

# ムラのミライ 活動レポート & ニュース

2021  
7

## CONTENTS

西宮で広げる地域で助け合う子育ての輪プロジェクト特集  
～3年間で見えてきた「地域で子育て」の新しい風景～

- Report 1** 私の变化、ア・リトルの変化 坂本恭子
- Report 2** 「1人で頑張る子育て」から「つながり合う子育て」へ 山岡美翔
- Report 3** メタファシリテーションのプロジェクトへの応用 原 康子



認定NPO法人ムラのミライ

関西事務所(本部) 〒662-0856 兵庫県西宮市城ヶ堀町2-22 早川総合ビル3F

電話 0798-31-7940

E-mail [info@muranomirai.org](mailto:info@muranomirai.org) ウェブサイト <http://muranomirai.org/>

## Report1

# 「西宮で広げる地域で助け合う子育ての輪プロジェクト」 3年後に見えてきた風景

2021年3月末、兵庫県西宮市で3年間実施してきた「地域で助け合う子育ての輪プロジェクト(以下略:西宮プロジェクト)」が終わりました。今回は、同プロジェクトのカウンターパート団体 a little (ア・リトル)のメンバーの坂本恭子さんと、ムラのミ

ライの担当(山岡美翔と原康子)が3年間で起こった変化や学び、プロジェクトに活用するメタファシリテーション、今後の事業等をご紹介します。プロジェクトを振り返ります。

## 私の変化、ア・リトルの変化

### ～「女性が生きやすい社会」のスタート地点に～

坂本恭子 (運営スタッフ、家事サポートコーディネーター)

「3年間の変化」というテーマをいただいて、原稿を書き始めました。ムラのミライからの原稿依頼に舞い上がり、こんなにいろんな経験をした3年間だったのだから、2千字なんてあっという間だろう、と高をくくってしまいました。しかし、実際に振り返り始めると、「3年前のスタート時にもっと私の意識が高ければ、もっといろんなことを吸収して、できることが増えていたかも」とも考え始めてしまいました。いやいや、そんな「たられば」こそが、メタファシリテーションの対極だろうと自分につっこみつつ、チャレンジの機会を作ってくれたムラのミライへの感謝の気持ちとともに振り返っていきます。



## 西宮で広げる、地域で助け合う 子育ての輪プロジェクト

女性の自立を支援するグループ a little (ア・リトル)と一緒に、西宮市で産前・産後を迎える家族と、家族を支援したいという人たちが「地域で助け合う子育て」の仕組みづくりを行う事業です。ムラのミライは、メタファシリテーションを使ってア・リトルへの様々な技術支援に携わりました。

期間:2018年4月～2021年3月

ジョンソン・エンド・ジョンソン日本法人グループ助成事業

## シャワーのように浴びた「事実質問」

ア・リトルの活動を始めて3年ほど過ぎた2018年頃、だんだんア・リトルの活動が「負荷(しんどいなあ)」と思うようになった面もありました。そんな私にとって、西宮プロジェクトは降って沸いたようで、全体像も見えず、会議はみんなが話すことをほとんど聞いているだけの場でした。そんな私がア・リトルの運営メンバーなのですから、ムラのミライにとっても、このプロジェクトは相当なチャレンジだったのではないかと今になって思います。

私たちがメタファシリテーションの技術を習得し、自ら課題に気づくこととプロジェクトの遂行を同時に進めていく必要があった1年目は、ムラのミライの出番がたくさんありました。スケジューリング、プロセスを踏んだプロジェクト運営、アンケート調査と報告書作成、助成団体(ジョンソン・エンド・ジョンソン日本法人グループ 以下略J&J)への報告、どれも私たちア・リトルだけで運営することは不可能でした。

プロジェクト遂行のためには、ムラのミライとしては、ア・リトルに気づいてもらうより前に、「与える・引っ張る」という面も大きかったのではないかと想像します。

この時期の打ち合わせなどでシャワーのように浴びた「事実質問」やメタファシリテーション講座の講座を思い出して感じるのは、「手法は教える、事実は聞くが、私たちの課題の答えを教えたり、アドバイスしたりはしない」という一貫した姿勢です。自分たちの言うことが否定されず、関心を持って事実を聞いてもらう場合は、ムラのミライという圧倒的な経験と能力のある団体との関係性の中にあっても力関係を意識させず、大きな安心感に包まれていました。これが信頼関係を築くということだとじわじわと気づいていくのが2年目、3年目であり、ア・リトルの「助け合い」の理念を実際の場で裏打ちする最も大切な土台となります。

## 家事サポートで実践するメタファシリテーションを使った対話

～「うわべだけの共感」ではない対話が可能に～

プロジェクトの直接の活動には入っていませんでしたが、ア・リトル設立以来の「家事サポート」は、2018年度のプロジェクト開始当時から現在までずっと続けています。プロジェクト開始当時は、家事サポートに入った際、目の前の利用者さんとのやりとりで不安を感じるようになっていました。例えば、あいづちで相手に「共感」を示すものの、その先の言葉がわからず行き詰ったり、一人ひとりに多様な背景があると理解すればするほど「共感」をうわべだけのものに感じて戸惑ったり、といったことです。また自分の経験から一方的に「アドバイス」して話してしまったり、感情を聞きすぎてしまったり、といった迷走を繰り返していました。

メタファシリテーションを学びながら私がまず取り入れたのは、エントリーポイント(話の糸口)を探すことでした。利用者さんの家に入るということは、それを見つけるチャンスがたくさんあるということです。助けあう関係に必要なのは「深いところを聞きだすこと」ではなく、「安心して楽しく話せること」なのだと言った経験を重ねて実感していきました。家事サポートは利用者さんと2時間の場を共有します。たとえ話さなくても、家事を代わりにすることで、安心できる時間を積み重ねていきます。メタファシリテーションから学んだことのひとつに、「急がない」ということがあります。1回1回がいつか大切なことを話すための積み重ねの時間と捉えて、相手のタイミングを大切に、待つことができるようになりました。

