第2740地区 創立／1990年9月29日 認証／1990年10月22日

佐世保中央ロータリークラブ週報

会長：西村 浩輝／副会長：山瀧 正久／幹事：野村 和義

2013～2014年度RIテーマ
ロータリーを実践し
みんなに豊かな人生を

2013～2014 年度クラブスローガン

『淡々とロータリーを楽しむ』
ありがとうの心で

〒857-0872長崎県佐世保市上京町3-2セントラルホテル佐世保419号室 TEL.0956-25-5595 FAX.0956-25-3445 Mail.chuo-rc@theia.ocn.ne.jp

本日の出席率６８．４%: 会員数３８名・出席２４名・欠席１２名・出席規定免除会員（２） ２名・ビジター０名
前々回の修正出席率１００%: 出席２６名・メークアップ１０名・出席規定免除会員２名

会長挨拶／西村 浩輝君



九月に入り秋雨というおとなしい雨ではなく、台風15号、17号の影響で秋雨前線を刺激しゲリラ豪雨が続いたようです。各地で水害や竜巻による災害が生じておりますが、今日は少し涼しくなり楽になりました。

前回卓話者の佐世保海上保安部 早川部長へのお礼をニコニコへとの話がありましたが、それを青い羽根の長崎県水難救済会への募金とさせていただきました。早速、お礼の電話が私の事務所へ入った事を報告させていただきます。市内8RCの会長・幹事会が開かれました。親睦ゴルフ大会をどうするか、話し合いで今後各担当者で進めていくようです。竹本委員長のもと、国際交流委員会が開かれました。創立記念例会時の釜山蓮山RCの皆様の歓迎の件で、楽しい時間を過ごせる企画をお願いしておりますので楽しみです。又、故 徐 元浩14代会長の弔意の御礼が釜山蓮山 RC 安 鍾奭会長よりFAX がありました。

合気道には座りの呼吸法という基本技があります。合気道では呼吸を大事にします。自分の身体を動かすときとか、相手を動かそうとするとき、力を出さないと動かせないと思いがちですが、無理に引っ張ったり押したりすると、相手の身体は嫌がります。腰からの力でそっと押してあげると、気持ちよく相手が動いてくれます。この時は呼吸が素直になされている時ではないでしょうか。相手に合わせて体捌きをする。相手と一緒になって丸く角がないように動くことと思っております。相手を自分の思っているように、無理に動かしたり、争うことをやめることが大切だと思います。武術や芸能の基礎となるのが呼吸といえます。本当に呼吸は大切なものです。それを少しでも理解できたことは 幸せだと思えるこの頃です。今、呼吸していることに感謝しつつ終わります。ありがとうございました。

本日のビジター紹介

佐世保ロータリークラブ　　岡村 一郎様

幹事報告／野村 和義君

1．例会変更
伊万里ロータリークラブ
9月11日（水）12：30→18：30～
例会場　夜の例会のため

2．来　信
・ガバナー事務所
①第12回ロータリー全国囲碁大会のご案内
②青少年交換学生オリエンテーション開催のご案内
③ガバナー月信第6号執筆依頼
・公益財団法人九州盲導犬協会
創立30周年のご挨拶

3．伝達・通知
・本日例会終了後、理事会を開催いたします。
・来週は夜例会で川﨑伸一ガバナー補佐訪問例会、来来週は塩澤恒雄ガバナー公式訪問例会になります。

委員会報告

指山康二君
2週間前にオーストラリアに行って来ました。日豪協会の姉妹締結30周年と佐世保市とコストハーバーの姉妹締結25周年に出席しました。それから、佐世保南RCとコストハーバーRCが6年前に姉妹締結をしていまして、新たな調印式にも参加し、バナーの交換をしてきました。

結婚記念日

9月１５日　本田　実・由美　ご夫妻

今月のお誕生会員

昭和１１年　9月２０日　長富　寿人君

週報製作：会報・出席委員会／池永 隆司、長富 寿人、牟田 憲市、鶴田 明敏、古川 直記、糸瀬 新

(^_^) ニコニコボックス

西村浩輝会長・山瀧正久副会長・野村和義幹事
皆様こんにちは。台風に竜巻に桜島大噴火と地球が怒り狂ってる中、例会に出席頂き、心より感謝申し上げます。また、NPO法人子どもと女性のエンパワメント佐世保 理事長櫻井英子様のご来訪を心より歓迎申し上げます。本日は社会奉仕委員会によるクラブ協議会です。社会奉仕委員会の皆様、淡々と、どうぞ宜しくお願い致します。

