



BP2プログラムの実践を振り返って

伊佐市菱刈子育て支援センター 保育士 新内 香織

BP1プログラムとの出会いin伊佐市

私が伊佐市で子育てをされていて一番良かったこと、それは、BP1プログラムに参加して、大切なママ友が出来たことです。結婚を機に伊佐市に引っ越してきて、知り合いもいない中の子育ては、孤独と不安でいっぱいでした。特に泣きが多く、抱っこし続けなければならない我が子。そんな我が子の様子を見ていると、自分の子育てがよくないのかなと一人で悲しくなることも多々ありました。そんな時、子育て支援センターでBP1プログラムに誘っていただきました。緊張感でいっぱいの参加でしたが、ペアやグループで話しているうちに「泣いているのは我が子だけではないんだ」とホッとできる自分がいました。夜中に授乳していると、「BPのママたちも今起きている人もいるのかな」といつもよりおだやかに子育てが出来ることがもありました。そして初めての育児で頑張り合ったBP仲間と、10年たった今でも交流があり、お互い子育ての相談をしあったり、リフレッシュしたりしています。大切な仲間と出会うことができ、前向きな子育てができるようになったのは、BP1プログラムに参加したおかげです。そして子育て支援センターで働くようになり、BPプログラムを実施していく立場になれたことに、使命感を感じました。初めての子育てで不安に感じている母親はたくさんいるはず！そんな親子に手を差し伸べていきたい！と心から思いました。

菱刈子育て支援センターのこれまでの取り組み

伊佐市は、人口25,000人ほどのそれほど大きくない地域で、場所は鹿児島県の北部に位置し、周囲を山地で囲まれているため、冬は「鹿児島の北海道」と呼ばれるぐらい寒くなりますが、そのおかげでおいしいお米（伊佐米）や金山ネギ・焼酎などの特産物に恵まれています。人口・出生数は年々減少し、年間出生数は100人を下回っていますが、子育て支援センターは2か所あるため、保護者にとって利用しやすくなっています。また伊佐市の子育て支援センターは、保健師との連携がとりやすいのが特徴の一つです。私たちの伊佐市菱刈

子育て支援センターは、保健センターの建物の中に設置されているため情報共有しやすく、また一緒に活動することもあります。その中の一つが、保健師と両支援センターが合同で行っている、0歳の親子を対象とした「あかちゃんひろば」です。（月2回実施）そこではオイルを使った赤ちゃんマッサージや、歌に合わせた体操を行っており、毎回20組近くの参加があります。このひろばは、生後1か月から利用できるもので、BPプログラム対象者には直接会って案内することができ、保護者の参加率も増加しました。

伊佐市菱刈子育て支援センターでは、2013年からBP1プログラムを開始し、毎年3回実施しています。これまでに37回開催し、延べ387組の親子が参加しました。参加した親は、「悩んでいるのは自分だけではないと知って安心した」「共感してくれる人がいて嬉しかった」「親子で出かけるのが初めてで不安だったが、勇気をもって参加して良かった」「引っ越しして知り合いがいなかったので、ママ友ができて嬉しい」など、BP1を通して前向きな子育てや親子で出かけることにつながっているように感じます。一方で、人とかかわることが苦手な方、地元で知り合いがいるから必要ないなどの理由で参加しない方もいます。BP1プログラムに参加する機会は一度きりなので、残念に思う自分もいました。そんな中、BP2プログラム“きょうだいが生まれた！”の存在を知り、またBPプログラムに参加してもらえるチャンスなのではないかと思いました。

BP2プログラムとの出会い

伊佐市菱刈子育て支援センターでは、センター長がBP2ファシリテーター養成講座第2期生として受講し、2020年1月にBP2プログラムを開始しました。私はアシスタントとして入らせていただきました。普段からひろばを利用している親子が多かったこともあり、初回から和気あいあいとした雰囲気印象的でした。参加者の話題の中心は、きょうだい子育ての悩みや上の子への対応の難しさ、母親自身のストレスなどが多いと感じまし

