

【BP(「赤ちゃんがきた!」)プログラム】各地の取り組み 4 大阪府河内長野市

私がBPプログラムに出会ったのは

河内長野市子育て支援センター 主任保育士 吉富 裕子

0歳時期の親の参加ニーズを実感

私の勤務する河内長野市では、子育て支援センターが中心となり出産前から孫育て世代まで、子育てにかかわるすべての市民が子育てに興味を持てるような事業を行うとともに、市内の子育て家庭がのびのびと子育てをできるように様々な角度から支援事業を行っています。特に親子だけが対象でなく、なるべく育児を孤立させることなく、出産前から出産がゴールではなく、親となる始まりで子育てに不安にならず、気軽に出かける場所と気軽に聞ける人の存在を知ってもらうように、妊婦向けの母親学級などにも出かけて広報活動をしています。

その効果もあってか、1歳未満の親子が予約なしで自由に集う「ベビータイム」への参加人数が年々増加しています。また、初めてベビータイムに参加する月齢も下がり、以前は4か月児健診以降の参加が多かったのですが、最近では生後2か月頃から参加している人が多くなってきています。育児講座もベビー対象のテーマが人気で「ベビーマッサージ」や「ベビーケアとママヨガ」などは、定員を超えて多くの応募があり、産後すぐにも安心して出かけられる場所を求めている人が多くなっていることを実感していました。

そのころ、NP(Nobody's Perfectプログラム)の研修会でBP(0才児の親向けのプログラム)を開発中だということを知りました。NPファシリテーター養成講座受講後、NPプログラムを3クール実施した頃です。NPの参加者は、プログラムに参加することで自分自身の価値観と向き合い、自分にあった子育ての方法を見つけるきっかけになることを実感していました。多くの方に受けてほしいプログラムだと思いつつ同時に、私自身は、毎回テーマは似ていても同じことは起こらない、まさに「生もの」と思うくらい、実施にファシリテーターの力量が問われることも実感していました。また市の子育て支援センターでの実施は年1回なので、多くの市民対象とまではとても行かないのも現状でした。

なので、0歳時期の参加のニーズを実感していたことと、NPよりは手軽に回数も多く実施できるという点からBPのファシリテーター養成講座をぜひ受けて早く実施してみたいと思いました。

違いは「基礎知識の整理」がないこと

河内長野市の子育て支援センターでは、NPやBP以外に独自で「赤ちゃん交流会」というプログラムを7年前から行っていました。ニーズに合わせて改良を重ねてきたのですが、現在の主な内容は



- ・1クール3回のプログラム(予備日として1回追加可)
- ・参加者は子どもの月齢により「生後9か月まで」「9か月～1歳半」などクラス分け
- ・広報で公募。定員10組(第1子限定ではなく第2子以降の方も参加可能)
- ・内容
 - 第1回目「お互いを知り合う」他己紹介 名前の由来 みんなに聞きたいこと など
 - 第2回目「専門職(栄養士または保健師)を囲んで」栄養や保健関係の情報提供と悩み事の整理
 - 第3回目「おすすめ情報」もっとみんなに聞きたいこと
- 予備日 サークルになるという希望があれば、予備日に話し合う

というものです。10組の参加者に4名のスタッフが入り、2名はファシリテーターとして輪に入り、残りの2名は周囲で同室保育の子どもの様子を見ながら母たちが安心して話せる場を作るようにしています。

参加者は子どもの月齢が近いという共通点で集まり、自由参加の広場ではなくスタッフがつながるきっかけを作ってくれるという安心感、3回が同じメンバー、第1子だけではないので、きょうだいのいる子育てについての情報が聞けるという利点もあります。

BPと似た部分も多いのですが、違いは「基礎知識の整理」の部分がないことです。スタッフが教える、押し付けるのではなく、DVDとテキストを利用して「基礎知識」を伝えるという部分が独自のプログラムにはない部分だったので、実際に実施してみるまではどのように参加者の方たちが感じるのか不安もありました。

【心の安定根】という言葉

今年度6月に、初めてのBPプログラムを前期9名の公募で実施しました。

初めは緊張してプログラムの簡単な説明がうまくできなかつたり、自分だけがたくさんしゃべりすぎている気がしたり、ファシリテーターは私一人で、もう一人はあくまでもアシスタントであるということに慣れなかつたりで戸惑いました。しかし、毎回終了後、記録を事務局に送る際にわからないことを相談できたのは、とても心強かったです。計画通りすすめるという事を忠実に守ることで、目的もずれることなく、4回のプログラムがすすむこともわかりました。

