

### 「講座の際の一時保育」

#### 実施ひろば

子ども家庭支援センター「みずべ」  
・支援センターで行なう講座時の一時預かり

センタープログラムの母親講座、グループ懇談会の際は、その間、子どもの保育体制をスタッフ、ボランティアが担当している。

講座の時の保育は、母親が学びの講座に、安心して集中して参加できるように行なっているが、それと同時に参加する親にとっては、子どもを預けるという事を体験する中で、自分と子どもとの関係への気づきや様々な感想を寄せてくれる。

連続講座の場合は、可能な限り継続して同じ子どもを担当するように配慮している。対象が乳幼児なので、保育は1対1の対応としている。

#### \* 講座時の保育の実施方法

- ①スタッフが子どもの年齢や状況を配慮して子どもの保育担当を決める。
- ②親に事前に渡した用紙に記入してもらい、担当保育者を紹介し、子どもの様子について双方で話し合う。
- ③保育中に困っていることや対応について迷うことなどの相談に応じるフリーのスタッフを配置する。
- ④講座が終了し、母親が戻ってきた時には、担当者が子どもの様子をていねいに報告する時間をとる。
- ⑤子どもの引渡し終了後は、保育を担当したスタッフ、ボランティアと講座担当者が集り、保育の振り返りを行い、子どもの様子を伝え合うと共に、講座の様子も報告し、双方の状況を把握しあう。保育の振り返りは、保育体制をとる際、大切な時間と位置づけて、ていねいに行なっている。子どもの見方、発達上の特徴、普段のひろばでの親子への関わり方等を学びあう機会として位置づけている。

### 2004年度の講座一時保育

- |        |                      |
|--------|----------------------|
| 4月20日  | グループ懇談会（1回目）<br>保育6名 |
| 5月18日  | グループ懇談会（2回目）<br>保育6名 |
| 6月15日  | グループ懇談会（1回目）<br>保育6名 |
| 7月13日  | 母親講座（1回目）<br>保育10名   |
| 7月16日  | グループ懇談会（2回目）<br>保育6名 |
| 9月14日  | 母親講座<br>保育6名         |
| 9月21日  | グループ懇談会（1回目）<br>保育8名 |
| 10月5日  | 母親講座<br>保育11名        |
| 10月19日 | グループ懇談会（2回目）<br>保育8名 |
| 11月1日  | 母親講座<br>保育10名        |
| 11月16日 | グループ懇談会（1回目）<br>保育8名 |
| 12月21日 | グループ懇談会（2回目）<br>保育8名 |
| 1月18日  | グループ懇談会（1回目）<br>保育7名 |
| 2月1日   | 母親講座<br>保育10名        |
| 2月 日   | グループ懇談会（2回目）<br>保育7名 |
| 3月8日   | 母親講座<br>保育10名        |
| 3月8日   | グループ懇談会（3回目）<br>保育8名 |

## 「相互預けあい」

実施ひろば

子ども家庭支援センター「みずべ」

### 活動例

ボランティアによるハンドマッサージ  
(毎月第2土曜日PM2:00~3:30 定員6名)

日ごろ、子育てに負われ、自分のための時間、ほっとくつろげる時間がなかなかとることの難しい状況の親に、ハンドマッサージをボランティアが行い、くつろぎのひとときを提供する。時間は15分。

①申し込み受付の際、母親同士で子どもを交代で見合う相互保育をとっていることを伝える。(ハンドマッサージは15分であるが、その前後、子どもを預かるので30分間要する)

②基本的に、受付順にペアを作るが、友人同士、子どもを見合いたい希望がある時は、希望に添うようにする。

③始まる10分前に集ってもらい、スタッフから相互保育について説明すると共に、ペアになる親同士を紹介、あわせてサポートするボランティアを紹介し、ボランティアも含めて、子どもを見合うこと出来ることを伝える。

