



想像以上に面白く、楽しく、充実感があり

子育て応援チームハグくみ 代表 木戸 南子

出産後、孤立しない子育てはないものか…

私は、広島県安芸郡坂町で子育て応援サークルを運営していたご縁から、地域に新しく出来た私立保育園併設型の子育て支援センター開設時に声をかけていただき、職員として働いてきました。十数年勤務する中で、「もっともっと地域のみなで支え合って子育てを応援していきたい」という思いが強くなり、退職して「子育て応援チームハグくみ」が生まれました。子育て支援センターでともに過ごした親子さんや地域の方々と一緒に協力して、未就園の親子が自然に触れあって遊ぶ「里山さんぽ」や、のんびり過ごす「古民家オープンスペース」などを開きながら、もっと安心して楽しく子育てができる町への思いを込めた活動は4年目を迎えています。

また主任児童委員や社協のボランティア協議会運営委員や地域の子育てに関する諸々の会議の委員や、ホームスタートのビジターなど、子育て応援や地域づくりに関わりながら日々活動しています。

私が初めてKKIと出会ったのは、「ノーバディーズパーフェクトプログラム（NPプログラム）」があることを知り、2009年に養成講座を受けたことからでした。参加者主体のプログラムで、ファシリテーターというものをこのとき初めて知りました。NPプログラムを実施してみると、参加者の子どもの年齢の幅が広く、多岐にわたる悩みが共有出来るとも充実したセッションになるのですが、体験の少ない月齢の小さい赤ちゃんの参加者の様子が少し気になっていました。また、子育て支援センターが開設された2006年頃は、参加される方から「子どもが少し遊べるくらいになって来ようと思ひ、今まで家で子どもと二人でこもってしんどかった」という声を聴いていたので、出産後すぐに地域とつながれて、孤立しないで子育てができる方法はないものかと思っていました。

BP1の力を実感

そんな中、「赤ちゃんがきた！（BP1）」がつくられた事を知り、2010年初めての養成講座が広島で開催された時に受講することが出来ました。BP1の養成講座を受けてみて、「まさしくこれだ！」と思ひ、受講後すぐに職場に開催の要望を出したところ、勤務する子育て支援センターと保健センターと町民センターとの共催で開催できることとなり、年3～4回実施してきました。坂町は年間の出生数が約100名の小さな自治体で、保健師さんの声かけに後押しされて申し込まれる方も多く「同じ月齢の赤ちゃんに会えて本当によかった」「悩んでいるのが自分だけでは無いと分かって安心した」と孤立し

た子育ての不安が和らぐ姿に、実施の手応えを感じてきました。終了後繋がり合った上に、さらに出会った同じ年度に生まれた親子を仲間に入れて一つの大きなグループが出来たこともありました。支え合って楽しむ子育てが実践され、プログラムの持つ力を実感しました。

そんな中、今はスマホが普及し、子育ての情報は手に余るほどある状況になり、参加者の様子も少し変わってきました。困ったことはすぐにスマホで調べ、一応どうしたらいいのかが分かっているつもりになっているのか、第1回で付箋に書く「聞いてみたいこと」の付箋の数も少なくなってきたように感じられます。さらにコロナ禍で人との関わりが少なくなっており、日常生活の中で、「聞いてみたい、困っている」と言いにくくなっているのではないかと気になり、BPのセッションの必要性を強く感じています。また、BP1に参加されなかった方（理由は実家に帰っていた等様々）から、後になって「今からでも参加できればしたい」という声も聞きました。BP1後期の開催も考えましたが、動き回る赤ちゃんと一緒にイメージがうまく持てず、かといってNPを実施する余裕も無く、しっかりと話し合える場をどのようにサポートしていけばよいのか悶々としていました。

BP2開催の希望をもらって

近年坂町内に新しく2か所目の子育て支援センターが出来、その職員の方が「利用者の中にBP1に参加した方々がいて、繋がりが出来ていて困った時に相談し合う姿、支え合う姿がいいなと感じています」と言われ、BPプログラムに興味をもたれました。その頃私にも余裕が出来てBP2の養成講座の受講を考えていた時と重なり、BP2があることを職員の方に紹介すると、その内容に共感して開催を望まれました。

BP2の養成講座受講後すぐに、BP2開催を希望の子育て支援センターへ連絡を入れると「是非参加して欲しい保護者がいるので、その方の出産後に開催したい」と、開催日時もすぐに決まり実施が決定しました。募集に関しては、チラシの作成・配布、町や園のHP掲載等で告知をされましたが、対象者は子育て支援センターを利用している方も多く、職員の方の直接対象者への声かけですぐに定員に達しました。会場は子育て支援センターのオープンスペースの部屋で行うので、実施後も参加者と職員の方の繋がりがあり、継続して支援していくことができる利点もありました。

また、BP2を実施後、参加者などからその情報を聞いた他の方が興味を持たれて「次回はいつあるのか、参加してみたい」と保健師さんに尋ねるなど、親同士の繋が



りがあるゆえの口コミの力の大きさも実感しました。

BP2の参加者は地域の中で子育てをいろいろな支援場所に行き交流されており、ほとんどの方が実施会場の部屋にもなじみがあり、初回の始まる前から緊張感の無い和やかな雰囲気になっていました。上の子を託児に預けた方は、「下の子とだけ過ごす時間は初めてで、貴重で、落ち着いて色々考えられる」と笑顔に。BP1に参加された方も数名おられ（そのことは表には出されませんが）、プログラムを楽しむ期待感が伝わってきました。