## 「助けを求めてはいけない」という思い込みに気づく

2年目以降は、地域サポーター養成講座のひとつを講師として担当するようになりました。私が担当した講座は、「産前・産後に家族以外の外部のサポートを活用する」というテーマだったのですが、まず自分で自分に事実質問をして、自分の産前・産後を思い出してみました。家族以外に助けを求めたことがない私は、誰かに「助け合い」を伝えることに自信を持っていませんでした。しかし、「助けを求めたことがない＝助けが不要」ということではなく、「助けが必要だったけど、助けを求める先がわからなかった」あるいは、「こんなことくらいで助けを求めてはいけない」と思いこんでいたことがわかってきました。自分に事実を聞いていくことで「思い込み」ではない記憶がよみがえり、私の経験と言葉でア・リトルの

活動を話せるようになってきました。この「担う」という経験は、団体に主体的に関わる大切な一歩となりました。



## 「私が生きづらいと感じたのはいつだったのか？」

自分の産前・産後を事実質問で振り返ったことを皮切りに、人生のあらゆる場面で、事実質問で自分への問いかけを始めました。ア・リトルは「女性が生きやすい社会を目指す」という理念を掲げて活動を始めていました。その大きな理念を自分の生活に引きつけて具体化するために、まずは「私が生きづらいと感じたのはいつだったか」と問い始めたのです。これは、それまで受け身だった自分の人生を自分で担っ

ていくのだと自覚し、思考や行動を変化させていくことにつながっていきました。ちょうどその頃、プロジェクトの一環として、妊婦さんとその家族、0歳から3歳の子どもの持つ親へのアンケートとインタビューを進めていました。この調査と自分への事実質問を通して、多くの女性の生きづらさの起点に「産前・産後」があることが見え、大きな理念を実現するための「地に足がついた課題」が見えてきたのです。

## 大きな理念を押し付けるだけの団体にはならない

3年を振り返り、ムラのミライがア・リトルをカウンターパートに選んでくれたことに、改めて感謝の気持ちでいっぱいです。私たちが「産前・産後の女性のために」と野生の勘だけで活動を進めていたら、大きな理念を掲げてそれを押し付けるだけの団体になっていただろうと想像します。

「女性の自立」「女性が生きやすい社会」という大きな理念を達成するために、課題の起点を「産前・産後」に絞り、「半径1.5キロの助け合い」を自分たちで導きだすことができました。そして誰もが「助け合い」に主体的に関わるためには、「一人一人の課題を解決するのは、その人(私)自身だ」ということを自



## コラム1: 「事実しか聞かない」調査の調査員トレーニング

2018年に実施した調査は、アンケートと調査員による個別インタビューの2本立てでした。子育て中の方への個別インタビューを担当する調査員のトレーニングが、いよいよ2018年6月から始まりました。調査員に名乗り出てくれたア・リトルの6人の調査員の中には小さなお子さんがある方もいたので、トレーニングの際には託児もありました。

「メタファシリテーションを使った調査では、事実を聞く質問で、感情や考えは聞かないこと。」  
「相手と対等な関係を築くために、希望(例:○○という支援があれば使いたいですか?等)は聞かないこと。」などを何度も調査員研修を担当した原が伝えていました。2ヶ月近くなり、なんとか調査項目を最終化し、8月から調査がスタートしました。

調査が半分ほど進んだ9月のことです。調査員から「アンケートをやっているけど、このアンケートがどのような結果を導き出すのか見えてこない。」「インタビューの目的がわからなくなってきた。」「“子育てで困っていることは何ですか”と、はっきり聞いては、どうしてダメなのか」という声が上がりました。そんなとき、原康子(ムラのミライ スタッフ)はこんな話を調査員にしていました。

「今の西宮での子育ての実態をまず聞きましょう。調査では、研修でやったように、感情や考えではなく、事実だけを集めて来てください。今、調査に協力してくれる子育て中の人に気持ちや希望を聞くということは、例えば、魚を釣る前から洋食か、イタリア料理か、中華料理か、先に決めてしまうようなものです。まずは、魚を釣って、それがどんな魚かを知って、どんな料理にするのかは、魚を見てから考えましょう。」  
この話を聞いて、その場にいた調査員の方は『そういうことか!』という表情をしていました。私もその一人です。研修では「事実を聞く」と習っていても、いざ調査でたくさんの人に話を聞くと、やっぱり気持ちや相手の希望を聞きたくなくなってしまう調査員の気持ちは、私もよくわかりました。

時折、原はこんな魚の例のように、誰もがわかりやすい言葉で、研修で習ったことを調査員が思い出せるように話をしていました。調査項目も産後を思い出すような質問を通じて、気持ちを話したくなった人もいたのですが、調査以外の話をする時間を1時間以内と決めました(気が付けば2時間弱話していたという調査員も)。調査員がもっと聞きたいと思ったことは、詳細はその日は聞かず、メモで残しておくというような工夫をしながら調査は続けました。

(山岡美翔)



## Report2

### 西宮プロジェクトと私のストーリー：

### 3年間のプロジェクトを終えて

#### 「つながり合う子育て」とア・リトルとのコミュニケーション講座

山岡美翔 ムラのミライ理事・スタッフ

2017年7月、ア・リトルとムラのミライ共催で、初めてのコミュニケーション講座が西宮であり、私のように（当時は第1子が3歳でした）、子育て中の人が多く参加していました。原が講師となり、人類の子育ての歴史「共同養育（母親以外のたくさんの手で子育てをする）」という話から始まり、メタファシリテーションを活用した子どもやパートナーとの対話を紹介するというものでした。

「共同養育」の話は目からウロコでした。当時の私は、「子育ては母親が頑張るもの」とすっかり思い込んでいたのです。確かに産前産後、行政から受け取った資料には、「一人でがんばらないで」という文字はたくさん書かれていました。私は実家から離れた土地で子育てを始め、「知り合いがいない」と、子育て支援の窓口や乳児検診で相談しても、「そんなに心配しなくても、大丈夫。」とか「みんなそうだから、そのうちに何とかなる。」と言われました。

