

『子育て世代へのメッセージ』

朗読者 森山 良子

19

私は一人の歌手として、長く歌い続けてきました。

そんな私にとって一番厳しく、そしてまたありがたい批評家は母だったかもしれません。叱られた思い出ばかりです。

10

私自身は家庭を持ち、子どもを育てながら、歌手として自己実現を図っていたつもりでしたが、子育ての最中には「もう、どうしたらいいんだろう」って思うことも再三ありました。

15

仕事に家事に育児にと、一日が何時間あっても足りない。どうしよう。泣き言や弱音を吐く暇もないほどの怒涛の日々をどう乗り越えてきたのか、全く覚えていないほど必死でした。

仕事をするこゝと、子どもを育てること。この二つを常に頭の中、心の中で切り替えていたような気がいたします。でも子育て中は、とかく子どもとの世界に閉じこもりがちです。

20

社会からポツンと置いてきぼりになったような孤独感。焦りやイライラから、つい目の前の子どもにあたってしまいそうになることもありますよね。

厚生労働省の調査によると、平成二十八年(二〇一六年度)に全国の児童相談所が対応した児童虐待件数はおよそ十二万件。

決して他人事ではないのです。

私たちにできることは、周りにいる子育てに悩んでいる人たちに声をかけ、励まし、相談に乗り、一人ぼつちにしないことです。

私の場合は、父や母の助けがあり、歌を続けることで自分を見失わずに仕事と子育てを続けることができました。

余裕のない子育て世代のみなさんに気分転換をとというのは、ちよつと難しい話かもしれません。でも上手にストレスを発散し、悩みをため込まないこと。とにかく自分のための時間を五分でも十分でもいいから作ることが大切だと思います。

今は公的な支援の輪も広がっています。行政の子育て支援サービスなどを利用してみるのもいいかもしれませんよ。それが家庭崩壊や児童虐待といった痛ましい出来事を少しでも減らすことにつながるのではないでしょうか？