「子育て支援」各地の取り組み　兵庫県姫路市

続けられたのは母親支援を大切にしてきたから

「姫路子育てコミュニティきらめきクラブ」代表　高田 智子

この子を育てられるのか？

姫路市に、個人で子育て支援「姫路子育てコミュニティきらめきクラブ」を2005年に立ち上げて８年目になりました。立ち上げたきっかけは、自分自身の出産です。

私は保育士をしていましたので、子育てはある程度できるものだと思っていましたし、周りも子育てができて当たり前のように思われていたようですが、実際には新生児なんて見たこともなく、何もできない自分と赤ちゃんを育てなければならない自分とのプレッシャーで押しつぶされそうになっていました。出産後、生まれたての子どもを連れて病院から自宅へ帰ったその晩に「この子を育てられるのか？」と、とても不安になったことを今でも思い出します。

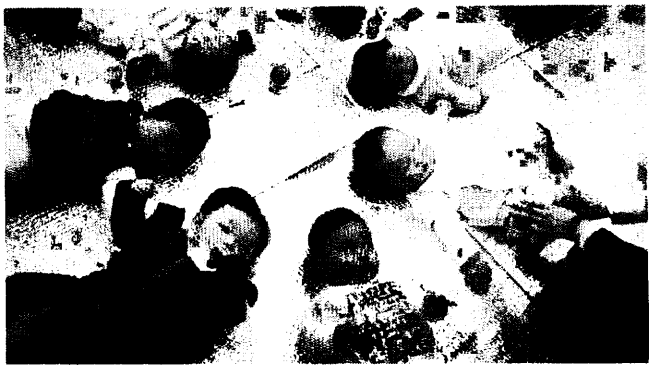
子育てに不安のある私は、保育士ではない一般の初めて母親になった方なら私以上に子育てに不安を感じることだろうと思い、「あのグループみたいなのがあればいいのになぁ」と思いました。あのグループとは、私が保育士として働いていた療育センター内の障害児のグループです。

ここでは、障害を告知された子どもを持つ母と子が一緒に保育に参加し、グループ活動の中で、子どものできることを確認したり、子どもの悩みを母親同士で話し合うのです。共感したり、励まし合ったりしながら、子どものことを理解したり、認めていくことを保育に取り入れていました。また、お互いの子どもの成長を母親同士で喜ぶので、母親がとても元気づけられ、子育てに前向きになるものでした。このようなグループは、障害がある母親だけに必要なものではなくて、子育てが初めての母親にも必ず有効なものだと思い、そんな母親支援のできるグループを立ち上げることにしました。

母親がほっとできる時間

「きらめきクラブ」を始めるにあたっては、まず会場の手配と親子の参加者の募集でした。地域の市民センターや公民館に予約申請を行い、募集用のチラシを作り、いろいろな場所で配布したり、乳幼児のいる家庭へポスティングしたりしました。活動内容は、親子で手遊びや歌遊び、ふれあい体操などの母親にもわかりやすく、お家に持って帰っても一緒に楽しめる遊びを中心としました。

また、子育てに悩む母親たちの相談を受けたり、子どもの発達に必要なかかわり方や子育ての工夫も伝えようとしました。毎回のプログラムには、子どもが楽しむ遊びの時間と母親が子育てについて話す時間があります。この母親の時間には毎回、母親が我が子のできごとで嬉しかったことなどの



報告や気になること、困ったことなどを話します。話し合いの時間を持つことで、悩んでいたことを前向きに考えられたり、子育ての悩みは自分一人だけでないことを母親同士で確認したり、気づいたりする時間を設けています。母親も一週間の子どものできごとをスタッフに話すことで、自分の気持ちを整理できたり、余裕が生まれたりします。そして元気になって帰ってもらっています。

母親たちは、子どもの気になることを気軽に相談できる所がありません。子どもが病気をした時には小児科医に話しますが、病気のことは聞けても、家庭での生活のことなどは、慌ただしい小児科ではゆっくりと聞きづらいものです。一生懸命子育てをしているからこそ気になること、話したいこと、聞いてみたいことがあります。母親が元気でないといい子育てはできません。そのためには、「母親が育つ場」の提供が必要だと思うので、きらめきクラブでは、母親がほっとできる主役の時間を設けています。今なおきらめきクラブが続いているのは、毎回のプログラムに母親の時間、母親がほっとでき、元気になれる精神的なサポートがベースにあるからだと思います。

スタッフにも感謝

きらめきクラブをはじめたころ、私が活動に取り入れたかったことは、母親支援だったのですが、その当時は思いを共感してもらえる仲間もいませんでしたので一人ではじめました。口コミからスタートしましたが、最近では情報誌に載せていただいたり、リピーターママ等、現在約60組の親子が参加する団体となりました。今では私のやりたいこと、やっていることを元保育士の友人等に声をかけてスタッフも増え、現在６名のスタッフがグループ担当を持ち活動しています。

