



リーダー志願に関心がありますか

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取り組む学習を「アプリケーション」と呼んでいます。リーダー志願に関する情報は <https://l11japan.org/lad/> で検索できます。また、この書類を https://l11japan.org/pdf/apply_leader.pdf でもご覧いただけます。

◆ 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赤ちゃんのニーズに応える温かい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に学習の機会を提供し、特定の宗派や党派を支持せず、あらゆる差別をせず、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人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」そして「友人から友人へ」といった同じ立場に立ったサポートの提供の仕方が役立ちます。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・リーグの考え方と使命」についての詳しい情報は <https://www.l11i.org/about/philosophy/> でご覧ください。

◆ 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重要な利点が数多くあり、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 インターナショナル発行の本、*The Womanly Art of Breastfeeding** (仮訳：「だれでもできる母乳育児」) と次のページにある「ラ・レーチェ・リーグの考え方」に説明されています。*The Womanly Art of Breastfeeding** 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に元気を与えてきました。

この本を読むことで、ラ・レーチェ・リーグという団体をより深く理解することができます。英語版のこの本の購入を希望する人はこちらをご覧ください。

<https://www.l11i.org/resources/womanly-art-breastfeeding/>

(※現在のところ *The Womanly Art of Breastfeeding* の日本語版は書店では入手できませんので、リーダーか認定部にご相談ください)

「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。
- 母乳は、赤ちゃんのその時々が必要に応じて自在に変化する、自然な食べ物です。
- 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。
- お母さんと赤ちゃんは、「おっぱい関係」が満足のいくものとなるよう、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、そしていっしょに過ごすことが大切です。
- 赤ちゃんのお父さん、ともに子育てをする人、パートナー、また家族の中で親しい間柄にある人が母乳育児の価値を理解し、愛情を込めて子育てをサポートすることは、母乳育児をいっそう豊かなものにします。（日本語仮訳）
- 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。
- 正期産で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、母乳以外の食べ物への準備ができた兆候を見せるまで、必要なのは母乳だけです。
- よい栄養とは、バランスよくたくさん種類のものを、できるだけ自然に近い形でとることです。
- 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ときまで続けられたらと考えます。
- 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、対面などにより、「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

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。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着けたスキルを役立てます。そして、リーダーの活動をしながらラ・レーチェ・リーグのほかの仕事を引き受ける人もいます。

- ◆ 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、リーダーの基本的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。それ以外のことでもラ・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果たす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「ラ・レーチェ・リーグの方針と規則」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、そのほかのことでもラ・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取る。

- ◆ 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。

個人の経験に関する必要条件

- 赤ちゃんを12ヵ月かそれ以上母乳で育てたことがある
- 正期産で生まれた健康な赤ちゃんならおおよそ半年くらいまで、赤ちゃんが栄養的に母乳以外の食べ物を必要とする様子を見せるまでは、補完する食べ物や補うものを与えていなかった
- 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として、母乳育児を選択した

ラ・レーチェ・リーグでの経験に関する必要条件

- ラ・レーチェ・リーグの会員である、または、志願するエリアの仕組みに応じた貢献をしている
- ラ・レーチェ・リーグの目的、使命、考え方を支持している

- インターネットを使っておこなわれるものも含めて集いに少なくとも 1 シリーズ参加したことがある
- リーダー活動はボランティアであることを明確に理解している
- 読める言語と形で手に入る場合は最新版の『だれでもできる母乳育児』に書かれた内容を把握している
- リーダーの基本的務めを果たす、あるいは『ラ・レーチェ・リーグの方針と規則』の「活動中のリーダーの定義」に書かれているようなそのほかの活動でラ・レーチェ・リーグに貢献する、またはその両方のための時間を作る意思がある
- アプリケーションの学習を修了する意思がある
- ラ・レーチェ・リーグリーダーから推薦されている

個人の持つスキルに関する必要条件

- アプリケーションとリーダー認定のための準備に必要なコミュニケーション・スキルを、その人が望む言語で使うことができる
- 個人の違いを受け入れ、ほかの人を尊重する
- 人を批判せずに情報とサポートを提供できる
- 必要に応じてリーダーの務めを果たすために要るコミュニケーション・スキルを身につける意思がある

◆ 「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費用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://liljapan.org/form.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合わない場合、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。会員の方が積極的に貢献してくださると、グループにとって大きな助けとなります。

次に挙げる選択肢も参考になさってください。

- 母乳育児に関係した活動グループに参加する
自治体がこのような企画をしていることもあり、母乳育児を支援する人と共に活動すること

ができます

- 国際認定ラクテーション・コンサルタント (IBCLC) の資格を取って活動する
これは、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 <https://iblce.org/japanese-2/> をご覧ください
- そのほかの資格で母乳育児や育児全般に関するものを取得して活動する

◆ 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、アプリケーションで認定部所属リーダー、あるいは、サポートリーダー* (アプリカントの学習をサポートするリーダー) と学習に取り組みます。サポートリーダーは『推薦状』を書いたリーダーであることが多いでしょう。

認定部所属リーダーとする学習：

- 「ラ・レーチェ・リーグの考え方」や基本的なリーダーの務めに関して文通で話し合う
- 「ラ・レーチェ・リーグの考え方」の理解を深める

サポートリーダーとする学習：

- リーダーのさまざまな仕事について話し合い、母乳育児の相談に応える練習をする
- 組織としてのラ・レーチェ・リーグの成り立ちを理解し、集いを開き、そのほかの務めをどのように果たすか学ぶ

個人的にする学習：

- 母乳育児をする人の中で話題となることに精通し、理解を深めるためにはどのような資料文献があるかを学ぶ
- 必読書やそのほかに役立つ本を読む
- 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、子どもの人数や年齢、自由になる時間の長さなど、さまざまな事情で異なります。また、アプリケーションの学習を進めるペースもそれぞれ違います。多くのアプリカントが半年から約1年でアプリケーションを終了して認定を受けます。積極的にまた、効果的にアプリケーションに取り組みながらも学習しやすいペースで進めることができます。

◆ 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るので、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果たす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、そのほか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に使う時間とほぼ同じであるといわれています。

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・インターナショナルの理事会が定めた「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。次に挙げる「認定のための必須項目」は『LLLの方針と規則』にある、「リーダー志願」に記載されています。

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
- 「ラ・レーチェ・リーグの考え方」を理解し、実践していることを示している
- アプリケーションのすべての学習項目を修了する
- *The Womanly Art of Breastfeeding** と『リーダーズハンドブック』が読める言語と形で入手できるなら読書する
- ラ・レーチェ・リーグリーダーの『誓約書』に署名している

(* 第2ページにある註釈をご覧ください。)

アプリカントが以上の必須項目をすべて修了し、文通をした認定部所属リーダーがアプリカントから『誓約書』を受け取っ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して、「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 https://lll-japan.org/group_index/#pg01 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までご連絡ください。
https://lll-japan.org/form_lad/