



## リーダー志願に関心がありますか

リーダーはラ・レーチェ・リーグを代表する存在です。そのため、リーダー志願に関心がある人は、ラ・レーチェ・リーグの考え方や目的を十分に理解することが大切だと言えるでしょう。この資料には、志願に関してよくある質問とその説明がまとめられています。なお、ラ・レーチェ・リーグではリーダー志願が受け付けられてリーダーになるための準備をする人を「アプリカント」、そしてそのアプリカントがおこなう学習を「アプリケーション」と呼んでいます。

### ◆ ラ・レーチェ・リーグは何を目的に活動していますか

ラ・レーチェ・リーグの目的は、母乳で育てたいお母さんが母乳育児をしながらすてきなマザリングができるように励まし、母乳育児とそれに関連することについて理解を深めるようにサポートすることです。国際的に活動しているラ・レーチェ・リーグは、母乳育児に関心がある人へ学習の機会を提供し、特定の宗派や党派を支持せず、あらゆる差別もおこなわず、ラ・レーチェ・リーグの目的とほかの活動の目的を混同しないという厳格な方針を掲げています。母乳育児のサポートをどのような信条を持つ人へも提供するために、ラ・レーチェ・リーグはこの方針を尊重しています。母乳育児をしているお母さんが子どものニーズを敏感に察して的確に対処するには、「お母さんからお母さんへ」のサポートが役立ちます。リーダーはその姿勢を心がけ、相手が自分の家族に合った選択をできるように情報とサポートを提供します。

### ◆ ラ・レーチェ・リーグは何を信じて活動していますか。

ラ・レーチェ・リーグのリーダーは、「母乳育児には、身体的、および精神的な面での利点が数多くあり、お母さんと赤ちゃんの双方にとって最善の選択であること」、また、「親子関係を築くときに母乳育児が最も効果的な選択であること」を信じています。ラ・レーチェ・リーグの活動の基盤となる考え方や理念は、ラ・レーチェ・リーグ日本発行の『だれでもできる母乳育児』の全般にわたって説明されています。この本は、何世代にもわたって、子育てに関する質問に答え、育児をしているお母さんへ元気を与えてきました。

「ラ・レーチェ・リーグの考え方」は、次に挙げる10コンセプトにまとめられています。

- 母乳で赤ちゃんを育てることは、赤ちゃんの基本的欲求（ニーズ）を理解し、満たしてあげるのにいちばん自然で効果的な方法です。
- お母さんと赤ちゃんは、よい母子関係を築けるよう、また十分な母乳が出せるよう、生後早い時期からひんぱんに、母と子が一緒に過ごす時間を持つことが大切です。
- 子どもは生まれてから数年間、食べ物を求めるのと同じように基本的欲求（ニーズ）として、「お母さんと一緒にいたい」という強い欲求（ニーズ）を持っています。
- 母乳は、赤ちゃんのその時々必要に応じて自在に変化する、自然な食べ物です。
- 月満ちて生まれた健康な赤ちゃんなら、おおよそ生後半年ごろになって、母乳以外の食べ物が必要な兆候を見せるまで、必要なのは母乳だけです。
- お母さんと子どもの「おっぱい関係」は、理想的には子どもの側からおっぱいを必要としなくなるまで続けられたらと考えます。
- 出産に、お母さんが準備をして「自分で産む」という積極的な姿勢で臨むことは、母乳育児のすばらしい出発の助けとなります。
- お父さんが愛情を込めて子育てを応援したり、手助けしたり、さらに積極的に参加したりすることは、授乳中の母と子にとって心強い支えとなり、母乳育児をいっそう豊かなものにします。また、お父さんならではの赤ちゃんとのかかわりは、早い時期からの子どもの成長における大切な要素となります。
- よい栄養とは、バランスよくたくさんの種類のものを、できるだけ自然に近い形でとることです。
- 子どもには、赤ちゃんのときから自分の能力を認めてもらい、気持ちを十分くんでもらえる「愛情ある導き」が必要です。

#### ◆ リーダーはどのような活動をするのですか

「リーダーの5つの基本的務め」は次のとおりです。

- 電話、メール、対面により、「1対1」を基本としてサポートする
- 毎月の集いを運営する
- グループを運営し管理する
- 最新の母乳育児情報に精通する
- リーダー志願を希望する人やアプリカントをサポートする

多くの新リーダーが、「リーダーの5つの基本的務め」から仕事を始め、アプリケーションで身につけたスキルを役立てます。そして、リーダー活動をおこないながらラ・レーチェ・リーグのほかの仕事を引き受ける人もいます。グループに複数のリーダーがいるときは、仕事を分担することができます。