さらに、どこへ行っても、私の名前と呼ばれることより「お母さん」と呼ばれることが増え、赤ちゃん中心の生活の中で「子育ては母親が頑張るもの」という思い込みはますます強くなりました。誰にも頼れない子育てにしんどさを感じた私に出来たことは、夫に少し手伝ってもらおうか、一人で我慢することでした。だからこそ、この講座に参加して、一人で頑張らなくていいということを知り、それまで背負ってきた荷物を初めて下ろせたような気持ちになりました。



#### メタファシリテーションを活用した「みんなで子育て講座」の講師に

母親だけで頑張るのではない、母親以外のたくさんの手で子育て



2017年7月の講座は盛会で、10月と2018年2月にも、ア・リトルメンバーと一緒に講座をすることになりました。今度は、私が講師を担当し、共同養育のことを伝え、メタファシリテーションを使って子どもやパートナーと分かり合う対話ができる内容を企画しました。講師を経験したおかげで、共同養育についての理解を自分の言葉で話せるようになりました。また産後の孤独な子育てによって失っていた自信を取り戻すことにもつながりました。講座の参加者は私と同じように幼い子どもを育てる親たちで、夫婦間の対話や、親子の対話を見直す機会になった、と喜んでもらえました。

## 親を対象にした講座から子育て支援者対象の講座へ、 そしてア・リトルのメンバーが講師に

2018年4月からア・リトルとの西宮プロジェクトが始まると、私は「地域子育てサポーター養成講座」の講師として、今度は子育て中の親ではなく、産前・産後の家族の支援者を対象としたコミュニケーション講座を担当しました。



2019年になると、今度はア・リトルのメンバーが支援者向けのコミュニケーション講座の講師を担えるよう、原と一緒に講師養成研修も行い、2019年後半からは、私も原もメタファシリテーションを使った支援者向けの講座の担当はせず、ア・リトルのメンバーが講座の企画から実施を担うようになりました。

## 西宮プロジェクトの先に:つながり合うコミュニティづくりへ

私がそうであったように、女性は産前産後に突然、社会的に孤立状態に陥ってしまう時期があります。3年間のプロジェクト中に出会った多くの産前・産後の家族を通じて、常態化してしまった「母親だけ、家族だけで子育てを担うこと」のフラストレーションは、家族のなかで弱い立場にある女性、子どもに向かうことを知りました。2020年から続くコロナ禍で、それは一層顕著になっています。

3年間の西宮プロジェクトの主な対象者は、子育て中の母親とその支援者でしたが、その先にいる

子どもたちのための取り組みでもありました。西宮での助け合いの仕組みのなかで、子どもたちが育つことは、子どもたちにとっても助け、助けられることを学ぶ機会となることでしょう。そうして助けられた子どもたちの成長が、私にとっての何よりの楽しみです。今後も、身近な人とのコミュニケーション講座を継続しながら、「頑張りすぎる」暮らしを個人や家族だけの問題としないよう、それぞれの地域で活動する方と一緒に、つながり合うコミュニティをつくっていきたいと思います。



## Report3

### メタファシリテーションのプロジェクトへの応用

#### ～西宮で助け合う子育ての輪プロジェクトの3年間の事例～

原康子(ムラのミライ研修事業チーフ)

ここからは、この3年間のプロジェクトを通じて、ムラのミライがカウンターパート団体であるア・リトルに、ムラのミライがどのように技術移転をしてきたかをご紹介します。

#### メタファシリテーションのプロジェクトへの応用～西宮プロジェクトの場合～

西宮プロジェクトは、当事者主体の「助け合う子育ての仕組みづくり」を3年目のゴールに掲げて、スタートしました。ここで当事者というのは、西宮市で子育て中の親とその支援者(ア・リトル)のことです。

「途上国の人々の話し方～国際協力のためのメタファシリテーション」(和田信明・中田豊一共著)の

第3部第2章に、「メタファシリテーションのプロジェクトへの応用」という記述があります<sup>1</sup>。以下にあげる項目は、そこで書かれている住民参加型プロジェクトの要点を表したものです。そしてこれらの項目は、すべて3年間の西宮でのプロジェクトで実践されたことでもあります。

- ・「最初からプロジェクトを持ち込むな:やるべき活動の根拠は、自分たちで見つけるように働きかける」
- ・「プロジェクトを組み立てるとき、パターンに陥らない」
- ・「パートナーシップとは、ギブ・アンド・テイクの関係:参加ゲームを避ける」
- ・「具体的な技術を身につけることこそセルフエスティーム(自尊感情)につながる」
- ・「相手に本気でコミットしていることを示す」
- ・「覚えた技術を教える(トレーニングで学んだことを自ら他に教える)ことが自信につながる:  
いつも教えるのはこちらだという関係を作らない」
- ・「トレーニングも事実質問から入る:自発的参加を勝ち取るには「参加」を強要しない」
- ・「パートナーシップの構築は不断の努力」
- ・「思い込みのエンパワメントを避ける」
- ・「プロジェクト期間を柔軟に使う工夫」
- ・「現状の具体的な認識こそ、必要な知識の認識へつながる」
- ・「予算こそ核心。これを当事者が作らずにオーナーシップを持つことはあり得ない」
- ・「モニタリング:モニタリングをどう意識させるか」
- ・「持続のためのトレーニング:評価とフィードバック」



人件費への助成がなく、スタッフの誰一人として専従で関われる事業ではありませんでしたが、ムラのミライのスタッフ総出で、かなりの技術移転をしたものです。誌面の関係で、全ての項目の具体例をご紹介できないので、次の2つのテーマ「最初から

プロジェクトを持ち込むな:やるべき活動の根拠は、自分たちで見つけるように働きかける」、「予算こそ核心。これを当事者が作らずにオーナーシップを持つことはあり得ない」に関連する部分をご紹介します。