長富寿人様
誕生日お祝いありがとうございます。また、日本にオリンピックが誘致できることを願ってニコニコします。

大久保厚司君
2週休みました。申し訳ありません。日本再生歯科医学会の座長、後輩のアラバマ大学教授―脂肪肝細胞による免疫再生で、先輩の東大理化学研究所 所長に叱を入れられました。日宇歯科からは2題の発表を無事終えました。

本田実君
結婚記念日のお花ありがとうございます。

本日の合計	10,000 円
本年度の累計	195,000 円

本日の卓話

《 ゲスト卓話 》

『 子育てはボランティア！？ 』

ＮＰＯ法人子どもと女性のエンパワメント佐世保
理事長　櫻井英子様



ご紹介いただきありがとうございます。櫻井英子です。平成19年親子広場よんぶらこオープンの際は、協賛金を頂きましてありがとうございました。現在7年目を迎えました。はじめの３年間は協賛金や助成金を4年目からは佐世保市地域子育て支援拠点事業として委託金で運営しております。昨年は、利用者が1万人を超えました。皆様のお陰です。ありがとうございました。

○子育て支援
「地域子育て支援拠点」といっても多分ピンと来る方は少ないと思います。現在佐世保市で「子ども子育て会議」という市長の諮問機関が設立されていて、そこでは平成 27 年度から実施予定の子ども子育て新制度について検討がなされています。子ども関係といえば、「保育所」「幼稚園」はもちろんご存知のことと思いますが、「子育て支援」という事業もあるのです。この「子育て支援」が、平成 27 年度から第 2 種社会福祉事業というくくりになりまして、「保育所」「幼稚園」と並ぶ事業になります。「子ども保育園」というもの耳なじみになってきてことかと思いますが、子どもに関する仕組みが変わろうとしているということです。これも全て、少子高齢化に伴っての社会情勢の変化によることです。

皆様が子どもの頃、近所に子どもはたくさんいて、いつでも遊べる環境があったと思います。しかし、私が子育てする頃でさえ、「公園デビュー」という言葉があったように、公園まで出かけなければ、近隣の子どもに出会えなくなっていました。現在は、午前中乳幼児を連れて公園に行っても誰とも出会えないんです。そのくらいの少子高齢化になっているんです。そこで、親子広場よんぶらこのような「地域子育て支援拠点」が佐世保に10箇所ほど作られているのです。親子広場のような場所にきて、初めてママたちが交流できて、相談も出来て、子育て情報を獲得できる時代です。私たちは先輩ママとして「孤立した育児」ではなく、「ママ友と一緒に育児」できる地域を作るお手伝いをしています。交流と相談、情報発信が3つの柱です。週5回10時半から15時半までアーケードの docomo ショップビル3階にあります。

○ボランティア
今回、社会奉仕・ボランティアというテーマでお話しするということですが、私は「子育て」は究極のボランティアではないかと思うのです。自宅で、もちろんただ働きの仕事ということですね。その割には、やって当たり前だから、ちゃんと出来なくてはならないものと思われていますね。それにお金もたくさんかかりますね。私が30代半ばの頃、ボランティア活動をするとこになった切掛けは、「子どもへの暴力防止プログラム」との出逢いでした。このプログラムは、子どもが「安心して自信を持って自由に生きていく権利がある」ということを伝えます。安心していいよ、自信を持っていいよ、あなたらしく居ていいよということをクラスでワークショップします。恐い目にあったり不安にあったら、あなたの安心自信自由の権利が奪われているってことだから、自分の権利を守るために何が出来るのかを子どもと一緒に考えていきます。

長男が中学に入学する前の秋、中学校でのいじめが世間で話題になっていた頃でした。私は、それまで特にボランティアしたいとか思うこともなく過ごしていましが。「子どもへの暴力防止プログラム」を自分の子どもに伝えたいと思ったのです。それと同時に、自分の子どもだけを見て育てていても子どもは育たないと気づいたのです。「子育て」で必要な「サンマ」といわれていますが、「仲間・時間・空間」（仲間と一緒に、たっぷり遊べる遊び場がある）この3つの「間（ま）」で表されるように、子どもが育ち・遊べる環境をつくることは重要なことです。「暴力防止のプログラム」も我が子一人が知るだけでなく、クラスの全員が理解して初めて、いじめや暴力を減らすことが出来るということです。