- ◆ 母乳育児をしているお母さんをサポートしたいのですが、リーダーの務めをすべて引き受けるだけの時間がありません。それでも、私にリーダーが務まるでしょうか。

「リーダーの5つの基本的務め」の4つ目に挙げられている、「最新の母乳育児情報に精通する」ことはすべてのリーダーに必須です。そのほかの4つの務めはリーダーが選択できます。それ以外のことでラ・レーチェ・リーグに貢献することを希望する場合は、グループのリーダーや認定部に情報を求めましょう。なお、その場合もアプリケーションでは、電話相談や集いの司会という基本的な務めをおこなうのに必要なスキルと知識を身に着けることが認定を受けるために必須となります。次に挙げるのは、リーダーが現役でいるために必要なことが書かれた「活動中リーダーの定義」です。

#### 活動中リーダーの定義

活動中のリーダーとは「PSR：ラ・レーチェ・リーグ・インターナショナルの方針と規則」で定義されているリーダーの基本的務めを担うこと、もしくは、その他のことでラ・レーチェ・リーグに貢献すること、あるいはその両方をおこなうことにより、ラ・レーチェ・リーグの使命を果たす者をいう。活動中のリーダーはリーダー費を納め、リーダーとしての学習を通して最新情報に精通し、定期的に組織と連絡をとる。

- ◆ リーダー志願するために必要な条件はありますか。

「志願のための必要条件」は次に挙げるとおりです。

#### 個人の母乳育児経験

- 志願する時点で、少なくとも9カ月間母乳育児をした経験がある。
- 赤ちゃんが栄養的に母乳以外の食べ物を必要とするまでは、母乳だけを飲ませていた（例えば、月満ちて生まれた健康な赤ちゃんなら、おおよそ半年くらいまで）。
- 赤ちゃんがすでに乳離れをしている場合は、少なくとも生後1年くらいは母乳を飲ませていた。
- その後赤ちゃんの自然なニーズ(基本的欲求)を大切にしながら乳離れをしていった。

注: 志願を希望するお母さんの母乳育児経験が例外的な状況だった場合は、特別に考慮される場合もある。

#### マザリング経験

- 赤ちゃんに直接母乳をあげるのは、栄養を与えるにも、育てるにも、安心させるにも理想的な方法であると信じている。
- 赤ちゃんには母乳が必要なと同じように、母親である自分がそばにいてあげることが必要だと認識している。
- 母と子が離れることがあっても赤ちゃんに十分気を配り、赤ちゃんのニーズを尊重している。

## ラ・レーチェ・リーグでの経験

- ラ・レーチェ・リーグの会員である。
- ラ・レーチェ・リーグの目的と考え方を支持している。
- 通えるところにラ・レーチェ・リーグの集いが開かれているようなら、少なくとも 1 シリーズ参加し、ラ・レーチェ・リーグに積極的にかかわる。
- 『だれでもできる母乳育児』が母国語で入手できるならその最新版を所有し、ラ・レーチェ・リーグリーダーのための最良の参考文献として、内容を把握している。
- ラ・レーチェ・リーグリーダーから推薦されている。

## 個人の資質

- アプリケーションとリーダー認定のための準備を終え、ラ・レーチェ・リーグリーダーの務めを果たせるだけの、言葉を使った十分なコミュニケーションが取れる。
- 個人の違いを受け入れ、ほかの人を尊重する。
- ほかの人に温かく、共感を持って接することができる。
- 効果的なコミュニケーション技術を身につけていること、もしくはそれを前向きに学ぶ意思がある。

### ◆ 「志願のための必要条件」を満たしているかどうか知りたいのですが、どうすればいいですか。

ラ・レーチェ・リーグのリーダーと話し合い、あなたの育児体験と考え方が「志願のための必要条件」を反映しているか考えましょう。リーダーはあなたの質問に答え、アプリケーションの内容や料金について説明します。近くにグループやリーダーが存在しない場合は、ラ・レーチェ・リーグリーダー認定部 <https://secure759.sakura.ne.jp/ssl.llljjapan.org/ladform.php?gname=lad> までご連絡ください。

### ◆ リーダーに志願することが私の状況にそぐわない場合、リーダーになること以外に、母乳で育てているお母さんを支援する道はありますか。

もちろんです！ 積極的に集いに参加する人は、グループの原動力ともなる存在です。集いであなたが体験談を語ることで、ほかの参加者は母乳育児を身近に感じ、自分にもできると思うでしょう。それは、ラ・レーチェ・リーグが尊重する、「お母さんからお母さんへ」というサポートの姿勢を象徴しており、困難な体験を克服する励みになります。また、図書係、会計係、歓迎係などのグループの仕事を担当することも大きな貢献になります。あるいは、ボランティアであるリーダーとしてではなく、ラクテーション・コンサルタントのような専門資格を取得してお母さんを支援することに興味を持つかもしれませんね。

ラクテーション・コンサルタントとは、個人的に開業したり、病院や医師、またそのほかの医療専門家に雇用されたりして母乳育児の相談にのる職業に就く人を指します。最もよく知られている国際認定ラクテーションコンサルタント (IBCLC) は、ラクテーション・コンサルタント資格試験国際評議会 (IBLCE) によって与えられる専門職資格です。IBCLC に関する日本語情報は IBLCE のウェブサイト

