



BPファシリテーターとして長く見守り続けていきたい

「赤ちゃんがきた!」実行委員会徳島南部 小西 嘉代子

参加者の切実な声に必要性を感じて

「光のまち阿南」「野球のまち阿南」のキャッチフレーズでまちづくり事業をしている阿南市は、徳島県の南東部にある四国最東端の市で、人口は令和6年1月末現在で68,892人、31,485世帯で緩やかにながら確実に人口減少が進行中の自治体です。その阿南市でBPプログラムを実施するようになって、今年でちょうど10年になります。当初は県の委託事業や助成金を取得して自主的に実施してきた私たちですが、市に産後ケア事業として採択の要望書を提出する等働きかけ、令和2年度から市の保健センターの事業委託を受けて、現在6名のBPファシリテーターで、BPプログラムを実施しています。

令和5年度は6回のBP1プログラムに48組、3回のBP2プログラムには27組が参加して実施しました。BP1においては、コロナ感染拡大期の2020年3月と5月が中止になりましたが、これまで計55回実施し、2020年に始めたBP2は5回、2021年にはオンラインBP1にも取り組みました。

感染症予防対策をしながらさまざまな制約の中、感染拡大防止のすすめ方をもとに実施してきた数年。『こんなときだからこそこんな場があってうれしい』『誰でもいいから人と会って話がしたかった』など、里帰り出産も立会い出産もできなかった参加者の切実な声に、更にBP1の実施の必要性和効果を感じ継続実施してきました。

少子化がすすむ今

先日、厚生労働省が2023年の出生数が初めて80万人を割り、過去最少の75万8631人だったことを発表し、少子化の進行に歯止めがかからない状況を目の当たりにしたばかりです。阿南市も初産数の減少は顕著な状況で、発足当初は定員20組でのプログラムの実施もありましたが、コロナ禍の出生減によりBP1の参加数は平均1回10組前後となっているのが現状で、参加数が伸び悩んでいます。参加募集においてチラシ送付や広報掲載に加え、次年度からは阿南市公式LINEも活用して、更に子育て中の母親の目に留まるよう広報していく予定です。求めている人だけではなく、求めたつもりはなくても

「そこにある支援」になることが、つながってほしい人に届けられる支援になると思います。少子化が進むと、ますます赤ちゃんにふれたり、子育て中の親同士が会える機会が減り、孤立した育児につながるのは必然です。そのような時代だけに、BP1を介して子育て仲間ができる機会は大変貴重だといえます。出産後早期に母親と赤ちゃんに関わり、親の子育て意欲の向上や、それにより赤ちゃんの成長を促すことにつながるBPプログラムをできるだけ多くの親が体験し、元気な子育て期を過ごしてほしいと思います。

継続実施してきたからか、BP1プログラムの周知度が上がってきていることを実感することが多くなりました。参加者が友人に参加を薦めたり、子育てひろばに行って「BPプログラム」が話題になる等、口コミでBPプログラムが広がり、BPが初耳でなくなりプログラムの理解となって参加のきっかけにもなっているように感じます。

一方、プログラム終了後、参加者同士でサークル(団体)を作り、市の施設等を利用して、定期的に集まって交流を継続している場面も多くなりました。コロナが緩和され、集まりやすくなったことは大きな要因ですが、プログラムに毎週参加できたことが赤ちゃんを連れての外出のきっかけになり、BPに参加した馴染みの施設の場を確保して参加者同士が交流を深めています。

継続実施の大切さを実感

2023年9月の日本心理学会第87回大会の「初産婦における子どもの月齢に応じた支援ニーズの検討」(姫田知子:四国大学准教授)で、低月齢ほど育児協力があれば母親の負担感は減るが、半年を過ぎ1歳になるにつれて育児協力の有無によらず負担感が高まることを確認した発表研究を興味深く見ました。例えばBP1終了以降が家族に加え、家族以外からのサポートにより、肯定感を高めることが必要な時期だということです。それを実証するように、BPプログラム終了後も交流が続き、子育て仲間と交流することで、育児に対する母親の負担感が減少しているのではないだろうかと思えます。ある

BP1プログラム開催日に、たまたまBPサークルで集まる人とBP1参加者が遭遇し、会場入口で赤ちゃんを抱っこした数組で立ち話が始まっていました。初対面でも声をかけあい、BP1に「参加中」「参加した」というだけで、親しみを感じているのです。「BP」という共通語で仲間意識が持てる微笑ましく、うれしい空間に出くわしました。

