

私たちの取捨選択

「正解」より、私たちの「ベスト」を

葛藤も、迷いも、全部抱えて。

5人の母親たちが選び取った、日々のリアル。

仕

事、家庭、子育て——。日常の中で、私たちは無数の「選択」をしながら生きています。どれも大切。けれど、限りある時間の中で何かを選べば、何かを手放さなければならぬ。そんな現実を、母親として、働く女性として、日々実感しています。

この特集を担当している私自身、夜勤のある夫と共働きの家庭を営んでいます。14歳と10歳の子どもがいますが、家族の病気や突然の出来事、習い事や学校行事に対応するのは、ほとんど私一人。いわゆるワンオペです。私が入院した際にも、夫は職場での調整がつかない状況にあり、早期退院せざるを得ませんでした。

それでも、現在の仕事に挑戦し続けているのは、働くことにやりがいを感じ、自分なりのワークライフバランスを追い求めたいと思うからです。

昨年、日本で初めての女性総理大臣が誕生しました。3月8日の

「国際女性デー」に象徴されるように、社会の中で女性がリーダーとして存在することが特別ではなくなりつつあります。一方で、家庭や職場ではまだ「男性が仕事」「女性が家庭」といった価値観が根深く残っているように感じます。

今回の特集では、様々な環境のもとで子育てをしている5人の母親が、どんな「選択」を重ねながら日々生きているのか、リアルな姿をご紹介します。

ページをめくれば、きっとあなたとどこか重なる思いや決意に出会えるはずです。「私もこうしたいんだ」と、少しでも心が軽くなるような、そんな取捨選択の物語をお届けします。

ヨーロッパでは、黄色いミモザの花は寒く厳しい冬が終わり、暖かな春の訪れを告げる「幸せの花」と言われ、女性のシンボルとして多くの人々に愛されています。花言葉は「感謝」「思いやり」「真実の愛」。「大切な人やお世話になった人に贈る花」として親しまれています。

International Women's Day 3.8

3月8日は「国際女性デー (International Women's Day)」です。別名「ミモザの日」。女性たちの成果を称えると同時に、教育・雇用・政治参加などに残る格差や不平等、暴力の問題を考える日とされています。2026年は、「権利、正義。行動。すべての女性と少女のために。」をテーマに、差別的な法律や慣習をなくし、誰もが平等に権利を守られる社会づくりを呼びかけています。

CASE 2

安達 裕子 さん

40歳・上毛町出身
夫、息子(10歳)、娘(7歳)

スマホの
向こうに広がる、
新しい私の居場所

元・栄養士。転勤族の妻。

育児とパートを両立する中での「もどかしさ」を経験。

京築・北九州のおすすめスポットを配信中!

を感じる日々。「子育て中だから仕方ない」という葛藤を抱えながら、数年が過ぎていきました。

「私」という名の、名刺に出会う。

転機は2023年、ちょうどコロナ禍が明けた頃。イベント企画のパートで出会った上司が、自身のInstagramのアカウントを名刺代わりに差し出す姿に、彼女は衝撃を受けました。

「SNSでの発信が、自分を証明する顔になる。なんてカッコいいんだろ」。



画質や映像の美しさがこだわり。自分がわくわくするものは、きっと画面を通して相手にも伝わるはず。

彼女自身、普段SNSを検索しながら「地域のイベント情報がひと目で分かれればいいの」と感じていたことから、複数の地域のイベント情報を、カレンダー形式にまとめた発信を「あんこ」の名でスタート。映像の美しさや音楽との調和にこだわった、自分が「好き」と思えるものを丁寧に紡ぎ始めました。

損得よりも、「つながる」幸福感

この活動は、収益を目的としたものではありません。パートの合間を縫っての発信ですが、そこで得たのはお金以上に価値のある「人との出会い」でした。「Instagramを始めていなければ、絶対に出会わなかった世代や業種の方々と繋がることができました。自分自身が楽しんで発信することで、その幸福感が見ている人にも伝わり信じています。あったら嬉しい、スムーズ。そんな誰かの小さなお手伝いができる存在になりたいと思っています」。

現在は、SNSの枠を超え、近所の公民館での太極拳教室や味噌づくりなど、身近なコミュニケーションの豊かさにも目を向けています。

「ママ」でも「パート」でもない、一人の表現者「あんこ」として踏み出した一歩は、地域を、そして彼女自身の毎日を、鮮やかに彩り始めています。

check!

「あんこ」こと、安達さんの投稿は、こちらをご覧くださいませ。



anco_keichiku_event



CASE 1

中島 莉那 さん

26歳・山口県出身
夫、娘(4歳)、息子(1歳)

「失った」
からこそ見つけた、
私の居場所

大学3年生で長女を授かり、退学を選択。

現在は2児を育てる傍ら、

地域食堂「ただいま食堂～まにまに～」を主宰。

「出産のせいで、夢も学歴も失った」。

かつて、中島さんはそんな言葉を自分に投げかけていた時期がありました。大学3年生での妊娠。教員免許を取り、困っている人を支えたいという夢を追いかけていた彼女は、夢か子どもの命か、答えの出ない葛藤を抱えていました。母親に相談し、パートナーと話し合い、悩み抜いた末に選んだ「出産」という道。しかし、その先に待っていたのは想像以上に険しい現実でした。長女が生まれてわずか2か月後、心の支えだった母が他界。新生児を抱えた彼女は、帰る



「誰もが独りにならず、安心して帰ってこられる場所があったら」。そんなかつての自分の願いを、今度は私が街のみんなのためにカタチにしていきたいと思っています。

場所がなくなり、孤独を感じる日々が続いていました。

「失くしたまま」にしたくない

そんな彼女を突き動かしたのは、「出産のせいで夢を諦めたと思われたくない」という強い意志。そして自分自身が欲しくてたまらなかった「実家のような居場所」を作りたいという願いでした。資金もノウハウもない中、まずはSNSで思いを発信することから始めました。する

と、少しずつ共感の輪が広がり、昨年7月に「ただいま食堂～まにまに～」がスタート。賛同してくれる仲間や、地域の方々の支えにより、開催はすでに7回を数えるまでになりました。

完璧じゃなくていい。「パジャマ」でも立ち寄れる場所

最初はママたちの居場所として始めた子ども食堂でしたが、今では地域のシニア世代や不登校の子どもたちも集まる場所と



check!