<http://ibclce.org/flags/japanese/>をご覧ください。IBCLC 及びその他の母乳育児支援にかかわる専門家のための非営利の支援団体としては、NPO 法人日本ラクテーション・コンサルタント協会(JALC)があります(ウェブサイト <http://jalcn-net.jp>)。ラ・レーチェ・リーグ日本とは正式な協力関係にありますが、別の組織です。

#### ◆ アプリケーションの学習には何が含まれますか。

アプリカントは、次のような学習をします。

- 認定部所属リーダーとの文通で自分の母乳育児とマザリングの体験を「ラ・レーチェ・リーグの考え方」に照らし合わせながら話し合う。機会があれば、電話や実際に会って話し合うこともできる。
- 母乳育児に関する基本的な情報と知識について学び、母乳育児をしているお母さんを支援するスキルを身につける。
- 母乳育児でよくある心配事に相談者が自分で対処するのをサポートすることを学ぶ。
- 特別な母乳育児の問題に直面したお母さんを支援するための姿勢や、関連のある情報を入手するための方法を学ぶ。
- 必読書を読む
- 相手の話をよく聴いたり、集いの司会をするコツを学んだりして、リーダーの務めに必要なスキルと知識を身に着ける
- ラ・レーチェ・リーグには地域での役割と国際的な場での役割がある。それぞれに何があるかを理解する
- 機会があれば、ラ・レーチェ・リーグのコンファレンスやワークショップに参加する

#### ◆ アプリケーションにはどのくらいの時間がかかりますか。

アプリケーションにかかる時間は、アプリカントがすでに持つスキル、子どもの数や年齢、自由になる時間の長さなど、さまざまな理由で異なります。また、アプリケーションの学習を進めるペースも個人によって変わると言えるでしょう。メールが普及した現在は、多くのアプリカントが約1年でアプリケーションを終了して認定を受けます。

#### ◆ ラ・レーチェ・リーグのリーダーになるのは、素晴らしいと思いますが、私は毎日忙しくしています。リーダーの仕事をする時間が十分にあるでしょうか。

あなたは、すでに家事や育児など、いくつもの役割を果たしていますね。ラ・レーチェ・リーグのリーダーは家族のニーズを最優先します。そして、リーダーの務めも優先的におこなうように心がけています。リーダーはこの2つの役割のバランスを保ちながら、その他のこともやりくりする工夫をしています。あなたがアプリケーションの学習に費やす時間は、将来リーダーとなって仕事をするときを使う時間とほぼ同じであると言われてしています。

アプリケーションのために時間を見つけることは、将来リーダーになったときに仕事をする時間を作り出す練習になるでしょう。あるいは、しばらく待って十分に時間が取れるようになってから志願したいと思う人もいます。グループのリーダーに相談してみましょう。あなたの状況を説明して話し合うことが助けとなるかもしれません。

◆ **アプリケーションが終了しリーダーになる準備ができたということは何で判断するのでしょうか。**

アプリカント、サポートリーダー、認定部所属リーダーの3人が、協力してアプリケーションに取り組みます。そしてラ・レーチェ・リーグ本部理事会が定めた「認定のための必須項目」をアプリカントが満たすことを目指します。

**認定のための必須項目**

- 「志願のための必要条件」を満たしている。
- 約1年間、赤ちゃんを母乳で育てた経験がある。
- 「ラ・レーチェ・リーグの考え方」を理解していることを示している。
- 『付録18』に記載された「母乳育児の基本と援助のためのスキルに関する必須項目」の中の「母乳育児の基本と援助」についての知識を習得している。
- 『付録18』に記載された「リーダーのスキルに関する必須項目」の中の、リーダーのスキルや姿勢を身につけていることがわかる。
- リーダー認定に必要なアプリケーションを修了している。
- ラ・レーチェ・リーグリーダーの『誓約書』に署名している。

アプリカントが以上の必須項目をすべて修了し、文通に取り組んだ認定部所属リーダーが『誓約書』に署名を書き加えたときがリーダー認定となります。それ以降は、リーダーに訴訟問題が起こったときのための保険の対象となるので、リーダー活動を始めることができます。

◆ **リーダー志願したいと思います。まず何をすればいいですか。**

集いに参加してラ・レーチェ・リーグの活動に親しみましょう。近くに集いが開かれていれば、1シリーズ4回の集いにすでに参加した経験があることが「志願のための必要条件」の1つになっています。集いに参加したことがあれば、グループのリーダーに連絡して、志願前の話し合いをおこない、「志願のための必要条件」をすべて満たしているかリーダーと一緒に確認しましょう。

最寄りのグループやリーダーの連絡先を知りたい人は、ラ・レーチェ・リーグ日本オフィシャルサイトの集いの案内 [http://www.lll-japan.org/group\\_index.html#group01](http://www.lll-japan.org/group_index.html#group01) をご覧ください。近くにグループやリーダーが存在しない場合は、ラ・レーチェ・リーグ日本リーダー認定部 <https://secure759.sakura.ne.jp/ssl.lll-japan.org/ladform.php?gname=lad> までご連絡ください。