

各地の取り組み紹介 香川県高松市「にしおか医院地域子育て支援センター」

小児科にこそ、子育ての悩み事を話せる場所が必要

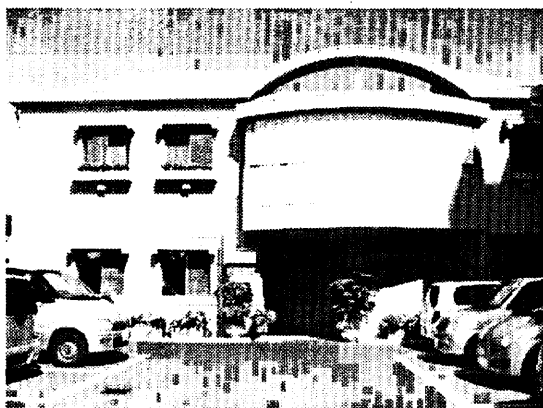
にしおか医院地域子育て支援センター(臨床心理士) 山本 桂子

こんにちは。私は、香川県高松市にある西岡医院の臨床心理士、山本です。西岡医院小児科は、病児保育室「レインボーキッズ」と地域子育て支援センターを併設しています。当医院に2つの子育て支援の拠点を構えるに至ったのは、西岡医院理事長で小児科医でもあります西岡敦子先生御自身の子育ての経験が大きいと伺っています。

働く親のために —病児保育室開設—

働くお母さんにとって、最大のピンチは子どもの病気です。仕事を続けるには、病気のときの預け先を確保しておくことが絶対条件ですが、なかなか難しいのが現状です。子育てと仕事の両立に悩み苦しむ母親や、体調が悪くても保育所に行かざるを得ない子ども達のために、病児保育室の必要性をずっと高松市に訴え続けていました。最初は「病気の時は母親が面倒をみるべきだ」と相手にもされなかったそうですが、念願叶って、平成14年3月に『レインボーキッズ』をOPENしました。今では年間1,000人を超える子ども達が利用してくれています。

2歳ぐらいまでは何度も繰り返し病気をするため、母親は度重なる病気に心が折れそうになります。そんなときに「大丈夫。このたいへんな時期を一緒に乗り越えていこうね」と声をかけ、仕事と子育ての両立を手伝いつつ、心のサポートにも心がけています。



(2階が病児保育室、
1階が地域子育て支援センターです)

地域子育て支援センターを作りたい

また、西岡先生は日ごろの診察でよくお母さんから「夜泣きで困っているんです」とか「離乳食を食べてくれないんです」などの相談を受けるこ

とがあり、ゆっくり話を聞きたいけれど、時間がとれないことがたびたびあったそうです。「小児科にこそ、日頃の子育てのちょっとした悩み事をゆっくり話せる場所が必要」と強く感じて、行政に何度もお話していました。しかし、子育て支援センターは保育所に設置されているのがほとんどで、小児科医院に併設するのは例がないという返事でした。それでもあきらめずに要望していたところ、その甲斐あって平成18年4月に市から委託を受けてスタートしました。

母親の居場所となるセンターをめざして

小児科には、普通の受診の他に、乳児健診や予防接種に小さい子どもさんを連れのお母さんが毎日たくさんやってきます。

そのお母さん方の話をお聞きすると、
・他県から引っ越したばかりで知り合いがいない
・夫の帰りが遅く、一人で赤ちゃんのお世話をしている

・夜泣きが毎日続いていて、辛い・・・
など、たくさんのお悩みが語られました。「ちょっと話を聴いてもらえたら、すっきりしました」という方から、「これは心療内科を紹介した方がいいだろう」というレベルまでさまざまです。

一生懸命子育てをしつつも、孤独感や不安感を抱えているお母さんがいかに多いかを痛感しました。高松市には、子育て支援センターやつどの広場だけでも31か所あります。しかし自ら一人で門をたたいて遊びに行くのは、なかなか勇気がいることです。そんなお母さんでも、「子どものためになること」であれば参加しやすくなるのではないかと考え、『タッチケア』をすることにしました。

タッチケアで母子双方が癒される!

表向きは赤ちゃんのためにですが、実はお母さん方にリラックスしてもらい、友だちを作ってもらいたい、ということをお願いしています。お母さんに余裕が生まれると、自然と親子関係は良くなるので、私たちスタッフはマッサージのあとのティータイムをととても大切にしています。スタッフも、相談する人一される人という上下の関係ではなく、「お母さん方同士をつなぐ役割としてその場にいることにしよう」と、常々話し合っています。



共感の気持ちをたいせつにしながら

週に2回で毎回8人を定員にしています。生後2か月から参加できるので、保健師さんに乳児相談の際に進めてもらったり、近くの支援センターにパンフを置かせてもらったりと、孤立しているお母さんに来てもらえるように働きかけています。とても人気があり、嬉しいことに2か月先まで予約でいっぱい状態です。

