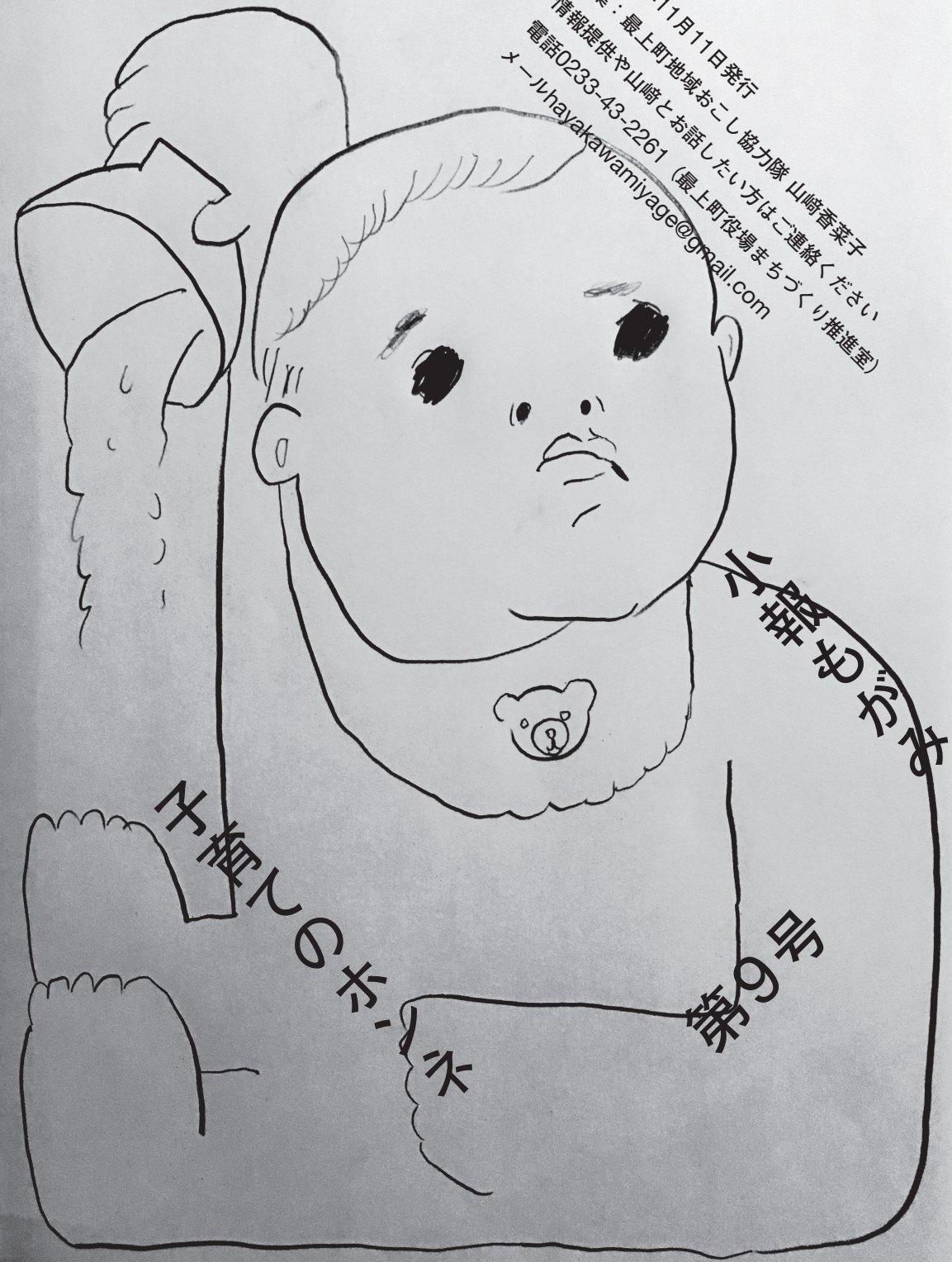


2020年11月11日発行  
編集：最上町地域おこし協力隊 山崎香菜子  
情報提供や山崎とお話したい方はご連絡ください  
電話0233-43-2261 (最上町役場まちづくり推進室)  
x-j/hayakawamiyage@gmail.com



最上町の未来

おのれ

おのれ

去年誕生した第一子も、もうすぐ2歳になる。口癖が「やっだあ」のイヤイヤ期に突入したところで、ライバルの猫にもよく「あぶ」と怒っている。じっとしてられないので、買い物も大忙し。ゆっくり商品を選べたあの頃が懐かしい。