<sup>1</sup>和田信明・中田豊一「途上国の人々との話し方～国際協力メタファシリテーションの手法」みずのわ出版 2010年



## 最初からプロジェクトを持ち込まない

まずは2017年11月頃、プロジェクト開始前のことです。J&Jへの申請書を作成するにあたり、まずア・リトルに「やりたいことリスト」とその予算を作ってもらいました。リストのなかには、これまでの家事・子育てサポート活動の中で経験的に必要だと思うに至った知識を得るための講座が挙げられました。例えば、助産師や臨床心理士、産後うつへの支援団体の方たちから、子育て支援者として必要な知識を学ぶ講座です。さらに支援者としてのコミュニケーション技術を高めるためのメタファシリテーション講座もありました。また産褥期(女性が産後1ヶ月間、養生が必要なとき)を迎える(過ごす)家族を対象にした講座の企画もありました。

## やるべき活動の根拠は自分たちで見つけるように働きかける

事業案はほぼア・リトルの要望どおりでしたが、ムラのミライから一点だけ、1年目の活動に「調査」を実施することを提案しました。それは「活動の根拠」を、このプロジェクトに関わる人たち(ア・リトルのメンバーや支援の対象としている子育て中の親たち)が見つけるために必要だったからです。ア・リトルにしてみれば、「事業開始前から産後の女性が大変なことはもうわかっている」ことだったかもしれませんが。しかし、それは「具体的、客観的事実」として誰にもわかる形で言葉にはなっていませんでした。それでは、3年後の事業成果を測ることはできず、何よりも2年目以降の活動の根拠を持つことができません。そうなれば、プロジェクトに関わる人たちが、共通の目標を持たず、せっかくの3年間もバラバラの地図をもって、バラバラの方向に行き、結果、誰もどこにも到達できずに事業が終わる、ということになりかねません。ですから、そのような根拠を明らかにすることは、必ず事業の最初にやっておく必要があります。ア・リトルの熱い思いは、そのメンバーに接した人しか分からないというのではなく、このプロジェクトに係る可能性のあるすべての人たち(ア・リトルのメン

ア・リトルから届いたリストからは、「産前・産後に孤立しないで、助け合える子育てを実現させたい」という熱い思いが伝わってきました。その熱い思いを、助成団体の様式にあわせて、申請書向けの用語に変換していく作業は、ムラのミライが担当しました。ムラのミライが助成金に申請するのだからと、プロジェクトの企画段階で、一方的に活動内容、予算を決めていたら、どうなっていたでしょう。「ムラのミライのプロジェクト」となり、ア・リトルは、「ムラのミライに言われたことだけやる」という関係で終わっていたかもしれません。企画も予算にも関わることなしに、ア・リトルがオーナーシップを持つことは、なかっただろうということです。その後、J&Jの助成金に採択され、2018年4月から事業がスタートします。

バー、支援の対象となる子育て中の親たち、行政・他のNPO、産院など)に分かる言葉で伝える必要があるのです。ですから、調査は「西宮での子育ての現状」を明らかにし、「助け合えていない子育て」をまず誰もがわかる形で示す作業と言えます。

現状を「知る」ために、まずは、調査の項目づくりからア・リトルのメンバー自身に作ってもらうことから始めました。



ムラのミライだけで、調査項目をつくり、アンケートを実施し、報告書をつくり、報告会をするのであれば、数ヶ月で終わっていたかもしれません。しかし1年かけて、すべてのプロセスにア・リトルが関わるようにしました。

ムラのミライは、調査項目の最終化、調査員へのトレーニング、調査結果の分析、調査報告書作成を担いました。ムラのミライが作成した調査報告書(全62ページ)を読んだア・リトルのメンバーが「なるほど、そういうことだったのか」で終わらせてしまっ

は、まだア・リトルの言葉になったことにはなりません。そこで、調査報告書とは別に、パンフレット形式の報告書の発行や調査報告会をやってみよう、とア・リトルに声をかけました。「調査結果」を自分たちの言葉でまとめ、調査に協力してくれた方々や行政などの他の支援者に、伝える仕事を担ってほしいと思ったのです。何度もア・リトルと中身についてのやりとりを重ね、数ヶ月後、ちょっと手にとってみたくなるような、イラストをふんだんに使ったア・リトル版の報告書「あなたのための報告書」が完成しました<sup>2</sup>。



調査報告会も、ア・リトルが発表資料づくり、会場設営、託児、マスコミ、行政への広報、参加者呼びかけ、すべてを担いました。当日は、ア・リトルメンバーが最初から最後まで自分の言葉でわかりやすく調査結果を伝え、参加者からの質問に的確に答えました。私のほうで答えなければいけないこともあるかもしれない、と準備はしていましたが、そんな必要は

全くありませんでした。ムラのミライが報告会でしたことは、ただ黙ってみている事だけでした。

ムラのミライは、ア・リトルが「やるべき活動の根拠をみつける」ための調査のすべてのプロセスを担えるように働きかけ、その結果が事業が終わるまで活動の根拠になったのでした。



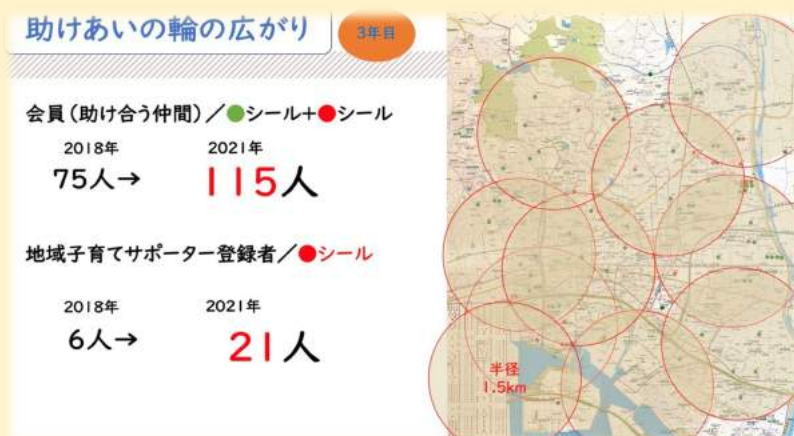
<sup>2</sup> 「西宮で迎える産前・産後 調査報告書」と「あなたのための報告書」は、ムラのミライHP (<https://muranomirai.org/activities/activity0003/>) からダウンロードできます。

