# Cache-PAPA通信 VOL. 8

（カシューパパ）

## ～Cache-PAPA１周年記念号～

## 『Cache-PAPAの会』は『Cache-PAPA』に新しく生まれ変わります！！

２０１１年７月２４日に、Cache-PAPA の会は１周年を迎えました。これもひとえに、Cache-PAPA メンバー、ママ達、子供達、CacheCache スタッフの皆様、NPO 法人エンツリー様、各親子広場の皆様やパパ達、Cache-PAPA に関わるすべての人たちのおかげです。この場を借りて、御礼申し上げます。本当にありがとうございました。

今後、私達のグループ名「Cache-PAPA　の会」という名称を改め**『Cache-PAPA』**と変更し、新しくまたスタートを切ります。名前が変わっても、特に何かが変わるというわけではありません。変更理由として、

□ほとんどの方が「Cache-PAPA」と愛称で呼んでくれているので、「の会」は省くことにしました。
　「Cache-PAPA」のほうが呼びやすいし、覚えていただけるのでというのが一番の理由です。
□各八王子市親子広場のパパ会が発足し、名前をそれぞれ「SUN・パパ」「ゆめぱぱ」としているので、同じ仲間として統一しました。
□英語だけのほうがかっこいいから（笑）　などなど。

皆様、今後とも末永く、**『Cache-PAPA』**をどうぞよろしくお願いいたします！！

## Cache-PAPA代表　挨拶

Cache-PAPA代表 田所 喬・歩（２歳１０ヶ月）

みなさん、こんにちは。Cache-PAPA 代表の田所です。

Cache-PAPA１周年ということで、つくづく、時が経つのは早いものだなと感じています。過ぎる時間の早さ以上に、子供の成長の早さにも驚かされます。と同時に、子供の成長に背中を押されて、自分も成長しなければいけないなと思う毎日です。

この１年、パパのしゃべり場をはじめ、各イベント活動してこられたのも、Cache-PAPA メンバーのパパ達が力を合わせ、頑張ってくれたおかげだと思います。Cache-PAPA 達がいなかったら、この会は成り立ちません。

１年前は、街を歩いていても、ただすれ違うだけの人たちでした。それがこうやって一同に介し、いろんなことを共有しながら、多くのことを学んで、協力しあってやってこられたことは、何にも変えがたい、人生の財産だと思います。「地域に住む人たちが協力し合うことがいかに大事か」を思い知った一年でもありました。本当に、みんな、ありがとう。

また、パパ達が集まる機会を与えてくれて、いつもサポートしてくださった CacheCache スタッフの皆さんにも感謝の気持ちが絶えません。父親が育児にかかわりやすい環境を作ってくれているのも、CacheCache スタッフの方達です。堀之内が住みやすく、育児をするママやパパと育つ子供達に安全・安心を与えているのも、CacheCache　だと思います。いろんな意味で、CacheCache の存在は、とてつもなく大きいものです。本当にありがとうございます。

八王子市内のすべての親子つどいの広場（堀之内・西八王子・夢キッズ・楢原・大和田）にパパの集まりを作るというのは、この１年の目標でもありました。まだ形にならないところもありますが、ちょうど１年で、パパ会はすべての広場で発足させることが出来ました。各親子広場のパパ会を支える代表・副代表とパパ達がいなければ、その地域のパパのつながりは成り立ちません。すばらしいパパ達に出逢えたことに感謝するとともに、みんなで八王子のパパ達を盛り上げていこう！！と言いたいと思

います。また、各パパ会発足と活動は、各親子広場のスタッフの方々の理解がないと実現できなかったことです。
すべての皆様に、心より感謝したいと思います。

そして、何より、ママ達の協力や理解があっての、Cache-PAPA の活動です。一番身近で、一番大切にしないといけない人に、パパは日頃から感謝の気持ちを伝えましょう。本当にありがとうございます。

子供達も頑張ってくれました。パパのしゃべり場中も、寝る子もいたり、泣く子もいたり、暴れる子もいましたが（笑）、パパ達が頑張っている姿を見て、ちゃんと子供達同士遊んでくれていました（実際には、CacheCache スタッフの方々がみてくれていた所も大きいのですが）。僕達の「つながり」を運んできてくれたのも子供達です。子供達、みんなありがとう！！