（また、1回目を受講してプログラムの内容がよく分かり、子育てで悩んでいる知人にも是非参加を勧めたいと言われ、声を掛けられた方が2回目から参加されるケースもありました。）

あっという間に終わっていくセッション

初回終了後「この短時間で、初対面でここまで和気あいあいと話しが出来るのが凄い。これが欲しかったのよ～」と参加者に言われたと、アシスタントさんからプログラムの良さを実感した感想も頂き、私自身は養成講座の2日間だけでは理解が充分できていない自信のなさもあったのですが、嬉しくも身の引き締まる思いになりました。

2回目では、参加のみなさんが上の子の行動で悩んでいたことへの実際にどう向き合っていけばいいのか順を追って考えていける問題解決アプローチを仲間と考え合いながら体験でき、子育ての大事な考え方、基礎になるスキルを身につけられる貴重な時間になり、子どもの行動の裏に隠れている気持ちに気づこうとする一歩になったと思います。「上の子の困ったことを、急いで解決しようとしていたので、なぜそうなるのかを子どもと一緒に余裕を持って考えたい」など、自分の中で余裕が無くなっていることに気がついた感想も多くありました。

3回目では、子どもそれぞれの違いも認め合え、「我が子を落ち着いた目線で見ることができるようになり、DVDとテキストの内容が自分の子育てにしっかりとまり、これからどの様に関わっていくのが良いか道筋が見えてきて、不安が少し無くなってきた」との参加者の声に、プログラムの思いが心に浸透して、自信につながっていく感じが伝わってきました。

4回目では、ストレスに感じていることを言葉にして表出して受け止め合えたので、ストレス解消への力を得る事ができたと思います。「自分のストレスは人に話すとネガティブな感じになってしまうと思って、今までなかなか話せなかったけれど、みんなで話が来て、共感できて本当によかった」と感想も聞かれ、ストレスを回避するためにできること、ストレスを感じてしまった時でもできることをポジティブに考え合え、新しい発見が安心感を生み、心に力を与えたと思います。

いつも内容をじっくり話し合ってもらいたい気持ちだけれども、細かく時間を区切って進めなくてはならない場合もあり、「続きは交流タイムで話してね」と心で願いながら次へ進めていき、あっという間に毎回セッション

が終わっていく感じでした。参加者からその後、自分の行動や考え方を変えてみた話も多く聞かれ、日々やってもやってもうまくいかなかったモヤモヤが、少しずつ晴れていく様子を嬉しく思いましたし、私も充実感を持ってプログラムを進めていけることを有り難く思いました。

あちこちに託児の工夫

託児は毎回1～5名ありました。保育者は主催のセンターや保育園の保育士が入られ、時に参加児の祖母が室内に入られることもありました。託児室は集合住宅の集会所を利用したため、室内の匂いや床の冷たさなど、初回使用して環境面の配慮が足らなかったこと、おもちゃの数の不足などもあり、2回目からは改善され、それぞれ遊び込めていたのですが、それでも最後の30分は飽きてぐずることもあり、乗り切る方法として毎回違うおもちゃを出す、音楽を流す、子どもの年齢にあわせあそびを取り入れる（新聞紙あそび）など工夫をされ、参加者が安心してプログラムに参加出来る環境づくりに配慮されました。

お迎えの時に、いつもは子どもがぐずっても「くつしたをはきんさい！」と怒って履かせていた方が、「仕方ないね、がんばったんだから、はかせてあげる」と対応を変えて、アシスタントの方に「これですよ」と笑って話され「すぐにやってみます」オーラが感じられたとのこと。プログラムを理解した主催者が、体験した参加者の成長を見守るその後の繋がりも大切にしていきたいと思えます。

継続実施を決定

セッション記録を細かく記入し、サポーターから質問やアドバイスを頂くことで、気づかないうちに自分流FAになってしまっていたこと（なぜこれをするのかという目的の伝え方や、言葉の選び方で参加者を迷わせていることなど）にも気づくことが出来、BP1の進行の見直しにも大いになりました。

コロナ禍、少しの体調の変化でも用心して欠席をされ、全員が参加する回は無かったのですが、参加者の繋がりはしっかりあり、今後も“お互いに支え合って楽しんでいく”との声に心強く思いました。主催者はプログラムの手応えを高く評価してくださり、今後も継続して開催して下さる連絡を頂きました。

BP2を実施してみて、想像していた以上に面白く、楽しく、充実感も得られました。BP1とはまた違った参加者からの手応えがありました。これからもBP2をより多くの方に参加してもらえよう実施への働きかけも行いながら、経験も重ねてより良い進行ができるように努力していきたいと思えます。

広島県では、『（公財）ひろしま子ども夢財団』が実施にあたり、共催団体を募りファシリテーターのコーディネートを含め実施の後押しをされています。BP2の輪がさらに広がっていきますように。