## 西宮の助け合う子育ての輪

3年後、「助け合えない子育て」の実状と背景を理解したア・リトルのメンバーは、「半径1.5キロでの助け合い」という共通の目標を持って、西宮市で子育ての当事者（親・保護者）とその支援者が主人公となる「助け合う子育ての仕組み」を作り上げました。

それは、自宅から半径1.5キロ（ベビーカーを引いて気軽に動ける範囲）で、つながり合う、助け合うものです。

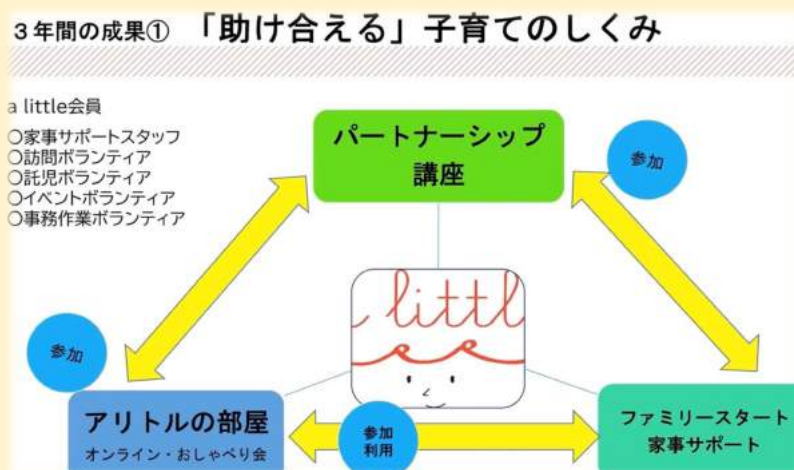
ア・リトルのメンバーに繋がることで、母親一人が頑張らなくても支援に対する情報を得ることができ、支援も受けられるようになっていきます。しかも一方的に助けられるのではなく、支援する側にいる人も助けられ、助けられた人も支援者になれる、という仕組みです。助けたり、助けられたりするために必要な技術や情報も、学び続けることができます。こうしてア・リトルの会員同士が繋がりながら、どんどん写真にあるような輪が、市内に増えていきました。



## 「誰かに助けてもらっていい」を知る講座

もう少し細かく助け合う仕組みについてご紹介しましょう。次の「3年間の成果①助け合える子育てのしくみ」というタイトルの写真をご覧ください。一番上の「パートナーシップ講座」とは、「助けてもらうこと」を学ぶ講座です。産前・産後の家族を対象にしたこの講座は、「母親だけで子育てを担うことなく、夫婦で

担う方法」、「夫婦と実母だけでなく外部の支援の情報やそんな支援を受ける方法」がテーマです。講座参加者は、後にア・リトルの会員となり、「ア・リトルの部屋」という集いの場でつながり続けていくケースが多く見られるようになりました。



## 「助けるよ」と言えるようになる講座

一方で、支援者になりたいという人には、「助けること」を学ぶ講座があります。家事サポート・スタッフやファミリースタート(産後の家庭訪問)のボランティアになりたい人は、「相手の話を聞く技術、実状を把握する方法としてのメタファシリテーション」「産前・産後の家族支援の方法」「行政など外部支援の活用方法」や沐浴や掃除、料理なども含む家事・育児サポート方法の実技の講座を受けることができます。



## 「助けるよ」と「助けてね」がつながり続ける

ア・リトルの家事サポートを受けた人が、今度は自分が支援者になりたいと講座に参加する、ということも始まっています。またパートナーシップ講座の参加者同士で新たにつながりができ、同講座参加者が「産後の孤立した子育てを他の人には繰り返してほしくない」と支援者向けの講座に参加するケースもあり

ます。産後の家庭訪問で、ア・リトルのメンバーに話を聞いてもらった人が、「私もこんなふうに誰か話を聞いてあげられたら」と支援者向けの講座に参加する、という動きも生まれています。この助け合う子育ての仕組みは、つながりがつながりを生み続ける仕組みとなっているのです。

## コミュニティーでプロジェクトを行うのは技術を移転するのが最終目的

助け合う子育ての半径1.5キロの輪が西宮のあちらこちらに生まれ始めた2021年3月末、プロジェクトは終わりました。

前述の「途上国の人々との話し方」には「コミュニティーでプロジェクトを行うのは技術を移転するのが

最終目的」とあります。助け合う仕組みの土台ができ、ア・リトルが次の支援者を育てる技術を身につけたこと、国内でそのような支援ができたということが、ムラのミライにとっても大きな成果でした。

### プロジェクトの3年間の構成



## ムラのミライの学び～「私らしく」生きられない社会の正体～

ところで、前述の住民参加型プロジェクトの要点として挙げた項目の中に「パートナーシップとは、ギブ・アンド・テイクの関係：参加ゲームを避ける」というものがありました。

「ギブ・アンド・テイクの関係」ですから、このプロジェクト中、「ギブ」だけではなく当然「テイク」もあったわけです。では、私たちにとっての「テイク」は、なんだったのでしょうか。その中には、もちろんア・リトルの素晴らしい仲間たちと知り合い、一緒に活動できたこと、そしてそこから同心円的に広がっていった人の輪がありました。しかし、それとは別にこの3年間は、私たちにとって大きな学びを与えられた期間でもありました。それは、まずメタファシリテーションを親子や身近な人とのコミュニケーションに応用する方法論を確立できた事です。そして、「孤立する子育て」を通して見えた『「私らしく」生きられない社会の正体』でもありました。メタファシリテーションの中級から上級の技術の中に、コミュニケーションの成立するコンテキスト(文脈)を明らかにする、というものがありますが、「『私らしく』生きられない社会の正体」とは、まさにこれまで述べてきたア・リトルとの事業そのものが成立するコンテキストだったのです。以下、このことについて簡単に述べておきます。