そして、Cache-PAPA に関わるすべての方々に、深く感謝したいと思います。

この１年の Cache-PAPA の活動と、私自身の育児を通して感じた「育児（いくじ）」とは・・・

## □地域のつながりを広げ、地域で子育てを目指す「育地」

地域のつながりが出来ることで、親の目は増えます。自分の子ども以外にも目がいくことになるので、親の目は 2 つからどんどん増えていきます。そうすると、子供が安全に成長し、親が安心して子育て出来る地域社会につながっていくのです。これは「地域で子育てをする」ということを意味します。少年時代、近所のおやじに怒られたように、他の子供まで面倒を見て、みんなで、地域で子育てをする。理想的な子育てです。これからもそんなつながりを Cache-PAPA で作っていきます。

## □パパ自身の育児理解の浸透と育児力の向上を目指す「育自」

育児にかかわると、パパ自身も成長します。正確には、育児がパパを成長させてくれるのです。育児を通じて、コミュニケーション力、聞く力なども自然とついていきます。それは仕事にも繋がる力です。何よりも、育児理解を深めることで、ママの気持ちを表面上ではなく、もっと奥深くから理解できるようになります。
Cache-PAPA は、「育児の寺子屋」として、育児の情報共有や学習（パパのしゃべり場）も行っていきます。

## □ママの自己実現と育児負担軽減のため自由な時間をつくる「育時」

家族構成の変化により、「孤育て」が増えたこともあり、ママの育児負担も増えています。その負担軽減とストレス発散のためにも、ママには自由な時間が必要です。同時に、ママは母親である前に１人の人間です。自分のやりたいことや夢もあるでしょう。そのママの自己実現が叶うように、サポートし応援するのも父親（夫）としての役割だと思います。「ママの最大の理解者」にならないといけませんね。
Cache-PAPA は、今後も、パパのしゃべり場などで「ママの自由時間」を積極的に作っていきます。

## □子供達（次世代）の未来をつくる「育次」

「子は親の背中を見て育つ」—子供達の未来が明るく輝かしいものになるかどうかは、パパにかかっているといっても過言ではありません。私はそう思います。仕事だけでなく、地域でも輝くパパの姿を子供達に見せましょう！！自分たちの子どもが大人になったとき、どういう地域社会であったらよいのか。
子育の今だけを見るのではなくて、先を見ていきたいと思います。
Cache-PAPA は、子供達の良き未来のために、パパに何が出来るかを皆で考えていきます。

Cache-PAPA は、今後とも、「育地」「育自」「育時」「育次」というものを実現できるよう、さまざまな企画をし、積極的に活動していきたいと思います。まだ Cache-PAPA に参加されたことのないパパ達、是非、一度遊びに来て下さい。パパ達みんなで「育児（いくじ）」を共有しましょう‼「父親という特権」を楽しみましょう！！

—つながりが点から線へ、そして面と広がり、「父親が育児にかかわるのが当たり前の世の中」を目指して—

# Cache-PAPA副代表　挨拶
# 岡田 秀生パパ・直輝（なおき）君（1歳8ヶ月）

『自分らしく生きる子育て』

皆さんこんにちは、Cache-PAPA 副代表の岡田です。
Cache-PAPA の会も早いもので 7 月 24 日で 1 周年を迎えました。
これもひとえに代表の田所パパをはじめメンバーの皆さんのおかげと心から感謝しております。
光陰矢の如し、息子の直輝も 7 月 24 日で 1 歳 8 ヶ月になりました。
子供の成長に親が必死について行く…って言う感じです(^_^;)

