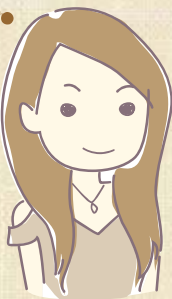


<シングルママ> トーク

シングルママ ご紹介

Kさん
9歳の女の子のお母さん。
娘が2歳のときにシングル。
現在は娘と二人暮らし。



Yさん
長女(15歳)・長男(13歳)・
次男(8歳)のお母さん。
長女が4歳のときに離婚。
今は子どもと4人で生活。



Nさん
長女(13歳)・長男(10歳)の
お母さん。長女が4歳のときに
離婚。現在は両親と同居。



もっとこうしてほしい！
シングルママが望むこと

作 一人で子育てをしていて、悩んだり、ストレスを感じるのってどんな時ですか？

K 気持ち・時間・お金のどれにも余裕がないと、ストレスになって全部がうまくいかなくなっちゃうと思う。今は私も学生なので時間と気持ちに余裕がほしいかな。ストレスを感じたら体を動かしてリフレッシュします。

N 子どもを叱ったときにフォローする人がいないので、叱りっぱなしになってしまつのが悩みです。叱った後、なぐさめ役にもならないといけないので、その切り替えが難しいなと思っています。

Y 子育てでストレスを感じることはないかな…。でも、経済的なことではストレスを感じます。基本ポジティブな性格だし、子どものやりたい気持ちを制限したくないので、がんばっちゃいます。

<シングルママ> トーク



作 行政や学校に「こうしてほしい」というような要望はありますか？

Y シングル家族が受けられる割引や助成について、窓口で声を掛けてくれるといいなと思います。ネットとかで調べて「ああ、こんな割引があったんだ」と後から分かることが多いので。

N どんな割引・助成があるのか、項目だけでも分かりやすく教えてほしいよね。

Y あと、各市町村で申請書類が違うのもどうにかしてほしい。

K うちの娘は小学3年生なんですけど、来年から「ひまわりクラブ(放課後児童クラブ)」が利用できなくなってしまうので、どうにかならないかと思ってしています。

苦しいときは友だち！
オープンマインドで
力を抜こう！

作 子育てで、困ったときや悩んだときはどうしていますか？

K 私は、同じ年代の子どもを持つ友だちに話を聞いてもらいます。悩みを聞いてもらって「分かる」と言ってもらえるだけで、

ママも子どもも自立！
一緒に時間は
思い切り楽しむ！

作製委員(以下K) 皆さんの生活スタイルについて教えてください。

Kさん(以下K) 今、私はアルバイトをしながら看護師の資格を得るために学校に通っています。実家も遠くて頼れないので、娘には家事を手伝ってもらったり、いろいろ助けてもらっています。

Nさん(以下N) 私は離婚後、社会保険労務士の資格を得て、勤務労務士としてフルタイムで働いています。子どもと過ごす時間は朝と帰宅後。両親と同居なので、長期の休みでも安心していきます。

Yさん(以下Y) 今年、地元の新潟へ戻ってきました。現在はパートで訪問介護の仕事をしています。不規則な仕事なので、子どもとの時間はあまりないです。でも、子どもたちも大きいので、友だちと遊んだり自由になっていますね。

作 子どもと一緒に遊ぶのはどんなふうに過ごしていますか？

K 友だち家族とバーベキューをしたり、娘も好きなアーティストのライブに行ったりと、少ない時間でも思い切り楽しむようにして

N 私も平日はあまり時間がない
います。



ので、休日子どもと出掛けて一緒に過ごすようにしています。子どもが所属するスポーツチームの応援やサッカー観戦、キャンプ、スキーなどですね。

Y 仕事が不規則で土日休みじゃないんですね。でも、時間が空いたときには家に帰ってご飯の用意をしたり、子どもの練習試合を観に行ったりしています。



悩んでいるのは私だけじゃないんだって思えるから。

N 私も同じですね。子どもの友だちのお母さんとか、聞いてもらうだけでストレス発散になります。

Y 私は新潟に戻ったばかりで、まだ友だちが少ないんですけど、子どもの友だちのお母さんとか、近所の人とかに話を聞いてもらいます。

作 今、子育てをがんばっている<シングルママ>にメッセージをお願いします。

Y 周囲の親切は素直に受け取って。どんなことでも、何とかなるものだから大丈夫ですよ。

N 苦しいときは一人で抱え込まないで、「助けて」と声を出して



周りに助けを求めてください。周囲からの親切にはお礼を言ってお分のできることで返せばいいんです。

K 周りの親切には甘えてしまった方がラク。苦しいときはお互いさまで。自分のことをオープンにして、力を抜いていきましょう。

取材を終えて

作製委員・中曽根
周囲の助けを素直に受け入れる、という皆さんのお話はすこく心に残りました。

作製委員・石井
「今の状況を楽しむ」というポジティブな考え方の皆さんで、いろいろと参考になりました。

作製委員・富野
シングルであることをオープンにして、前向きに生きる皆さんの姿はいきいきしてました。