次の言葉は、ア・リトルのホームページからの抜粋です。

ア・リトルは、すべての女性が自立し「私らしく」生きられる社会になることをめざし、女性が自分の時間を持つことができる環境づくりをすすめています<sup>3</sup>。

3年間のプロジェクトは、「私らしく」生きられない社会との戦いの最前線にいる産前・産後を迎える女性たちと、その支援者であるア・リトルの活動にムラのミライが参加させてもらった3年間であったとも言えます。

「私らしく」とはということかという詮索はひとまずおくとして、ここでは、「私らしく」生きられない社会とは、女性がいったん子どもを持つと、キャリアの継続など様々なことをあきらめて、家事と育児を一手に担い、自己肯定感と自尊感情を失ったまま生きなければならない社会とも言い換えることができるでしょう。では、産前・産後の女性たちが「私らしく生きていない」と感じ始めたのはいつ頃からだったのでしょうか。

みなさんの曾祖母、祖母、母、自分、自分の子どもが赤ちゃんの時の写真があれば、探してみてください。今から70年前、たくさんの大人と子どもたちの中心に赤ちゃんが写っている写真が多かったのではないのでしょうか。50年前はどうでしょうか。多くのサラリーマンの夫と専業主婦の妻が、団地の個室での子育てを始めた頃です。赤ちゃんと一緒に写っているのは、父親か母親がほとんど。たまに祖父母と赤ちゃん、というものが多かったのではないのでしょうか。では今から30年前は、10年前は、そしてこの数年は、と見ていきましょう。次第に、赤ちゃんと母親だけの写真が増え、このコロナ禍で、母親が撮影した赤ちゃんが一人だけ写る写真が増えているかもしれません。



<sup>3</sup> ア・リトル HP団体紹介より<https://alittle.sakura.ne.jp/wp/a-little>

「子育てを助け合えない」状態はじわじわと進行し、「母親だけのワンオペ子育て」はほんのわずか50年のうちに常態化してしまいました。「女性が自分らしく生きられない社会」の正体は、人口構成(出生率の低下)の変化、働き方の変化(共働き世帯の増

加)、さまざまな分岐点があった過去50年の間、どの分岐点でも、「社会で子どもを育てる」という道を選ばずに(選んだとしても最小限で)、「女性が家事と子育てを担って当然」という制度が続いてきた結果だったのです。



修士論文執筆のためにこのプロジェクトを調査した舩岡真穂さんは、その論文の中で、上記変遷を先行研究から理論的に分析し、次の問題点を指摘しています。まずは、日本の子育てをとりまく構造として、「子育て者」個人のウェルビーイング(心身ともに健康な状態)達成は目標に含まれていない点。次に、子育て支援における国の主目的が「少子化対策」にあり、子育ての第一義的な責任を有するとされる「子育て者」はその政策目的達成のためのリソースの1つとして手段化された存在となっている点です<sup>4</sup>。

つまり、「助け合う子育て」をベースに子育て支援があるわけではなく、「親だけが子育て」を担うべきものとされ、少子化対策としての非常に限定的な子育て支援が存在しているだけ、というのが現状なの

です。すなわち、「私らしく生きられない」社会とは、政策的選択と結果としての制度のもたらすものだったわけです。

ところで、「子ども」「子育て者」「子育て支援者」の三者に分けて、分析した舩岡さんは、「子育て者」、特に母親の大きな犠牲と負担をベースにしたこのような構造下でも、子育て者が「孤育て」に陥らないで済む方法を見出すため、「子育て支援者」に注目し、西宮プロジェクトをその調査対象に選びました。ア・リトルのような「子育て支援者」が「子育て者」に伴走する仕組みの必要性、そして、その仕組みそのものを子育て者の声を聞きながら、子育て支援者が主体的に作っていけるプロセスを生み出すことができる手法として「メタファシリテーション」の有効性を取り上げてくれました。

<sup>4</sup> 舩岡真穂「子育てをとりまく構造と当事者主体の支援システム-「地域で子育て」の再検討」2021年3月 日本福祉大学大学院国際社会開発研究科(通信教育)2020年度修士論文概要集[https://www.n-fukushi.ac.jp/gs/divisions/isd/docs/summary/2020/isd\\_09.pdf](https://www.n-fukushi.ac.jp/gs/divisions/isd/docs/summary/2020/isd_09.pdf)

## 西宮発の新しい共同養育

2015年、ア・リトル を立ち上げた女性5人は、まさに妊娠・出産・家族の転勤などの理由で、いわゆるキャリア(当時の仕事)を中断し、家族をケアする役割を一手に担い、生きづらさを感じていた子育て者(当事者)でした。そのような経験の中から、「自分たちにできること」で「誰かの助けになる」仕事をしようと家事サポートを活動の一つに選んだと言います。

そして、その家事や育児を「仕事」にしてしまう。しかも単なる仕事ではなく、「私らしく」生きられない社会に立ち向かうための「助け合う仕組み」の強力なツールにしてしまう。その試みを支える土台づくりが、この3年間のプロジェクトだったわけです。

そして現在、人と人との接触が制限されるコロナ禍でも、自宅から半径1.5キロの距離に暮らす何人かの「母親以外の誰か」と一緒に写る赤ちゃんの写真。そんな写真がチラホラと増えている西宮で、新しい「共同養育」が始まっています。



## 西宮プロジェクトの先へ:コロナ禍だからこそ、身近な人とのコミュニケーション

2020年3月以降、現在も続くコロナ禍で、産後うつ、在宅勤務によるワンオペ育児と家事負担増、女性の失業率、自殺率の増加と、産前・産後の女性たちの生きづらさに拍車がかかってしまっています。

この状況下で、何か出来ることはないかと、2018年から実施してきた「思春期の子どもとのコミュニケーション連続講座」の一部を同年4月からブログで公開しました<sup>5</sup>。