ところで皆さん…自分らしく生きていますか？

50 歳にして初めての育児に思い悩み、世の中で大変なのは自分だけに思えていたあの頃の僕…
自分らしく生きる事など諦めなければならないと思っていました。子供の為、家庭の為…自分の夢など心の片隅にしまっておかなければ…と仕事に追われ日常に埋没していたのでした。
思えば 1 年前、家内の勧めで Cache-PAPA の会に、泣き叫ぶ息子を連れてしぶしぶ参加しました。
すると、驚いた事に「育児を楽しむ」などと、当時の僕には到底無理な事をテーマに話し合うというのです。
息子と二人きりで出かけたのも初めての僕は『そんなの無理だぁ！』って心の中で叫んでいました（笑）
しかし話し合う内に育児に悩んでいるのは自分だけじゃない、みんな悩んでいる事を知りました。
なんだか心のモヤモヤが晴れて嬉しくなったのを覚えています。
Cache-papa の会に参加した事で沢山のパパ友ができました。
バーベキュー、フォトコンテスト、クリスマス、ロゴや年賀状の作成、ハイキング、牛とのふれあい、ホームページ立ち上げ…そして飲み会（笑）パパ友と共に悩み、共に学び、共に笑いながら過ごした日々は僕にとって人生の大切な宝物です。
そして今では育児を楽しむ事ができるようになりました。ずっと諦めていた夢…ギターも田所夫妻のおかげでまた再開できました、本当にありがとうございます。実は先日（７月２４日）、たった 2 曲でしたが 25 年ぶりのライヴを行なう事ができました。息子はもちろん家内にも見せた事がなかった、心の中の僕の夢…
でしたが、場所になれていなかったからなのか？息子が泣き叫んでグズグズだった為、残念ながら客席には家内と息子の姿はありませんでした（泣）。
でも、ステージに立ち歌いながら、自分らしく生きる事は子育てしながらでもできる事を知りました。
いや！子育てをしている今だからこそ僕の心…感性が揺すぶられ歌いたくなったのだと思います。
次の夢は…
点から線へ…そして面へ、秋には田所代表の立ち上げてきた八王子市の育メンの会が一堂に会して育メンの大運動会を企画したいですね。
その時に Cache-PAPA の会のテーマソングを作ってみんなで歌えたら最高に幸せです　♪(´θ｀)ノ
家内や息子との日常を曲にして CD を作り、息子の 3 歳の誕生日にプレゼントしたいと思います
それぞれのパパにそれぞれの夢がある事でしょう。どうか自分らしく生きる子育てを諦めないで下さい。
そして家族がいつも笑顔でいられる地域を、一緒に作っていきましょう。

I Love Cache-PAPA ～ひとつになろう八王子～

最後に東日本大震災（東北地方太平洋沖地震）被災者の皆様の一日も早い復興をお祈りしております。

# 第１１回 パパのしゃべり場レポート

2011 年 6 月 25 日(土)13 時～第 11 回パパのしゃべり場(仔牛と触れ合おう会)が行われました
当日は、天気もなんとかがんばってくれて、快晴とはいきませんでしたが、無事、仔牛と触れ合うことが出来ました
北爪パパの取り計らいで、牛舎から仔牛を出してくれることになり、直接触れ合える良い体験が出来ることに。

今回の参加者は12名のパパと子ども
一度、CacheCache に集合してから、みんなで現地へ。
(左写真)12 名ものパパ達がベビーカーをおして歩く姿は圧巻だったようで、通行人も興味深々でした(この風景が当たり前になってくれたらいいのにな～)

現地に着いたら、牛がお出迎え(右写真)泣く子、黙る子、叫ぶ子、さまざまでしたが、一番興奮していたのはパパ達だったかもしれません(笑)小さい頃から動物と触れ合うことは、子ども達にとっても良いといわれています。愛情を学ぶこともそうですが、菌への免疫力がつくといわれ、動物園なんかも積極的に行ったほうがいいと聞いたことがあります。子どもたちが外で遊ぶことが少なくなっている現在、こうやって外に出て遊び、動物と触れ合う機会は沢山持たせてあげたいですね。牛は、下の歯しかないので、手を入れて噛まれても痛くない(仔牛だけかな？)、牛一頭から出る乳の一日の量は 30 キロ、など、「牛情報」も聞けて、よかったと思います。

CacheCache へ戻った後は、北爪パパによる「牛講座」(下写真)。「食育という観点で牛にも接して欲しい」と北爪パパは言います。

「食卓に牛乳や牛肉などが上がり、食べるときでも、その背景には生産者がいることを忘れないで欲しい。それが、生産者の願いです。そういうことが分かれば、食べ物も平気で残さないと思います。」

子どもの頃、僕たちが、散々、親に、学校で教えられてきたこと。それが、今パパになって、改めて「子どもへの教育」として、回ってきたのでしょう。まずは何より、親が実践ですね