2年前からはじめた第二子以降を対象としたBP2プログラムには、BP1修了者が参加を希望することも多く、それはBP1の満足感が高かったからだといえると思います。「BP1プログラムに参加してとても楽しかったのでまた参加したい」「この子と同じ位の月齢の赤ちゃんを育てている人とも友達になりたい」「上の子の子育ての悩みが切実」といった参加動機が多く、一人目とはまた違う子育てについて親子で参加しながら話ができる場を求めて集まっています。お試しでBP2参加者とBP1参加者が交流する場を作ったことがあります。BP1を修了したばかりの参加者にとって、きょうだいの子育てや保育園入園のこと等、BP1の仲間だけでは解決できない話題や、互いにアドバイスされたり、したりのやりとりができた、いい機会を提供できました。きょうだい子育てをしている人も自分の子育て経験を語ることで、自身の子育てを振り返り、自信を取り戻すことができているようでした。

このように、BPの魅力で実施を始めてから、コロナ禍を経験してオンラインBP1に挑戦、BP2も実施、次はBP3も実施できるかもと、この10年で微力ながら地域の親支援、ひいては子育て支援に関わり続けられたことに継続の大切さを改めて感じる機会となりました。

多くの仲間とともに

振り返れば、BPが発表された2010年頃、私は地元阿南市の認定こども園での保育士を経て、県立子育て総合支援センターの子育て支援コーディネーターに転職した頃でした。子育て支援者を対象とした事業を行っていたセンターで、地域の子育て支援活動の支援、子育て支援関係者の研修会の開催や情報提供、子育て支援ネットワークづくりなどを目的に事業をしていました。そんな折送付されてきたKKI事務局からのBPプログラムのパンフレット内容に関心を持ったのが、私がBPプログラムとの出会いでした。その後2014年度に県主催でBPファシリテーター養成講座を開催し、県内に34名のファシリテーターが誕生しました。その翌年は、県の委託事

業「親力アップ支援事業」として県内ファシリテーターがBPプログラムを実施できる機会が設けられ、それを機に阿南市在住の6名で実行委員会を発足し、阿南市内でBPプログラムを実施するようになりました。私は遅れて2017年8月に大阪で養成講座を受講し、共に実施してきました。その間、定期的に行う実行委員会を開催し、実施プログラムの検証と共有、KKI事務局からのプログラム内容の変更時には、勉強会をするなどファシリテーター同士が質を確保し、共通理解をもってプログラムに取り組んでいます。

一緒に活動するファシリテーターのうち、ファミリー・サポート・センターの所長、子ども女性相談センターの家庭相談員、保健センターのこんには赤ちゃん訪問員等が含まれているため、子育てのステージに母子と関われ、BP1プログラム参加前後にも関わることができるなど、親子とのつきあいがその後も続くことができます。私自身も、BP1で出会った親子に、4ヵ月健診時のブックスタート事業や図書館での読み聞かせで再会、阿南市立中学校で授業の一環で実施している「中学生と赤ちゃんとのふれあい交流事業（赤ちゃん授業）」にゲストとして参加してくれる親子にはBP経験者が多いこともあり、BPプログラム終了後の親子に再会する機会が多くありました。

また、近隣の海陽町のファシリテーターとも、プログラムの予定や報告、情報交換を行って交流を続けてファシリテーターの士気を高めています。

令和6年度は、県主催講座で誕生したファシリテーターの2回目の更新年です。今後も多数がファシリテーターとして継続してくれることを願いつつ、4年間開催できていなかった県内のファシリテーター交流会の再開を働きかけたいと思います。

必要な支援につなげられるように

最後に、参加者同士がBP1終了後のしばらくの間も交流が継続され、それが育児の心配ごとを軽減し、育児意欲の向上と母親の社会性を促していることが実感できるようになった今、BPファシリテーターは、プログラム終了後も「黒子」としてその後の参加者同士のつながりやきょうだい育児を見守り、子どもの成長と共に変化し必要とする支援につなげられるよう後押しできる存在でいられるよう、アップデートを心がけたいと思います。また、今後も長くBPプログラムが実施できるよう、ファシリテーターの養成を要望していきたいと思っています。

