BP1ファシリテーター実践記　石川県白山市

BP1を再開して　ほんとうによかった

まき助産院　助産師・社会福祉士　川島　真希

自分のときにBP1がないのは悲しい

赤ちゃんとお母さんが共に仲間となって笑い合う時間をもう一度つくりたい――そんな思いからの再開でした。

５年ぶりに「親子の絆づくりプログラム“赤ちゃんがきた！”」（以下BP1）を開催することになったきっかけは、かつて一緒に活動していたBP1アシスタントスタッフの存在でした。彼女は、私が産婦人科クリニックで定期開催していた頃からずっと支えてくれていた方で、今回ご自身が第一子を出産されたのです。

「赤ちゃんが５か月になる前までにはぜひBP1に参加したい、あの時間を自分も体験したい」そう強く希望されました。アシスタントとして、これまでたくさんの初めて子育てをするお母さん方に寄り添い、彼女たちが仲間を得ていく姿を見てきたからこそ、「自分のときにはBP1がないのがとても悲しい」と話してくれたのです。

私自身も、コロナ禍によってBP1の開催が中止となり、その後産院を退職。さらに産院そのものが閉院となったことで、５年間続けてきたBP1から離れてしまいました。それでもいつかは必ず再開したいという気持ちはずっと心の中にありました。そんな中で届いた彼女からの言葉が、再び背中を押してくれたのです。

その思いに応える形で、５年ぶりの開催を決意しました。これまでとは場所も環境も異なり、産院という後ろ盾もない中での再出発でしたが、私もアシスタントの彼女も、BP1の持つ力と価値を深く知っていたからこそ、“もう一度あの場をつくりたい”という気持ちでいっぱいでした。

世話好きなおばちゃん助産師

私は石川県白山市で「まき助産院」を運営し、地域で子育てを支える助産師として活動しています。約５年間、年に７回ほど産婦人科クリニックでBP1を開催し、多くの親子との出会いを重ねてきました。現在は、産後ケアをはじめ、県市町の委託を受けた赤ちゃん訪問や、全世代を対象とした「いのちの授業」、そして地域のコミュニティセンターで月に２

回「ちよぴよひろば」という子育てひろばを開き、日々、親子や若者、地域の方々と関わっています。

懸命に子育てに向き合うお母さん方を、そっと応援し続ける“近所の世話好きなおばちゃん助産師”として、日々寄り添えるよう心がけています。そうした日々の中で出会う親子の姿や地域のつながりが私にとっての原動力であり、BP1を続けていきたいという思いの源でもあります。私が今もこの活動を大切にしているのは、親子の力を信じ、支え合う地域を育てていきたいからです。

“顔の見える関係”の大切さを実感

今回のBP1の開催にあたっては、まず白山市の委託を受けている赤ちゃん訪問で出会った初産のお母さん方に声をかけ、チラシをお渡しすることから始めました。また、会場を自分の助産院のある地域のコミュニティセンターに決めたことから、地域の回覧板を通じてチラシを回してもらうようお願いしました。さらに、私自身が運営しているインスタグラムでも告知を行い、初めて子育てをしているお母さんたちに向けて募集を呼びかけました。行政の４か月児健診でもチラシを配ってもらい、コミュニティセンターの掲示板や他の子育て広場にも貼らせてもらいました。

とはいえ、以前のように産院で出産された方々の連絡先が分かり、直接電話や母乳外来などでお声掛けできた時期とは違い、今回は“チラシを見て知ってもらう”という間接的なつながりが中心でした。参加者の反応が見えにくく、「果たして集まるだろうか」という不安が常にありました。実際に申し込

みをしてくださったのは、赤ちゃん訪問で出会った方や、私がボランティアで運営している「ちよぴよひろば」に参加された方など、顔を知っているお母さんが多く、「やっぱり“顔の見える関係”の大切さ」を改めて感じました。