た。そしてBP2に参加することで、参加者はストレス発散になっているようでした。この年の春からコロナ禍となり定期開催が難しくなりましたが、これまでに4回実施しました。アシスタントとして参加する中で、私もファシリテーターとしてやってみたい気持ちが強くなりました。2人になることで負担が軽減し、定期開催がよりしやすくなると思いました。

BP2ファシリテーター養成講座に参加して

私は、2025年8月に大阪で行われたBP2・BP3ファシリテーター養成講座に参加しました。BP2にはアシスタントとして入っていたので、イメージを持つことはできていましたが、模擬セッションを通してより自分のものになりました。そして会場には様々な地域・職種の方がいらっしゃり、情報交換できたことはとても大きかったです。二日間頭をフル回転しましたが、参加者の方と楽しい雰囲気の中で受講できたことで、これからの意欲につながりました。

BP2プログラムを実施して

養成講座で学んだことを覚えている間に実施しようと思い、2025年11月にBP2プログラムを実施する計画を立てました。募集に関しては、2023年度から伴走型相談支援事業が始まり、産後1か月面談を支援センターで行っていることもあり、その時にBP2を案内しています。より多くの方に声をかけられるようになりました。実際に始まってからは、参加者が開始時間になってもそろわず、もうちょっとで来るのではないかと待ってしまい、チェックインが遅れることが多々あったり、時間通りに進行出来ず交流時間が短くなったり、うまくいかないことが多かったです。しかし実施している中で嬉しいこともありました。普段、ひろば等で子どもが泣いていたり抱っこを求めたりしても、「もー、何で泣くの？」のマイナス言葉が先に出てしまう参加者がいました。しかし回を重ねるごとに、「子どもの気持ちの裏を読み取ることが親として育つと感じた」「自分の言ったことが子どもの人格形成に影響すると思うと怖いな」とおっしゃり、子どもへの接し方に変化が見られてきました。「この前は子どもたちとくっついて寝て幸せでした！」とも教えてくれました。他にも、参加するか迷っていた方が1回目参加し終わった後、小学校や保育園の保護者以外でつながりが持てた

ことを喜び、次回も来たいといってもらえたことは私にとって励みとなりました。そして子どもへの言葉かけを「○○しなさい」から「ちょっと待っててね」と変化があったこと、「普段下の子のひろばに参加して下の子の話ばかりになってしまうので、上の子の子育てについて悩みを話す機会が持ててよかった」など、BP2に参加して良かったという声が多く聞かれました。みなさんにとって、子育てを振り返り、子どもに寄り添った子育てを考える良い機会になったと思います。何より、参加者同士が笑顔で会話をしたり、リラックスして笑いあったりする姿が見られて嬉しかったです。毎回セッション記録を作成することはとても大変でしたが、担当サポーターに進行の間違い部分や言葉が不足している所、環境面など細かくご指導いただいたので、次のセッションにすぐ生かすことが出来ました。サポーターの存在はとても心強かったです。

BP2を実施して見えてきた課題

BP2を実施してみて課題も見えてきました。一つは、赤ちゃんへの対応です。今回は2か月から7か月までの赤ちゃんがいましたが、5回のセッションを終える頃にはズリバイが出来る子が増えて、話し合いの時に廊下に出ようとしていたり、ペンやバインダーを触ったりしてヒヤッとする場面もありました。母親も話し合いに集中できない姿もあったので、ファシリテーターやアシスタントが全体把握を心掛け、安心して過ごせるように気を配らないといけないと感じました。もう一つの課題は、出席率が低かったことです。上の子や下の子の体調不良等で全部のセッションに参加できた方は少なかったです。（5回全て出席した方は2名のみ）感染症が流行らない時期、過ごしやすい時期など、今後いろいろ試していきたいです。

今後の子育て支援に向けて

私たち菱刈子育て支援センターは、“親子がホッとできる場所”を目指しています。親同士がつながれて子育ての悩みをじっくり話せる場は、やはりBPプログラムだと思います。これからも多くの親子にBP1・BP2プログラムに参加してもらえるよう保健師と連携を取りながら、定期的に開催していきたいと思います。たくさんの親子が楽しく子育てできるように、私にできることを頑張って取り組んでいきたいと思っています。