガジンtomoni〟という子育て情報誌を発行しています。

市民や企業などから協賛・広告金を提供してもらうことで町全体で子育てを応援する仕組みになっています。

■新しいステージ

2023年度からは休眠預金の助成事業が始まりました。活動を始めて9年目にしてやっと常設の場を持つことができました。西宮市の中で一番乗降者数の多い阪急西宮北口駅の近くに3階建ての一軒家を借りて「a little house（リトルハウス）」を9月にオープンしました。

1階はカフェとチャリティショップ、2階がキッチンと事務所、3階がレンタルスペースという作りになっています。

いつでもここに来たら誰かと何処かとつながれる、うっかり本音を漏らしてホッとできる空間になるようにしつらえています。

これまでは公民館や、レンタルスペース、自宅を開放して作ってきたつどい場だったので出会う層は子育て世帯ばかりでしたが、シニアや独身の方、子育てが一段落した方、商店、地域団体や企業など、これまで直接的に出会えなかった層へと出会いが広がりました。

オープンしてから半年ほどで会員やボランティア登録者が飛躍的に増え、ご自身のできることで地域とつながりたいと思う方や団体企業が多くいることを目の当たりにし感動しています。

当事者を真ん中に活動を進めていくには多世代老若男女の協力が不可欠であり、祖父母世代の協力を得て活動をしています。また課題やテーマを越えて多団体や企業との交流が生まれ、互いを知ることで好循環が生まれています。

子育て世代はタスクが多く日々の生活を送るのがやっとなのが現状です。高齢化社会の中で、今やマイノリティであり、無力感を感じやすいですが、活動を通して「私たちは無力ではない。つながりあえば力になる」と実感しています。

地域の中で大人がつながりあい、豊かな人間関係を築いていく姿を見せることが、地域の子どもたちにできる一番のプレゼントになるかもしれません。人生を面白がる人、大きな人も小さな人も増やす場所＝a little houseの運営は始まったばかりです。

（NPO法人a little理事長　坂口裕子）