やっと全員で会えたね

いよいよ始まった初回は、参加者の皆さんの表情から緊張が伝わってきました。体調不良で２名が欠席となり、また半数の方が初めて訪れる会場ということもあり、開始直後は少し張りつめた空気がありました。それでも時間が経つにつれて、少しずつ笑顔が増え、赤ちゃんを見つめ合いながら自然に会話が生まれていく様子に、ほっと胸をなでおろしました。回を重ねるごとに参加者同士が打ち解け、開始前の雑談や交流タイムでの笑い声が増えていきました。

特に印象に残っているのは、第３回です。ちょうどお祭りの時期で、参加者同士が連絡を取り合い、全員の赤ちゃんたちが色とりどりの可愛らしい甚平姿で集まってくれた回でした。写真を撮り合いながら笑い声が絶えず、温かい時間が流れていました。そして、体調不良や入院などで毎回どなたかが欠席となっていましたが、最終回では誰もお休みされることなく、初めて“全員集合”での開催となりました。皆さんが「やっと全員で会えたね」と喜び合い、名残惜しそうに次の約束をして帰られる姿を見て、胸が熱くなりました。

「待つこと」「見守ること」の意味

産院で定期開催していた頃の経験があったため、BP1の流れや参加者にとってのメリットはよく理解していました。けれども、コロナ禍を経て５年という時間が空いたことで、内容の確認や手順の見直し、使用していた文具や教材の点検・追加購入など、思っていた以上に準備に時間を要しました。少しずつ自分の呼吸を取り戻し、「待つこと」「見守ること」の大切さを思い出しました。ファシリテーターとして焦らず、参加者一人ひとりの表情や沈黙の意味を受け止める時間が、BP1というプログラムの中では何よりも価値のある瞬間だと再認識しました。

また今回は、アシスタントが固定のスタッフではなく、地域で知り合った複数のママさんたちに手伝ってもらう新しい形でした。初めての試みでしたが、皆さんとても協力的で、コミュニティセンターの職員の方々も「赤ちゃんの声が聞こえるのがうれしい」と喜んでくださいました。地域の方々やアシスタントの皆さんに支えられて、ようやくここまで来られたのだと実感しています。

乳幼児期の母親支援が根づくように

今回、元アシスタントの方からの希望をきっかけに、思いがけず再開することになったBP1でしたが、改めてその良さと大切さを深く実感しました。まずは実績を積み重ねることを目標に、同じコミュニティセンターで年に３回ほど定期的にBP1を続けていきたいと考えています。そして、いずれは“きょうだいが生まれた！”（BP2）、“幼児とともに！”（BP3）の定期開催も実現できたらと考えています。

初産婦のみならず、乳幼児期の子育てを担う母親の支援にBPの力を借りてご一緒していきたい。継続的に親子を支えられる活動の形を地域の中に根づかせていきたいと思っています。

今もBP1仲間と会っています

何よりうれしいのは、プログラム終了後も参加者の皆さんが自主的に集まり、子どもたちの成長を喜び合いながら関係を続けていることです。５年ぶりの開催となった今回の参加者の方々は、BP1終了後も「ちよぴよひろば」に訪れてくれています。また、InstagramでBP1再開を告知した際には、かつて産院でBP1に参加された“先輩ママ”たちから、「懐かしい！」「あの時の子が小学生になりました」「今もBP1仲間と会っています」といった温かいメッセージが届きました。それは、産院でのBP1が今も子育ての支えになっていることを教えてくれた出来事でした。決して楽ではなかったけれど、再開して本当によかったと心から思いました。そして改めて、これからも定期開催を続けていきたいと強く感じました。

子どもは宝物です。そしてその子どもを大切に想うなら、まずは親である大人を大切にすることが何よりも大切だと、この活動を通して強く感じています。これからも、親子の力を信じ、子どもたちの健やかな成長と発達を願いながら、地域の中で温かい輪を広げていきたいと思います。