



## 安心につながるプログラムだと確信

ファミリーポートひらかた スタッフ 永田 真弓

### おとなと話す機会がなく孤独です…

私は枚方市にある「ファミリーポートひらかた」という子育て支援拠点で働いています。「ファミリーポートひらかた」には4つの事業があります。「親子のひろば」でお母さんのお話を聞いたり、地域の情報提供をします。親子で遊べるいろんなプログラムを開催し、子育て中の親子が安心して交流したり、遊べる場所を提供しています。「子育ていつでも相談電話」では子育ての悩みを共感しながら聞き、必要があれば関係機関を紹介します。「子育てサポーターまいまい」では先輩ママや保育経験者が子育てママの「ちょっと困った」を応援し、お母さんの子育ての手助けをしています。枚方市の行っている事業である「子育て短期支援事業（ショートステイ&トワイライトステイ）」では、子どもの預かりをしています。日々、たくさんの親子と関わることのできる仕事です。加えて、以前から携わっている「全戸乳幼児訪問事業」の赤ちゃん訪問員の仕事も続けています。

BP1プログラムに取り組もうと思った最初のきっかけは、「赤ちゃん訪問員」として生後3か月になったばかりの親子の訪問をしていて、お母さんの話を聞いたことです。ほとんどの親子が買い物以外は家に籠りきりで過ごしている。同月齢の赤ちゃんとお出会うきっかけがない。「赤ちゃんはどうやって遊んだらいいのですか?」「ずっとそばで見ているといけないのですか?」「夫が帰宅するまではおとなと話す機会が無く、孤独です」など、赤ちゃんとの過ごし方、関わり方で悩んでいる方がたくさん居られました。その表情からは真面目に一生懸命頑張っている姿だったり、知らないが故に悩み思い詰まっていたり、「久々におとなの人と話ができた」と次から次に話をされます。話を聞いているうちにBP1プログラムに参加されたいのに、…と思い、同封されているチラシを渡していました。

### 私も内容を詳しく知りたい

幸いなことに職場にはBP1プログラムのファシリテーターの先輩が数名居ました。話を聞く機会もありましたし、アシスタントとしてお手伝いに入ったこともあります。ただ内容に関しては詳しくは知りませんでした。赤ちゃん訪問員としてたくさんの赤ちゃんのお母さんとお出会う機会がある。BP1プログラムをぜひ紹介したい。それには私自身も内容を詳しく知りたい。学びたい。養成講座を受けてみたい。そんな風に思ったのが養成講座受講のきっかけとなりました。

養成講座を受けたのは実は2年ほど前になります。「座学での講座なのかな…、朝から夕方まで2日間びっ

しりだな、…」と思っていましたが、ほとんどが実践の内容でした。アイスブレイクをしたり、模擬セッションをペアになって考えて行ったり、とても楽しい時間でした。他府県からの参加者も多く、それぞれの仕事内容も異なり、いろんな方々と出会い、話を聞いたり、情報交換をしたりして過ごせたことは私にとって、とても貴重な時間となりました。気が付くと2日間があっという間に過ぎていました。

養成講座受講から10か月が過ぎたころ、初めてファシリテーターを務めるBP1プログラムの開催が決まりました。少し時間が経っていたので養成講座時のノートやテキスト、ファシリテーターガイドを何度も読み直したり、家で本番通りにシュミレーションして進めてみたり、開催日までは毎日ドキドキしていました。この頃はコロナウィルス感染症禍での開催となり、通常よりも感染対策に気を配り、安心・安全の場を作って参加者をお迎えしよう！と入念に準備をしていました。しかし、この時のセッションは初回に2名欠席があり、認定規定を満たすことができず、ファシリテーター認定とはなりません。その後も開催を企画することは何回か出来ましたが、緊急事態宣言の発令で開催が中止になってしまいました。せっかく準備してきたのに中止になってしまったという事は私自身もショックでしたが、コロナ禍の中、勇気を持って参加申し込みをし、楽しみにして下さっていた方々に中止の連絡をする際には申し訳ない気持ちでいっぱいになりました。

### 1人の担当に不安もありながら

それから1年経ち、2022年1月に開催が決まりました。足かけ2年かけての認定プログラムです。記憶を呼び起こし、何度もファシリテーターガイドを読み込みました。頭の中でシュミレーションをしました。幸運な事に職場にファシリテーターの先輩が居られるので、疑問点やわからない点を聞き、いろいろ助言を頂きました。前回は先輩と2人で行いましたが、今回は1人でのプログラムです。決められているプログラム通りにできるだろうか、…、時間通りに進められるかな、という不安もありましたが、開催日が近づくにつれ、やっと開催できる！どんなお母さん達と出会えるかな、…というワクワクした楽しみな気持ちに変わっていきました。前日は緊張でなかなか眠れませんでした。まずは笑顔でお迎えしてお話しよう！と決め、初回の日を迎えました。

初回は先輩ファシリテーターがアシスタントについて下さり、私自身もリラックスでき、心強かったです。そしてこのような時期に勇気を持って参加申し込みされ、

会場に来られる．．．、きっと参加者の方々も緊張して来られるだろうから、感謝の気持ちをもって笑顔で迎えようと思い会場に入りました。

1名欠席の8名でセッションが始まりました。やはり緊張からか、自分の自己紹介を忘れて飛ばしてしまったのです。アシスタントに促され、慌てて自己紹介をしました。何だかおかしくて笑ってしまい、参加者の方々にも笑みがこぼれ、かえって緊張がほぐれて自分自身の気持ちが落ち着いたように思います。