その他にも「どうやって遊べばいいのかわからない」「もっと親子で楽しみたい」という方に月2回のお楽しみ会「にじっこワンダーランド」。自由に遊ぶ『センター開放』。ママリフレッシュ講座『プリママクラブ』など、ニーズに合わせてさまざまな行事を実施しています。

相談活動の充実

ところで、小児科医院併設の支援センターとして、その独自性をいかした活動は何があるでしょうか？一番の特徴は様々な専門家の集団だということです。医師・看護師・臨床心理士・保育士・管理栄養士・薬剤師など、各方面の専門家がいるので、気になっていることに対して納得のいく十分な説明を受けることができます。

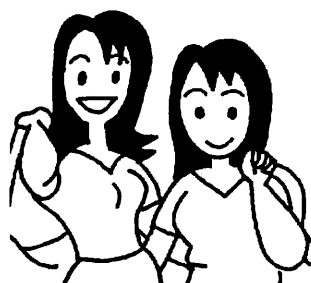
お母さん方は、普段の受診のときは忙しそうにしている医院のスタッフには遠慮して声をかけにくいようで「こんな些細なことを聞いてもいいのかしら？今は混んでいるから聞くのは悪いなあ・・・等と考え、躊躇しがちです。

そこで支援センターでは、電話相談や来所相談をしており、悩み事にていねいに耳を傾けるようにしています。相談を受けたら、十分お話を伺った後、必要なときは定期的な相談につなげます。必要に応じて、食事の事は管理栄養士さんへ、身体の病気のことや予防接種のことは看護師さんへ、発達や心の悩みは臨床心理士へ、子どもの世話や遊びのことは保育士さんへ、というようにつないでいきます。どんな小さな悩み事も「あなたのお気持ちはよく分かります」という共感の気持ちを持って聞くようしようとスタッフで話し合っています。

子育て仲間を持つことが大切

—NP(Nobody's Perfect)との出会い—

私がNPと出会ったのは、7年ほど前でした。そのころ私は、子育てが一段落し、臨床心理士をめざして大学院に入り勉強をしていました。子育てで支援のことを検索していたときに、偶然「こころの子育てインターねっと関西」というサイトに出会ったのです。ノーバディズ・パーフェク

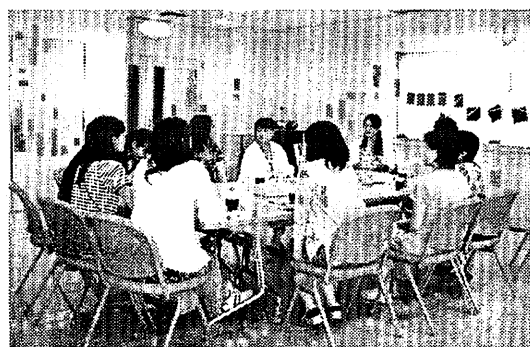


ト～完璧な親なんていない～・・・「これだ、このファシリテーターになりたい」と思ったのですが「まずは臨床心理士の試験を受けることが先」と思い、しばらくは胸の中で暖めていました。

そしていよいよ研修会に参加することができたのが、3年前の平成20年8月。期待と不安を胸に大阪の研修会胸に大阪の研修会に行きました。九州から北陸まで広範囲から集まっていた人たちとの4日間は、学生時代に戻ったような楽しさと同時に中身の濃い充実した毎日でした。そして1年後の平成21年、ともちゃんこと濱田さん(私より1年早くファシリテーター研修を受けていた先輩でした)と出会い、やっとNPを実施することができたのです。

毎週二人で反省会を開き、後はメールでやりとりしながらセッション計画を立てていった2か月間は、これで良かったのだろうか？満足してくれたのだろうか？と自問自答の連続でしたが、参加した方一人一人が本音で語り合い、参加して本当に良かったと言ってくれたことで、このプログラムは本当にお母さん方の力になると確信しました。

その後も毎年実施しており、今年も秋に実施するために準備中です(今年のファシリテーターは、なんと平成20年に私が実施したときに参加して良さを味わい、自ら大阪に研修に行った二人なんですよ！)



もっと早く出会える場所を！

—BP(赤ちゃんがきた!)の取り組み—

今、私たちは、もっと早期に子育て仲間と出会える場所を作りたいと考え、BPを計画中です。

このBPを広めるために、今後、

- ・赤ちゃん訪問の時に対象者に通知してもらう
 - ・産婦人科の1か月健診時に通知してもらう
 - ・タッチケア教室で知らせる
- などを検討中です。BPは、構造化されたプログラムで、託児の手配の必要もなく、参加者さえ集まれば比較的实施しやすいと考えていますので、来年度早々に実施するつもりです。そのときが今から本当に楽しみです。

そしてこの香川の地でNP・BPを根づかせたいと思っています。