現在は、2022年度の本格的なスタートに向けて、ア・リトルとのプロジェクトの経験や「思春期の子ども

とのコミュニケーション連続講座」の経験を活かした形で、「身近な人とのコミュニケーション連続講座」を企画中です。同時に、ア・リトルと西宮で挑戦したように、2~3年くらいの時間をかけて、子育て支援団体や教育分野の方たちとのプロジェクトもぜひ実施したいと思っています。その地域、その団体(グループ)が目指す共同養育の実現に向けて、西宮プロジェクトの3年間を振り返りつつ、次への準備を続けたいと思っています。

<sup>5</sup> ムラのミライでは2018年から中田豊一が中心になり、メタファシリテーション手法を進路選択など、大きな選択を迫られる思春期の子どもとのコミュニケーションに用いた連続講座を実施してきました。対象は思春期の子どもがいる親たちです。新型コロナウイルス感染拡大前に参加した人たちからは、「外出制限で家族だけで過ごす時間が増える前に講座に参加できてよかった。子どもとの関係がよくなってきた後で、一緒に部屋にいたことがお互いに負担ではなくなった。」という声も届いています。2020年4月以降、ムラのミライのブログでは、中田豊一が同講座のポイントを抜粋した記事を公開しています。<https://muranomirai.blogspot.com/2020/04/blog-post.html>

## コラム2:

### はじまりはコミュニケーション講座

ムラのミライが最初にア・リトルと活動を共にしたのは、2017年4月、ア・リトルメンバー3人（全員、子育て中の親）を対象に「メタファシリテーションを紹介する講座」を行った時のことです。メタファシリテーションは、親子のコミュニケーションにも有効だということで、2017年度は西宮市で子育て中の親を対象にした講座と一緒に開催しました。ア・リトルの声かけのおかげで、10歳以下のお子さんを持つ方たちがメインの参加者となり、講座は毎回ほぼ満席でした。講座後、子どもやパートナーとのコミュニ

ケーションに使えるという嬉しい報告が多数ありました。私も一緒に講座を担当した同僚の山岡も、コミュニケーション講座そのものに、とても手応えを感じました。



### 単発の講座だけではなく、数年間一緒にプロジェクトができれば...

ア・リトルと講座に関連したミーティングを続けるうちに、単発の講座だけでなく、もう少し時間をかけて一緒にできることはないだろうかと思うようになりました。海外で何年かかけて現地の人たちと一緒にプロジェクトをやることはそれまでにも何度もありました。

しかし、そのようなプロジェクトは国内ではありませんでした。

ア・リトルとの話し合いを重ね、協働プロジェクトに向けて活動資金を確保するための助成金を探しはじめました。



<sup>6</sup> J&Jの皆さんが単に助成団体としてではなく、「一緒に新しい社会をつくる仲間」として、ムラのミライとア・リトルを応援して下さっていたかについては、「社会貢献レポート 2019年度版」でその熱量に触れていただくことができます。<https://www.jnj.co.jp/our-societal-impact/2019-report> (Reports in Japanese and English are available.)



## 何回目かの申請でジョンソン・エンド・ジョンソン日本法人グループ助成に採択

助成金を探し始めて気づいたのですが、国内の事業を対象とした助成金、補助金は、私がこれまで携わってきた海外の事業を対象とした助成金、補助金とは大きく異なり、申請団体の人件費は助成対象外だということでした。それでも、せめて活動費やア・リトルで関わるメンバーの人件費の一部がカバーできるなら、と助成金を探しました。何件かの不採択はありましたが、諦めず申請を続け、J&Jの「女性支援」という枠の助成金に採択され、2018年4月からア・リトルとの3年間の事業がスタートしました。

当該団体の人件費が助成対象外だったという点を除けば、非常に心強いJ&Jの助成でした。プロジェクト開始直後から、3年間のプロジェク

トの本質的な点を理解してくれ、プロジェクトの運営について相談すると、常に柔軟に対応してもらえました。助成団体に、そこを理解してもらえない場合、重箱の隅をつつくような本質外の質問が延々と続き、そのやりとりにプロジェクト期間中疲弊し続けるということになりかねません。しかし、西宮プロジェクトは、そんな疲弊とは無縁の3年間でした。どんな状況下でも、臨機応変に伴走し続けてもらえたこと、単年度ではなく、3年間の助成というのが初年度から明確で、3年後を見据えた活動ができたことは、J&Jの助成以外では難しかっただろうと思います。こうしてJ&Jとの出会いは、同プロジェクトの大きな追い風となりました<sup>6</sup>。

## 国際協力の現場で実践した当事者主体のプロジェクトを日本でも！？

### しかし、先立つものが…

さて再び「先立つものが…」の続きです。インドで、10年近く関わることができた事業は、その事業に専従で携わるムラのミライの日本人、インド人スタッフが何十人もいた状態で行った支援です。もちろん、私もフルタイムのプロジェクト・マネージャーとして関わりました<sup>7</sup>。

ですが、西宮のプロジェクトでは、別の事業で人件費を捻出する仕事をせねばならず、パートタイムとして関わらざるを得ませんでした。そのため、担当の私と山岡の2人だけでは手が足りない時があり、ムラのミライの代表から理事、監事、事務局、インターン、ボランティア、ときには海外

事業担当スタッフまで総出となって、あるときは月例ミーティング、あるときは調査、あるときは講座や報告会と、同プロジェクトに関わりました。

これまでの海外での事業や国内外での研修で培ってきたメタファシリテーションをはじめとする技術や知識を、ムラのミライ総出で、西宮プロジェクトに人件費に関係なく注ぎ込んだ3年間だった、とも言えるでしょう。この点、このプロジェクトの意義を理解し、全面的にバックアップしてくれたムラのミライのスタッフ全員に感謝しています。（原康子）