自己紹介の聞き取りの場面でも話がずれてしまっているペアがいて、気になりながらも声がかげづらく躊躇してしまい、かえって変な動きになってしまったと思います。どんなに頭の中でシュミレーションをしても、リアルでは対応に迷ってしまうこともあるんだと痛感しました。それと、時間通りに進められているのか気になってしまい、次から次へと進めてしまい、メリハリのない進行になってしまったことが次回への課題となりました。気を付けた点は参加者の話を聞くときは笑顔でうなずきながら聞くように務めました。赤ちゃんがぐずりだしてしまい、お世話に手を取られているお母さんには側について声掛けをするようにしました。

セッションを進めて行くうちに参加者の緊張も徐々にほぐれ、楽しそうにお話する姿や他の赤ちゃんの様子を嬉しそうに見ている姿を見て、コロナ禍であり外出もせず、この様に多くの人たちと関わり話す機会が久々だったのだろうという印象を受けました。

2回目は朝から雪が降っていたので寒い中、お休みもあるかな．．．大丈夫かな．．．と案じていましたが、皆さん開始時間より早めに到着され、2名欠席の7名での開催となりました。入室時から参加者の表情も柔らかく、自ら挨拶をして談笑をしたり、前回は赤ちゃんの側を離れることが心配そうだったお母さんも、「ちょっとトイレに行きますね」とスタッフや隣のお母さんに声を掛け、赤ちゃんを寝かせてトイレに行かれる方も多く、みんなで赤ちゃんを見守っている安心の場だと感じてくれたのではないかと嬉しく思いました。

### 突然の延期で見えてきたこと

3回目は事業所内のスタッフにコロナ感染者が出た為、事業所が閉室になりました。BP1プログラム開催場所は事業所外でしたが私たちもお休みになり、3回目のプログラムは翌週に延期となりました。延期のお知らせを電話連絡していた時、「残念です。でも無くなるわけではないのですよね？」と開催そのものが無くなってしまふことを案じている声を多数聞いて、絶対に全回実施したいという思いが強くなりました。その後、2週間空けての3回目セッション実施となりました。当日、参加者はいつも通り元気に入室されましたが、名札シールに名前を書き忘れしたり、こちらが何度か声掛けをしたりすることが増え、たった1週間延びただけなのに、どこことなく落ち着いた雰囲気を感しました。BP1プログラムが週に1度4回連続、同じ時間帯で行われている意味と大切

さを感じました。ただ2週間空いたことでお互いの赤ちゃんの成長の様子をより感じられたのか、今まで以上に動くようになったこと、目を話すと危なくなってきたことなどをいつも以上に話されていました。お母さん達の雑談の内容が、これから始まる今日のテーマと関連があるので今日の話し合いはどんなふうになるのかな．．．と楽しみな気持ちになりました。

アイスブレイクにも慣れてきてとても和やかに行われ、会場の雰囲気も穏やかになってきましたが、話し合いの際の脱線も多く見られました。こちらから声掛けをしますが、一度はテーマに戻り、またすぐに脱線してしまうグループもありました。場所や仲間に慣れてきてとても楽しそうに話されていますが、これでいいのかな．．．と思う自分もいて話が逸れてしまった時の声掛けは難しいなと思いました。ファシリテーターガイドにも3回目になってくると場の雰囲気に慣れてしまい、雑談も増えて来ると記載されていましたが、本当にその通りだと思いい、どのような声掛けが良いのか事前に考えておくべきだと思いました。

### 参加者の変化

4回目最後のセッションの日になりました。何とか4回中止にならずに無事に開催できたことにホッとした気持ちでした。回数を重ねる度に最初は不安そうなお母さんの顔が笑顔に変わっていったり、他の赤ちゃんがぐずると、みんなで声掛けをしたり、何となく慣れていない感じで抱っこひもを使っていたのに手早く使えるようになっていたり、初回は緊張した面持ちでポツンと座っていたお母さん達が最後の回では地域のひろばと一緒に遊びに行く相談をしていたり、1か月間でのお母さん達の変化の様子を見ていて頼もしく感じ、そして微笑ましい気持ちになりました。このような社会状況下で、人と会ったり、触れ合ったり、集まったりする事が難しくなっている今、BP1プログラムを開催できたことは本当に良かったと思いました。

最後に4回を通しての振り返りを一人一人話してもらった時に「このプログラムがあったから外出してみよう」と思い、外出する機会ができました」という声が複数出ました。コロナ禍でなかなか出かけられなかった親子にとってプログラム参加が外出する良い機会となったこと、同じ悩みを持ちながら子育てをしている仲間と出会い自分の気持ちを話せたこと、悩んでいるのは自分一人ではないのだというお母さんの安心につながったのではないかと改めて強く感じる事ができました。

過ぎてしまえばあつという間の1か月でしたが、私自身も新米ファシリテーターとしてお母さん達と一緒に少しは成長できたかな．．．と自分自身を振り返る良い機会となりました。これからもBP1プログラムをたくさんのお母さんたちにお伝えしていけたらと思います。