翌年から、佐世保市教育委員会に委嘱されて教育相談員として「子どもの暴力防止プログラム」が出来るようになりました。小学生向け、幼児向け、中学生向けのプログラムを実施してきました。

他には、幼児向け性の健康教育「いのちのお話し会」を佐世保市子ども未来部子ども保健課と一緒に、実践ボランティアとして 4 歳児の保育所・幼稚園で実施しています。交通費があるだけです。デートDV予防講座、NP（Nobody’s Perfect「完璧な親なんていない」）プログラム8週間連続講座、第1子乳幼児と母親向け「はじめのいっぽ」6週間連続講座などのファシリテータとして、子育て・子育ちのために活動を続けています。

○エンパワメント

NPO 法人の名前には「エンパワメント」という言葉があります。その言葉について説明します。「私」が居て、さまざまな言葉かけで育ってきて、例えば「長女なんだから、～。」「妻だから、～。」「母親なら、～。」「おまえはブスだから、～。」など外から言われることがあります。「外的抑圧」です。それに対して跳ね返す力を本来持ち合わせていますが、言われ続けているうちに「内的抑圧」として自分自身を小さくしてしまう力になると、これがとても強力な力となって、苦しく不自由なことになります。エンパワメントに関わっていくというのは、「内的抑圧」を減らし、跳ね返す力を強くする働きかけです。「私」は人権をもった大切な人間であること、言われたことを跳ね返してもいい事、「私らしく」いることが OK だよと伝えて、自尊感情を高め、自己決定する力を高める関わり方です。

ここにコーヒーカップがありますが、もし、子どもがテーブルの端に置いたとすると「危ないから真ん中に置きなさい」とつい命令します。でも、エンパワメントに関わるとしたら「危ないよね。どうしたらいいかな？」と①一緒に考える。「すぐに飲み干す」「流しに片付ける」など子どもは予想もつかない解決方法を持っていることがあります。解決方法の②選択肢を広げる手助けをして、子どもの③自己決定力を尊重することがエンパワメントに関わるということです。このエンパワメントにかかわる姿勢を大切にして「子育て支援」を続けています。

○ママの話をきいてください

子育て支援をしていてこんなにたくさんの男性を前に話す機会はめったに無いので、お願いがあります。ママの話を聞いてあげてください。

「子育て」は、何も会話が出来ない相手と関わり続ける時間が長いです。ふにゃふにゃで扱いにくくて、泣いてはおっぱいを飲んで、ウンチをして、ぐずぐず言って、抱いて寝かせつけて、あれこれ配慮し続けて一日が終わってしまいます。仕事終わって帰ってきたパパが一日でようやく話せる相手なのです。まずは、笑顔できいてください。「大変だったね」「がんばったね」っていってあげてください。ママの「気持ち」を聴いてください。詳しい内容は実はどうでもいいことが多いです。眼を見て、頷いて聞いてくれるだけで理解してくれる人信頼できる人になれることが多いです。

例えば、「ここにテーブルがあります」「これはマイクです」「これはクリアファイルです」と相手に伝えるとする。そのときに眼もあわせない、知らん振りする、忙しそうな態度だと、何も受入れてくれないと感じるし、話を続ける気持ちもなくなります。聞くときは、14の心に耳を傾ける「聴く」でお願いします。くれぐれも「訊く」になって、「何時、どこで、何を、どうして」なんで尋問する聞き方にならないようにお願いします。

もし、聞いてくれる相手が、①眼を合わせて②頷いて「そうなんだ、へ～。」って③肯定してくれるだけで、話す方もつい「そう、このコーヒーは頂いた美味しい豆であなたの為に淹れたのよ」なんて伝えたくなりますよね。ママがハッピーになってくれたら、子どもにも笑顔で接してくれます。子育てが楽しい時間になれば、パパの心配も減ると思います。子ども達の未来が明るくなると思います。よければ、こんな話をパパたちに伝えたいと願っていますので、なにか機会をください。よろしくお願いします。

また、佐世保は転勤で住む方も多い土地です。子育てママに佐世保と知ってもらうには、佐世保の有名な職場を子どもと一緒に見学するようなことが出来たらいいなと思っています。消防署の見学は予約殺到でした。バス・タクシー・美味しいお菓子工場など親子で職場見学が可能であれば是非ご協力お願いします。佐世保の町を好きなってくれると思います。

今日は、お話する機会を与えてくださってありがとうございました。



ＳＡＡ：馬場貴博君
次回例会／９月１２日１８：３０～
次回献立／ステーキ丼、サラダ、ミネストロスープ