遡ること2019年の1月。豪雪の時期に最上町で出産を待つのは少し不安もあったため、実家のある宮城県での里帰り出産だった。高齢出産ということもあり難産を極め、陣痛促進剤でも産まれず、帝王切開での出産になった。よく分からない迷信を鵜呑みにしていた私は「帝王切開＝楽なお産」だと思っていたが、全くそんなことはなく壮絶で産後の激痛も陣痛に匹敵するものだった。その痛みの中、24時間体制での授乳やらおむつ替えが続き、意識が朦朧としていた。母乳育児に憧れもあったが、何度授乳量を測っても、ほとんど出ていないことにもショックを受け、そのまま退院。なかなか体重が増えない。真冬なので沐浴にも神経を使う。そして、私が神経質になっていたのが娘にも伝わったのか、小さな物音ですぐ起きるので寝不足にも拍車がかかる。本当に全てが分からないことだらけ。睡眠不足の中ネットで検索しても、何が正解なのかも分からず余計に疲れてしまう。今振り返ると産後うつになりかけていたように思う。

そんな状態の時に最上町の自宅に戻ったが、すぐに保健師さんが来てくれて、心の内を聞いてくれて本当に助かった。全部受入れてくれて、頑張ったねと言ってもらえたおかげで、少し落ち着いて娘のことも見られるようになった。それでも、ずっと立ったまま抱っこして寝かしつけしたり、乳腺炎になって様々な角度からの授乳に疲れてしまったり、想像以上の育児の大変さに、とにかく世の中のお母さんたちを心の底から尊敬しまくっていた。自然分娩も、母乳育児も憧れはあったが、いずれにしても「娘が元気で育ってくれば何でもいい」に落ち着いた。

理想の子育てなんて絶対に出来ないし、子育てに理想をもってはいけないんだとも思った。赤ちゃんであっても、誰一人同じ性格の子はいない。とにかく試行錯誤して、その子に合った育児方法を娘と一緒に作っていかねばならないんだ、と。今まで37年間色んな事を経験したつもりだったけど、子育てに役立つことは何もなかったことにショックを受けた。お母さんは何歳だろうが子どもが産まれて0歳の母になる。SNSのオシャレな投稿も出来るだけ見ないようにして、娘ととにかく向き合うことにした。そうすると、大変なのは変わらないけれど、少しずつ何を要求しているのかが分かるようになってきた。

そんな未熟な私に訪れた次の試練が、子育て支援センターへ行くことのハードルだった。少しでも誰かと話したいし、娘も家の中ばかりじゃなくて色々な環境に触れさせたいと思って行ってみたものの、まだハイハイも出来ない頃に行っても遊べないので隅っこで小さくなっているだけだった。頭の中で既にお母さんグループもあるんだろうなと思い、声をかけることも出来ず、その後も少し遊ばせてはそそくさと帰るということが続いた。

離乳食が始まり少し経つと、口に入れたものをブーッと吐き出したり、椅子にちゃんと座らずに暴れまわるようになり、ついには何も食べなくなった。便秘もひどい。いよいよどうしたらいいのか分からず、支援センターの職員の方に相談したり、よく顔を合わせのお母さんに質問したりしているうちに、内容は違えど、みんな悩んでいるんだと知ることができた。そこから、少しずつ会話も増えていき、今では何かあったらすぐに相談に乗ってくれる友人もできた。いわゆる「ママ友」という言葉に抵抗があったのだが、ホンネで話せる友人が出来たことは、この町に来て一番嬉しかったことだ。

親である限り、悩みや心配ごとはこれからも続いていく。そんな時、ちょっと弱音を吐いたり、愚痴をもらす場も必要だ。「子育て支援」も大切だが、「お母さん支援」というのもあったらいいのになと思う。協力隊が終わったあとは独立する予定だが、そうなるまで産休も育休もない。女性活躍とか、子育て支援と言っているけれど、なかなかもう一人子を育てるのは難しい状況だ。

それでも、娘のおかげで人生の楽しみが何倍にも広がっているのは間違いない。この町で育つ娘が、色々な経験を通し、多くの選択肢の中から「やりたいこと」を見つけて欲しい。そのための環境を整えることが、親ができる唯一の役割だと思う。そして、親が楽しんでいる姿を見せることも、子育てには必要不可欠だ。

寝ている時間以外はフル稼働のお母さん。お母さんだけが全てをこなす必要もないし、頼れるものには頼って、手を抜く時は抜いて、自分が笑顔でいれる状態をつくることもとっても大切。無いものはつくる。頼れる人や場所をたくさん見つけておく。田舎だからこそできる楽しい子育ての方法を、私もこれから見つけていきたいと思っています。

ということで、今回の喫茶山崎は、「子育て」をテーマにしてみました。子育て真っ最中の方、妊娠中の方、子育てを応援したい方、どなたでもご参加ください！

## ●喫茶山崎

11月19日（木）10:00～12:00

参加費 300円（お茶、お菓子代）

場所 みつざわ未来創造館らいず（旧満沢小学校）2階 地域おこし協力隊事務所

※申込不要

※お子様を連れて来ていただいても大丈夫です

※新型コロナウイルス感染対策として事前に検温をお願いいたします

※人数が多く距離を取れない場合はマスクの着用をお願いすることがあります