「おなかが弱いのですが、牛乳はどう飲めばよいですか？」「やっぱり牛乳は無調整がいいんですか？」「牛って何種類ぐらいあるんですか？」「子どもに牛乳を飲ませるときに、どのくらいまで温めればよいのですか？」など、質問攻めでしたが、すべて丁寧に答えてくれました。
最後に、牛の生産者の方々からプレゼントが(右写真)みんな大満足でした
・・・・・
17 時 30 分～スタート(子どもをお風呂に入れてくるパパもいましたので、実際には 19 時くらいから全員がそろいましたが)、恒例の「Cache-PAPA 懇親会(飲み会)」も、堀之内界隈の居酒屋で行われ、8 名のパパの参加、おおいに盛り上がりました
「子どもの叱り方」「食べ物の好き嫌い」など、育児話が話のほとんど。もちろんお互いの仕事の話などもあり、また、今回、パパのしゃべり場にはじめて来てくれたパパも参加し、楽しい交流会となりました

北爪パパ、牛の生産者の皆さん、本当にありがとうございました

※パパのしゃべり場・救急救命講習・Cache-PAPA ソーイングクラブレポートは、Cache-PAPA ブログにも掲載されております！要 Check！ Cache-PAPA ブログ **http://ameblo.jp/cache-papa/**

# 『Cache-PAPAソーイングクラブ』発足！！

## パパソーイング「鍋つかみを作ろう！」開催！！

レポート：小國パパ（Cache-PAPAの会）

２０１１年７月３日(日)は、拙宅にて「パパソーイング(鍋つかみを作ろう！)」が催されました。

参加されたのは、Cache-PAPAの会メンバーのパパ・ママの総勢６名、講師は私の妻が担当させていただきました。
この日参加された皆さんが作ろうとしていたものは、女性の手のひらサイズの鍋つかみです。鍋をつかむときに使うのはもちろん、鍋を置くときの鍋敷きとしても使えます（左写真）。

参加メンバーを2組に分けて、1組目は10:00から、2組目は12:00から、それぞれミシンを使ってのソーイングをスタート！まずはミシンの基本的な機能の紹介、それからミシンでの試し縫いをしてから実技に入っていくという流れで講義は進んでいきました。実技で使う材料は、妻が事前に用意してくれました。どちらの組も、ソーイングに集中しているときの眼差しはとても真剣なものでした。でも、時には笑いが起こって和やかな雰囲気で時間は過ぎていきました。

一方で、ソーイングをやらない時間帯は、参加メンバーの方々にマンション内にあるキッズルームでお子さんたちのお世話をしていただきました。空調は完備されているので暑すぎることはありませんでしたが、人数が多かったためか少々せまく感じられました。そんななかでもお子さんのお世話をする様子はさすが！のひとことでした。自分の子であろうとなかろうと、泣いたりぐずついている子をあやす術は見ていて勉強になりました。

さて、再びソーイングについてですが、どちらの組もおよそ1時間半かけて鍋つかみが出来上がりました。参加されたメンバー皆さんの鍋つかみ完成直後のお顔は、「ひとつのこと」を成し遂げた後の、清々しくてとてもいいお顔をしていらっしゃいました。みなさんが集中して鍋つかみの作成に取り組んできた結果なのでしょう！

この日作成された鍋つかみは日常生活でも実際に役に立つものだと思いますので、ぜひ有効活用していただきたいと思います。また、体験していただいたソーイングは基本的なことだと聞いていますので、これをきっかけとして少しずつでもソーイングを継続していただければ、きっとご自分の財産になるものと信じています。

２組目のソーイングが終了してからは、途中で合流された１名のママも含めて拙宅にてランチ、その後はソーイング談義を経て、やがてリビングはお子さんたちの遊び場と化し、いつのまにか拙宅はプチカシュカシュみたいになってしまいました。実にパパ・ママが９人、お子さんが６人という、拙宅史上最多人数が集いました。
正直、自宅にこれだけの人数の人に来ていただけることを全く想像したことがなかったので、とても感激してしまいました。きのうは、拙宅にお越しいただいたみなさんととても楽しい時間を過ごせたと思います。本当にありがとうございました。次の機会がありましたら、またよろしくお願いいたします。