スタッフは、みな主婦を経験し子育ての大変さもわかっている人たちです。同じ立場を経験してきたスタッフだからこそ母親たちに共感し元気を与えてくれています。そんなスタッフにも大いに感謝しています。

ＮＰやＢＰは子育てを楽にしてくれるプログラム

安心できる子育て

そんな中、姫路市では、行政(社会福祉協議会)が小学校区ごとに地域の児童民生委員さんや自治会の方々に運営をお願いしている子育て支援（遊び場の提供）の事業があります。行政が運営費を出してくれるので簡単に作られていきます。今では子育て支援（広場）の事業が地域にたくさんあり、母親たちは毎日の子育てをどこかの広場に参加して一日を過ごしています。日替わりで広場に行き楽しむわけですが、いろいろなところに出向いていくことで広場のスタッフや母親同士との交流が深められなかったり、飛び入りでの参加では相談がしにくいです。また、友達ができにくかったり、子どもが落ち着いて遊べなかったりすることもあります。毎日いろいろな子育て支援(広場)に子どもを連れて行くことで、時間の費やし方としては充実しますが、母親の育児不安はなかなか解決できません。また、家の中ではどのように育てたらいいのかわからない母親もいるでしょう。毎日どこかの子育て支援（広場）に子どもを連れていくのが子育てではなく、母親自身が子育てを楽しみ、親子で生き生きと日々過ごす姿こそが安心できる子育てだと思います。

私が母親支援を強く必要と思う根底には、「親が親として育つ」ことをサポートするノーバディズ　パーフェクトプログラム（ＮＰ）の考え方があります。「完璧な親なんていない！」自分に自信を持って肯定的であることは、子育てだけでなく自分の生き方にも関係していると思います。私自身も自分の子育てにＮＰプログラムは大変参考になりました。

母親にはぜひ受けてほしい

ＮＰを担当させていただいて感じたことは、子育てを完璧にがんばらなければいけない！と思っている母親が、プログラムを経験していく中で、自分らしく子育てをやっていこうとしたり、うまくいかないことでもまたがんばれる力を８回の中で学んでいるように思います。プログラムの初回は子育てにたくさんの不安を抱えていますが、最終回では、子育てに不安がなくなるものではないものの不安を超えていける力を備えられています。

また、ＢＰ（“赤ちゃんがきた！”）に参加する母親は、赤ちゃんと初めて参加する集団です。初回は母親が大変緊張していますが、４回のプログラムを経験する中で、先を見通した子育ての知識を知ったり、他の参加者に出会うことで子育てを楽しめるようになっています。最初は赤ちゃんが泣いてしまうことに気を使っている母親がいますが、回を重ねるごとに母親同士が仲良くなり、赤ちゃんをゆったり観察できるようになったり、他の参加者の赤ちゃんを見る余裕も出てくるほどです。そこにグループで参加する良さがあるのです。ＮＰやＢＰは子育てを楽にしてくれる大変素

晴らしいものなので、どちらのプログラムも母親にはぜひ受けてほしいと思います。

たくさんの母親とつながって

ＮＰやＢＰを開催するにあたり、個人運営なので、チラシ作りからひとつずつ手作りです。人数集めには一番苦労します。毎回悩まされますが、子育て支援を立ち上げた時もビラ配りから始めましたし、きっとできると思っています。それには、ひとりずつ丁寧に関わってきたことが今に繋がっていますので、ＮＰもＢＰもどんな参加者の方と出会いがあるのか楽しみにしています。

ただ、いいことばかりではなく、ほとんどが失敗の繰り返しです。チラシ一枚渡すのも難しいものです。受け取ってもらえないのが普通だと思ってちょうどいい感じです。それでも声をかけ続けられるのは、少ないながらもこれまでチラシを受け取ってくださり縁を得た人と深く繋がっていけた自信があるからだと思います。今後は、うまく情報誌を利用したり、行政ともお付き合いができるようにしたいと思います。また、ＢＰでは産婦人科などとも連携し、産後から母親たちとつながっていけるようにしたいと思います。

そして、ＢＰとＮＰプログラムが終了した後も、参加者同士がいつでも立ち寄れる場を作っていきたいと思います。ＮＰもＢＰも募集から大変な労力が必要になりますが、実施後は参加した母親たちの成長した姿に出会うことで、私自身も成長させてもらい、毎回やって良かったと思います。これからも多くの子育て中の母親にＢＰやＮＰを伝えていきたいと思います。

子育て支援の団体がたくさんある中で、個人の団体が生き延びていくことが難しい時代に、８年も継続できているのは、母親支援を大切にしてきたからだと思います。そして、私自身がＮＰに出会えたことで母親支援の大切さをより確信しました。この経験があったからこそ、たくさんの母親たちとつながってこれましたし、子育て支援を続けていくことができ、嬉しく思います。今後もこの経験を活かしていき、「姫路子育てコミュニティきらめきクラブ」の活動の一環としてＢＰやＮＰの実施を進めていきながら子育て支援の活動を細く長く続けていきます。