毎回DVDで流れる【心の安定根】という言葉は、すっかり母たちに定着していくのもわかりました。

絶え間なくBPを実施できることをめざして

広場に参加メンバーで遊びに来たときに、冗談で、泣いている子どもに「大変、心の不安定根が…」なんて言っているほどでした。参加者は仲良くなるだけでなく、助け合いながら育児する仲間となっていくことと思います。

「お礼が言いたくて…」

そんな中で、とてもうれしいできごともありました。生後2か月頃から ほぼ毎回ベビータイトムに来ていて「この子は寝ない子で、育てにくい」と言っていたお母さんがBPプログラムに参加しました。4回欠席することなく参加し、サークルにも入ったのですが、プログラム終了後 ぱったりと子育て支援事業に参加しなくなったのです。サークルの日も「子どもが寝てしまったから」という理由で欠席したので、何かトラブルでもあったのか、それとも体調が悪いのかと随分スタッフも心配していました。

ところがある日、子どもを抱っこして「お礼が言いたくて…」と、支援センターに来てくれたのです。みんなが心配していたことを伝えると「BPに参加して 子どものペースに合わせて生活してみると、実は私が出かけることを優先していたからこの子が寝なかつただけで、寝たから無理に出かけなくてもいいわと思うようにすると、とてもよく寝る子で、機嫌もよく家の中で親子でいてもぜんぜんしんどくない 結局 寝ない子にしていたのは自分だったのだと気づきました」というのです。「こんな早い時期に「心の安定根」「親子の絆づくり」という大事なことを教えてもらって 本当に良かった。ありがとうございました」とわざわざ言いに来てくれたのです。

その日も、ベビータイトムの日だったのですが、「歩きながら子どもが心地よく寝たので、部屋に入らずに歩いて帰ります」とそれだけを伝えて帰っていかれました。

とてもうれしくて、やっぱりBPを実施してよかったと実感させてもらえるできごとでした。

次々にサプライズが

その親子のことを心配していた他のスタッフにも、このできごとを伝えたところ、次はスタッフにも変化がありました。

BPのファシリテーターは、参加者10名以下なら私1人だけでできるので、地道に進めようと思っていたのですが、自ら2名のスタッフが「BPファシリテーター養成講座に申し込みたい」と言ってくれたのです。なるべくたくさんの方に参加できる機会を持つためには、やはり多くのファシリテーターが欲しいし、何より相談できる相手が身近にできることも大変心強いので、私にとっては初めての実施で2つもサプライズが起こり、偶然とは思えないBPの素晴らしさに触れたような気がします。

そのようなできごととも後押しして、今年度は当初2回の実施予定だったのですが、10月に追加でもう1回実施できました。

今回は、BPプログラムとしての公募ではなかったのですが、赤ちゃん交流会への申し込みがとても多く、申込者の中で「第1子の2か月～6か月」を抽出してみると、12名以上いたので、BPプログラムの説明をすると、全員が参加したいと返事があり、追加実施となりました。

しかし10名を超えるので私一人ではできないという問題があり、隣の市から急きよ、応援に来ていただくことになりました。結局14名の参加者でした。

やってみないとわからないこと

私にとっては2度目のBPでしたが、また初めてのできごとがたくさん起こりました。まず、他市のファシリテーターさんと共同で行うことで、全く知らない方の話し方や感じ方に触れることができたことです。また、いつも自分が何気なく行っている癖などにも気づかせてもらえる良い機会になりました。もう一つは、全体で14名なので7名ずつのグループに分かれて行うディスカッションは、時間的には余裕があったのですが、DVDなど共通の時間を合わせる時は、調整することが難しかったです。回を重ねればわかることもあると思いますが、まずはやってみないとわからないことも多いものです。

今回、実施してみて気づいたことは、4回目のピエロバランスで「やらなければならないこと」はたくさんあるのに、「自分のやりたいことがない」という方がいたことです。子育てしている自分に満足しているのか、それとも忙しすぎて自分のしたい事を忘れてしているのか、考える暇も無いということなのか？と考えてしまいました。ただ、参加者の様子からは、今の生活に満足しているという感じで、やらなければならないことも夫や他の家族と協力しているので負担になっていないとのことだったので、これからは不安というわけではないのですが、バランスという意味では考えさせられました。



初心忘れず地道に

今後、来年2月にもう一度BPを実施する予定です。そして、来年度はできれば、母親教室に情報提供に行っている産婦人科病院で助産師さんと共にプログラムをできないかと考え中です。

参加者の感想から「産後1か月頃が一番孤独感があり、しんどかった」「もっと早く参加してもよかった」との声もありましたので、退院後1か月健診のときに予約をしてもらえたら、絶え間なく実施できるのではないかと構想はふくらんでいます。でも、まずは初心忘れず地道に一人でも多くの人に…の気持ちでこれからもがんばります。