**講師の小國ママ　本当にありがとうございました！！**

# 乳幼児の救急救命講習が開催！！

レポート：小國パパ（Cache-PAPA の会）

2011年7月9日（土）は、堀之内 CacheCache にて、「乳幼児の救急救命講座」が開催されました。

講師を八王子消防署由木分署救急隊にお願いするという、本格的なものでした。

定刻前に会場へ到着すると、堀之内 CacheCache の前に救急車と消防車が停まっているではありませんか これらは講師の救急隊員によるもので、講座の途中に緊急の出動要請があった場合に備えての措置とのことでした。この日、そこでその講座が開催されることを知らなかった人たちは、救急車と消防車を見て「何が起きたんだ 」と思ったかも知れませんね。

定刻を過ぎて、講座は始まりました。まずは、自宅で子どもが意識不明になったときの処置方法について講師から説明がありました。

次に、その説明を受けて受講者たちが実技を行いました。実技は乳児と小児の訓練用の人形を用いて、2組に分かれて行いました。ここで言う乳児とは1歳未満を指し、小児は1歳以上8歳未満を指します。ちなみに、8歳以上は成人とみなし、大人たちと同じ分類になります。

処置の大まかな流れは、①肩をたたきながら声をかける ②反応がなかったら、大声で助けを求め、119番通報とAED搬送を依頼する ③気道確保と呼吸の確認 ④呼吸がなかったら、人口呼吸を2回行う ⑤人口呼吸が終わったらすぐに胸骨圧迫 ⑥AEDを使っての処置 というものでした。

乳児に対しては体がまだ未熟ということもあり、AEDは使えません。また、AEDには小児用と成人用の電極パッドがセットになって入っているのが普通で、8歳以上の子に対しては、上述したとおり成人に分類されるので、成人用の電極パッドを使うことになります。

このように、AEDを使う際にはいくつかの注意点がありますが、実際にAEDを使う局面では恐らく緊張＆興奮しているでしょうから、そのときに上記注意点を踏まえて落ち着いて対処できるかと言われれば、正直自信がありません。願わくば、AEDを使う事態が起きてくれなければよいのですが、少しずつでも教わった内容を復習して、いざというときに備えておく必要がありそうです。

まだまだ実技の途中でしたが、ここで緊急の出動要請が入り、講師の何名かは救急車で出動していきました。

この出動要請を受けて、講師から「八王子市で1日何件くらいの救急車の出動要請があると思う 」と質問がありました。答えは「90件」だそうです。しかし、その半分は不必要な要請とのことでした。僕は目の当たりにしたことはありませんが、救急車をタクシー代わりに使うというケースがあるそうです。その話を聞いていて、ひどい人がいるもんだを思ってしまいましたが、「では、救急車を呼ぶ基準、あるいは呼ばない基準はどこなのだろう 」と自問したときに、明確な答えは出てきませんでした。

受講者の方から同様の質問が出ましたが、講師の回答は「救急車を呼ぶ呼ばないの判断は自分でしてください」とのことでした。この回答は正直期待はずれの内容でしたが、まぁその回答が正解であれば不必要な要請が1日の半分あってもしょうがないのかなぁという気はします。それでも、不必要な要請のために、本当に救急車を必要としている人の救出が遅れて、その結果尊い命が無くなってしまったらそれはおかしい気がしますね。それを「その人の運命」と言われてしまえばそれまでですが…

ひととおり実技が終わった後は、講師のこれまでの体験談を聞き、そして受講者からの質問に対して講師が応答するという内容で、今回の講習は終わりました。今回の講習で学んだことは、時間が経てば恐らく忘れてしまうと思うので、定期的にこの類の講習は受講しておかないと実際には役に立たないような気がします。たいていの人は、実際の救命救急の局面に出くわすことは稀なことでしょうから。そういった意味で、今回の講習はとても有意義なものだったと思います。開催に尽力してくださった皆さんへ、本当にありがとうございました。堀之内 CacheCache でも、毎年1回はこの講習をイベント化して開催するなどして、少しでも救命救急の処置方法のスキルが地域に広まっていけばいいかもしれませんね。

最後に、堀之内 CacheCache の前に停まっていた消防車の写真です。

救急車は講座の途中で緊急出動してしまったので、写真撮れませんでした