<sup>7</sup>原康子「南国港町おばちゃん信金：「支援」って何？“おまけ組”共生コミュニティの創り方 2014年 新評論

# プロジェクトの歩み

2018年10月-12月

- ◆ ムラのミライによる調査結果分析・報告書づくりスタート
- ◆ ア・リトルによるJ&J提出用次年度計画と予算づくり  
⇒ムラのミライが最終化してJ&Jへ提出



2019年3月

- ◆ ア・リトルによるリーフレット状の報告書「あなたのための報告書」作成開始
- ◆ 2018年度パイロット講座終了

2019年4月-6月

- ◆ 初年度の活動振り返りミーティング(5月)
- ◆ 調査報告会「半径1.5キロは産後うつを防ぐ距離～西宮で迎える産前・産後調査報告会～」(6月)
- ◆ 産前・産後向けの家族別の講座スタート



2019年7月-9月

- ◆ 地域子育てサポーター養成連続4回講座
- ◆ 産前・産後の家庭へボランティアが訪問(ファミリースタート)に向けてボランティア研修スタート ア・リトルが研修講師(9月)
- ◆ 月例ミーティング前後にア・リトルメンバーにメタファシリテーション講師研修

2018年7月-

- ◆ ア・リトルによる西宮市在住の産前・産後を迎える家族104名への調査(9月)
- ◆ 月例ミーティング前後にア・リトルメンバーにメタファシリテーション講師研修



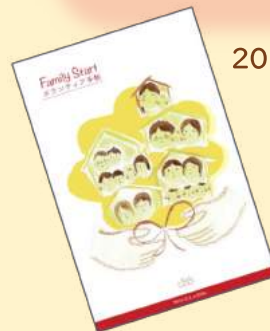
**START**

2018年4月-6月

- ◆ ムラのミライとア・リトルで、月例ミーティング記録、講座記録、クラウド管理など情報共有方法を決める(5-6月)
- ◆ ムラのミライによるア・リトルメンバーへの研修：産前・産後を迎える家族への調査項目づくり、調査方法
- ◆ パイロット講座：地域子育てサポーター養成講座 産前・産後の家族向け講座スタート

2019年11月-12月

- ◆ ア・リトル初の西宮市・西宮市と協働開催
- ◆ ア・リトルが受賞「第28回「コープこう」
- ◆ ムラのミライとア・リトル 兵庫県阪神ブロック優メタファシリテーション



2020年4月

COVID-19感染拡大による  
全国緊急事態宣言

- ◆ 2021年度の全講座・活動を  
オンライン実施
- ◆ 産前産後の女性の心と体の  
変化(臨床心理士)



2020年2月

- ◆ 地域子育てサポーター養成講座  
「分かり合う&助け合うコミュニケー  
ション講座」  
ア・リトルメンバーがメタファシリテー  
ションの講座で講師デビュー



2020年7月

- ◆ 「産前産後の行政・民間サービスと  
現場の様子について」  
ア・リトルメンバーが講師



2020年10月

- ◆ 西宮市未来づくりパートナー事業  
「もうひとつの両親学級」  
西宮市とア・リトル協働開催



**GOAL** 3年間のプロジェクト終了 2021年3月

- ◆ 全プログラム終了  
(講座等参加者、3年間で合計301人)
- ◆ ア・リトル による3年間の活動報告会
- ◆ J&J社内イベント「助成プログラム活動報告会  
2021」でムラのミライ報告&メタファシリテーショ  
ン・ミニ講座
- ◆ 支援者向けテキスト・  
産前産後の家族向け  
講座テキスト完成



未来づくりパートナー事業「もうひとつの両親学級」  
ムラのミライもワークショップ企画に参加(12月)

「虹の賞」奨励賞

として参加  
保健師研究会で西宮プロジェクト報告と  
講座

# ムラのミライについて

## 「ない」ことは本当の問題なのか？

認定NPO法人ムラのミライは、1993年に岐阜県高山市で設立されました。設立当初は「インド山村部の貧困層を助けよう」と、識字教室や収入向上活動など、「ない」ものを投入する支援から始まりました。しかし、さまざまな活動を経て、都市化と市場経済化の進展がコミュニティとコミュニティの維持してきた自然資源やセーフティネットを衰退させ、多くの社会課題を生んでいること、それが海外・日本に共通する構造であることに気づきました。



## コミュニティに「ある」ものを引き出し、課題解決を促す

そこで、住民との対話を通じてコミュニティに「ある」もの=彼らの持つ経験や知識を引き出し、住民自身による課題分析・解決を促す「メタファシリテーション」手法を開発。徹底的に住民主体にこだわり、インド、ネパール、セネガルで、コミュニティが資源を維持、活用、循環させる仕組みや暮らし方を創り出すためのプロジェクトを実施してきました。



## 地域づくりで、医療で、子育てで

「●●がないから、××ができない」という思い込みをひっくり返し、住民を本気で課題解決に向かわせる力を持つと、高い評価を受けるようになったメタファシリテーション手法。この手法を書籍やセミナー・研修で伝え、住民の行動変化を促すスキルを持つファシリテーターを育成してきました。国際協力分野だけではなく、日本国内での地域づくりや、医療・福祉、子育てといった分野で実践する人が増えつつあります。



## ご寄付やサポーターを募集しています

ムラのミライはこれからも、日本と海外の地域コミュニティで、より多くの人々がメタファシリテーションを使って、その地域の人々が選び取る未来を実現していくお手伝いをしていきます。具体的には、

- 日本・海外でプロジェクトの段階に応じた研修やフィールドワーク型研修を企画・開催していきます
- メタファシリテーションの事例やQ&Aを蓄積し、ブログや書籍で発信していきます
- 国内外のより多くの人々に講座を届けるため、ムラのミライ認定メタファシリテーション・トレーナーを養成していきます
- 若い世代に安価に講座を受講してもらうための仕組みをつくります

ぜひ会員・サポーターになって、メタファシリテーションの進化・広がりを応援してください！  
あなたの毎月のサポートがファシリテーターを育てます。

ご寄付・サポーターお申し込みはこちらから：<https://kessai.canpan.info/org/somneed/>