ただいま食堂や来月オープンのカフェの情報は、こちらから確認できます。



中島さんの想いや活動内容が詳しく配信されています。

tadaima.manimani



4/11 田 OPEN! カフェの情報はこちらから。

manimani_cafe

市内外の公民館などで開催しているただいま食堂。多世代の笑顔が飛び交う。

CASE 4

田口 歩 さん

40歳・長崎県出身
夫、息子(18歳)、娘(16歳)

「正しい」より、
今の私たちが笑える
「ベスト」を

結婚を機に行橋市へ。

苔玉を糸で巻いたユニークな作品『ぐるぐるさん』を制作。

全国のマルシェを飛び回る。



育児も仕事も、正解を求めすぎなくていい。今の自分にとっての「ベスト」を積み重ねた先に、自分らしい生き方があると感じています。



4kaku.grgr

イベント出店前は、1日12時間以上も糸を巻き続けることも。

「あの頃の記憶が、ほとんどないんです。」
田口さんの20代は、まさに激動でした。見知らぬ土地で初めての育児。長男が生後2か月のとき、夫が交通事故で入院。収入が激減し、節約のためテレビも週に一度。極限状態の中、パートナードライブだった彼女は、必死にハンドルを握り、病院と自宅を往復しました。



育児ワークショップで出会った苔玉。これに糸を巻き付けた『ぐるぐるさん』。あの日、こうして作品へと生まれ変わりました。一つ一つ表情が違うところが、何とも愛くるしい。

を支えたのは、命の危機を共に乗り越えた夫との、お互いを尊重し合う深い絆でした。
「外で働く」というプレッシャーを超えて
子どもが成長し、パート勤務も経験。しかし、子どもの病気や行事で仕事を休まなければならないことが多く、知らず知らずのうちに時間と責任のプレッシャーが、無理を重ねた結果、過呼吸になるほど自分を追い詰めてしまっていました。

家族にとつての「ベスト」は何だろう――。
悩み抜いた彼女が出した答えは、好きなことを仕事にすることでした。作品づくりに没頭する時間や作品を通して出会った人たちとの温かな交流。それらは、硬く張り詰めていた心を優しく解きほぐしてくれました。
家族全員で育てる「私の仕事」
現在は、週末になると全国各地のイベントへ自ら運転をして出かけます。かつてのパートナーは、今や作品と夢を運ぶ

頼もしいドライバーになりました。そんな母の背中を見て、子どもたちも作品や販売方法のアドバイスをくれるといいます。「好きなこと」を通じて、家族の会話はより深く、温かいものになりました。
「育児も仕事も、正解を求めすぎなくていい。お金より大切なやりがいや自信を、私はこの『ぐるぐるさん』に教えてもらいました。」
選んだ道が「正解」かはわからないけれど、自分で選択したからこそ、今の彼女には揺るぎない自信が宿っています。

check!



7 | 2026.3



CASE 3

江藤 美保 さん

50歳・行橋市「えびす通り商店街」出身
夫、大学生の娘

「母」を卒業する
のではなく、
「私」を始める

養護教諭として勤務後、娘の進学を機に退職。

実家の「まるみ青果」をリノベーション。

雑貨とカフェの店「marumi handmade cafe」をオープン。



完璧じゃなくていい。一步踏み出せば、懐かしい友人や新しい仲間が必ず助けてくれます。改めて、行橋の人の温かさ感謝しかありません。

商店街に灯した、新しい光
いざ実家に戻ると、不安で眠れない日もありました。20年ぶりに再会した友人や地域の人たちが、次々と手を差し伸べて

「母親」としての役割を果たし、再び「自分」という人生の主役に戻った彼女の笑顔は、世代を超えて多くの女性たちに勇気を与えています。
チャレンジして、本当に良かった。
「母親」としての役割を果たし、再び「自分」という人生の主役に戻った彼女の笑顔は、世代を超えて多くの女性たちに勇気を与えています。

check!



全国からセレクトしたハンドメイド雑貨やアクセサリーが店内にはずらりと並びます。

marumi handmade cafe

住所 大橋3-6-1(えびす通り内)
時間 11:00~18:00
営業 火~金曜
駐車場 あり



marumi_fruits_cafe

お問い合わせはDMから!



hbc_fuk

カフェの詳細情報はこちらから

葛藤の末に掴んだ「家族の形」
人通りの少なくなった商店街での出店。そして単身赴任。当初、母親からは猛反対を受けました。「もし自分が男性だったら、家族ごと移住できていたかもしれない」というもどかしさもあったと言います。それでも彼女は、どうしても諦めることができませんでした。そんな中、夫や娘の「や



店主自身が大好きなインド刺繍のリボン。計り売りも!



近隣では取り扱いが珍しい、ドール服。