

## “オカカオさん” の子育て

平成 28 年 4 月、2,500 グラムに満たない小さな男の子を出産。子どもが欲しいと思ってから 7 年、やっと産まれてきてくれた赤ちゃんでした。仕事もやめ、専業主婦となり一緒にいられた時間は幸せな時間でした。この時期は心身共に余裕があって、「もう 1 人欲しいな」と願うようになり、それから間もなく 2 人目を妊娠しました。

妊娠中はつわりがひどく、横になっていないと辛い毎日でした。お兄ちゃんは離乳食が終わるころから食が細くなり、あまりご飯を食べなくなりました。なだめても、味付けや食材を変えても食べてくれず、あせった気持ちから「いい加減ちゃんと食べなさい！」と怒ってしまうこともありました。今となっては怒ってもどうにもならないとわかるのだけれど、そのときは“食べさせて体重を増やさなきゃ”という一心でした。

そんな中、平成 30 年 2 月に弟が産まれました。日中は 2 人の子どもの面倒をみて、夜は 3 時間ごとに授乳。365 日 24 時間休みなく先が見えない日々。寝不足のせいか、めまいや吐き気の症状に襲われ、マイナスの感情ばかりうまれていました。

お兄ちゃんはいよいよ期に入り、癩癩が強くなりました。感情のまま泣きわめく姿にどうしたらいいのかかわからず、イライラが募って、お兄ちゃんをかわいいと思えなくなっていました。「母親失格だ」と自分のことがどんどん嫌になっていって、今振り返ってもこのころは限界でした。

夫は仕事上、数週間家にいないこともあって、育児は基本私一人でした。それでも休みの日には、お兄ちゃんを連れて公園へ遊びに行ってくれました。週末には義父母の家にお泊りさせてもらうこともあって、家族も気遣ってくれていましたが、自分から頼ることがうまくできなくて、誰にも心の内を話すことはできませんでした。

心身共に限界にあったとき、3 歳児健診で町の保健師さんと出会いました。「困っていることはないですか？」ときかれ、「上の子がかわいく思えなくなり辛い」と、ずっと誰にも言えずにいた心打ちを泣きながら話しました。私の気持ちを受け止め、「お母さん、よくやってるよ」と優しく声をかけてくれました。保健師さんからの紹介で、お兄ちゃんは発語が少なかったこともあって、発達支援センターに通うことになり、私はペアレントトレーニング（子どもとのかかわり方を学ぶプログラム）を始めることになりました。身内と話をするより、町の職員さんの方が素直に何でも相談することができて、私には合っていました。話を聞いてくれる人ができたことが何よりとても大きかったです。勇気を出して「辛い」と声を上げて本当によかったと思っています。

教わったことを実践していくうちに、お兄ちゃんの癩癩は少なくなっていきました。私の気持ちの安定と、かかわり方の変化で、お兄ちゃんも「ぼくのことをちゃんと見てくれていて」と感じてくれていたのだと思います。

4歳になるころ、お兄ちゃんは幼稚園へ入園し、集団生活の中で確実に成長していきました。周りの子の影響でご飯も食べるようになりました。今思うと、下の子が産まれたばかりのころ、一番不安でストレスを抱えていたのはお兄ちゃんだったと思います。“お兄ちゃんごめんね”

先日一緒にお風呂に入ったとき、「お母さん、いつまでにいの髪の毛洗うの？」ときいたら、「19歳！」ですって！まさかそんな答えが返ってくなんて想像できないですよ、笑っちゃいましたよ！子どもって自分とは違った感性を持っていて楽しいです。

子育ては大変なこともあるけれど、今しかないこの時間が私にはかけがえないものです。子どもたちからたくさん愛情をもらって、私は今、人生で一番しあわせです。

