

はねっと 7

仙台市市民活動サポートセンター通信 ばれっと

“ばれっと”には、仙台市市民活動サポートセンター(サポセン)にいろいろな人が集まり、それぞれの色(個性)が発揮され、新しい出会いや活動が生まれていく。そんな願いがこめられています。



その時心が動いた「今、私にできること」

小さく生まれた子を持つ親が、歩みやすい道を整えたい

インフィニティ

infinity～宮城リトルベビーサークル～は、2021年9月から、宮城県で、小さく生まれた子どもとその親のための居場所をつくっています。発起人で代表の村上さんも2020年9月、次女の詩幸ちゃんを予定日より3か月半早く出産。体重571g、身長29cmでした。サークルを立ち上げたのは、「これからどんな育児になるのか知りたい。同じ境遇の人と繋がりたい」という切なる思いからでした。

同じ境遇の親同士の繋がりが生み出したのは、小さく生まれた子どもと親の現状を変える一歩でした。例えば、「小さく生まれたことを誰にも言えない」、「早産した自分を責めてばかりいた」という声から、何でも話せる場所として交流会を開催。定期的に開くことで、悩みや不安を抱える親の孤立解消に繋がりました。また、交流会を通じて、既存の母子手帳が、親にとって精神的な負担を感じるものになっていることが分かりました。既存の手帳は、日本の赤ちゃんの出生時の平均体重3kg、身長50cmを基準としているため、小さく生まれた子どもの成長を書き込むことができないからです。サークルは、他県で制作されているサブブック「リトルベビーハンドブック」を参考に、県議会議員と協力



▲左から、副代表の黒田美由紀さん、代表の村上理美さん、副代表の洞口由香さん

して、宮城県への導入を進めました。2023年3月、体重は0gから記入でき、親自身の言葉で成長を記すことができるハンドブックが、宮城県でも形になりました。さらに、サークルは、11月17日の「世界早産児デー」に合わせた写真展を開催。交流会で挙げた、「小さく生まれてかわいそうと言われる」という声を受け、小さく生まれても元気に育つ姿を知ってもらおうと企画しました。出生当時の写真と現在の写真を並べて展示した写真展には、1日で41組102人が来場しました。

「多くの人に、小さく生まれた子どもがいることや、その親の思いをもっと知ってもらえたら」と話す村上さん。サークルのメンバーや参加者一人ひとりの声と行動が、自分たちだけではなく、未来の親たちも歩みやすい社会を少しずつ紡いでいます。



▲ほっとできる居場所「交流会」



▲宮城県版
リトルベビーハンドブック

infinity ～宮城リトルベビーサークル～

Mail infinity_miyagi_lbh@yahoo.co.jp

Instagram ▶





市民活動団体を紹介「市民活動突撃レポート！」

つながりが、回復への力になる

アルコール依存・アノニマス(AA)は、飲酒の問題をもった人たちの世界的な集まりです。一般的には相互支援グループと呼ばれていたりしています。自分の飲酒をコントロールできず、人生に様々な困難を抱えた人をアルコール依存症と呼びます。アルコール依存症たちは、回復を目指し定期的に「ミーティング」という集いを開いたり、様々なイベントを企画したりして交流しています。ミーティングでは、飲酒にまつわる経験やAAに通うようになってからの変化など、自分自身の物語を語り、分かち合います。これらAAの活動の土台にあるのは「同じ問題を抱える仲間を助けすることによって自分自身も飲まないことができる」という当事者たちの気づきと経験です。お互いが、飲まない生き方を支え合う存在になっています。

グループは、日本に約600以上、宮城県には20以上あります。「まだグ

ループが少ないエリアや、ミーティングが少ない時間帯もある。地元で苦しんでいる人にも、一緒に回復できるチャンスを広げたくて」と話すのは、2022年1月に仲間と3人で「AA仙台若林グループ」を立ち上げた当事者です。15年前にAAと出会い、再飲酒に苦しんだ時期を仲間と乗り越え、飲まない日々を重ねています。別の当事者は、「家に引きこもり飲んでいて時期が一番辛かった。飲んでいて自分を見られなくて人を避けていた」と振り返り、依存症は一人では解決しにくい病気であるにも関わらず、当事者は孤立しやすいと指摘します。

仲間との時間を通じて気づくのは、お酒を飲まない生活の楽しさ、生き方の改善点など人それぞれです。3人は「気軽に足を運んで」と、ミーティングへの参加を呼び掛けています。



▲飲酒をやめたいと願う人であれば誰でも歓迎
※家族や関係者なども参加できるオープンミーティングもあります。



AA仙台若林グループ ミーティング開催情報

●毎月第1・3・5月曜日19:30～20:30

会場：エル・パーク仙台

●毎月第2・4月曜日19:30～20:30

会場：仙台市市民活動サポートセンター

●毎月第1土曜日16:00～17:00

会場：仙台市若林市民センター

東北各県のAAミーティング等の情報はこちらから



▲AA東北
セントラルオフィス



活動に役立つ書籍を紹介「お役立ち本」

あの時も「こうあるべき」がしんどかった ～ジェンダー・家族・恋愛～

「男らしく、女らしく」「年長者らしく」などの決めつけにモヤモヤした経験はありませんか？本書には、多様な背景を持つ主人公たちの、社会にある「こうあるべき」に悩んだ経験談がマンガで描かれています。経験談から分かるのは、生きづらさの正体は、自分や他者への決めつけなのかもしれないということ。様々な家族の形や性の在り方、生き方を知ることを通して、「普通」は違って当たり前、「普通」は人の数だけあると気づくことができる1冊です。

著者：パレットワーク マンガ：ケイカ 発行：株式会社シンコーミュージック・エンタテイメント



つながる つなげる サポセン

仙台市市民活動サポートセンターとは

様々な分野の市民活動、ボランティア活動の支援施設です。
「自分たちのまちをもっと良くしたい」。そんな市民の自発的な活動を応援します。お気軽にご相談ください。

今月の休館日 7月12日(水)、26日(水)

開館時間 月曜日～土曜日 9:00-22:00

日曜日・祝日 9:00-18:00

休館日 毎月第2・第4水曜日(祝日の場合は翌日木曜日) 年末年始

〒980-0811 仙台市青葉区一番町四丁目1-3

TEL 022-212-3010 FAX 022-268-4042

[ホームページ] <https://sapo-sen.jp>

[サポセンブログ@仙台] <https://blog.canpan.info/fukkou/>

「ぱれっと」バックナンバーは
ホームページからダウンロードできます。



ほぼ毎日更新している「サポセンブログ@仙台」で、取材の様子やこぼれ話を配信しています。

編集・発行

仙台市市民活動サポートセンター

(指定管理者：特定非営利活動法人

せんだいみやぎNPOセンター)

発行日 2023年7月1日

デザイン PEACE Inc.

[Twitter]

@SCSC4CA

[YouTube]

サポセンちゃんねる