相互保育の際、子どもが泣いてしまった場合、1対1の対応が必要になる。年齢的に自分の母親は泣いている子を抱いているのを見て、自分も抱っこせがむという場面もあり、実際にはボランティアが一方の子どもを見るということもあるが、それでも、2人の大人が双方の子どもたちを見るという姿勢で保育にあたってほしい事を伝える。

## (2)一時保育・相互預けあいプログラム

### ②まめっこ「一時保育」

#### 実施ひろば

まめっこ（遊モアの場合）  
一ひろば事業の中で一時保育事業の  
ドッキングプログラムー

#### 実施担当者

丸山政子（責任者・コーディネート・広  
報担当者）  
加門ふみ代（会計担当者）  
河合佑香・田辺節子・小川亜紀・柴田恵  
子・樽田まゆみ・井上千絵・大野真紀子・  
山下聖子（遊モアスタッフ担当者）

#### 趣旨

広場事業はいつでも、親子でふらっと気  
軽に利用できることが最大の良さである。  
子育てを専業とした人や育児休暇をとって  
地域にいる方にとってこどもと安心して過  
ごせる、遊べる居場所。子ども同士の関わ  
りの中で成長や発達に大きな影響があり刺  
激的な時間を過ごす。

親は暖かい雰囲気の中で、親同士を繋げ  
る場、地域社会と繋げる場、子育ての悩み  
や喜びを共感できる仲間づくりの場である。  
その中で安心や信頼が生まれる。ひろばの  
中で顔が見える関係を日々創っている。広  
場で預かることで好評を得ている点は3つ  
ある。

第1は子どもを預けること親も子どもも  
大きな不安がある。その大きな不安を解消  
するために普段、広場利用の中で安心や信  
頼関係を築いている。

第2は、子どもは広場を利用しているの

で遊モアの環境やスタッフに慣れている。  
このことは、母らか離れる時、子どもは泣  
くが遊び場（遊具）を提供すること遊びに  
入っていく。安全に配慮された環境がのび  
のび過ごせる。ひろばスタッフだけでなく  
広場利用の親子とも遊べるのがよい。

第3は広場を利用している親たちが、一  
時保育中の子どもの様子を見る事によって、  
子どものたくましさや成長を感じて預ける  
ことへの罪悪感が軽減されていく。

預ける理由はさまざま、歯医者・婦人  
科等の通院・兄弟の予防接種・授業参観・  
映画観賞・就職活動・学習のため預ける等、  
時間もまちまちであるが緊急性のあるもの  
へも対応が来ている。以上のような理由  
から、ひろばの中で一時保育が実施される  
ことが更なる子育て支援の充実を図ること  
ができるのではないかと思われる。

#### 実施方法

##### ① 対象

年間登録をした方がひろばや一時保育を利  
用することができる。初めての方はおため  
し利用が出来2回目からは年間登録するこ  
とが条件となる。

##### ② 進め方

ひろばスタッフは必ず2人常駐している  
この内1人は保育士としているので何時で  
も応じられる。

イ、年間登録をする。

ロ、基本的に一時保育を利用する場合は2  
日前に申込みをする。（電話申込み可）

ハ、一時保育を利用する方に「一時保育健  
康調査表」を渡す。またはファックスする。

ニ、当日お子さんとこの健康調査表と保健  
証のコピー・母子手帳の健康状態記録

コピーを提出して利用していただく  
ホ、保育が終わり、親にお子さんを渡す時  
にスタッフはその子の様子を伝える。  
へ、保育スタッフは「一時保育の記録」に  
記録をする。

### ③対象児の定員

ひろばの規模にもよるが同時間内で行う  
ため、子どもの月齢や一時保育時間などを  
考慮すると1対1の預かり現状である。

### ④スタッフについて（預かる人）

1日2人が関わる。1週間を8人でロー  
テーションしている。2人の内、1人は運  
営委員、もう1人はまめっこスタッフの中  
で保育士の資格を持つ人で構成している。  
まめっこスタッフは主催事業の親子教室や  
保健所や児童館の子育て講座の講師などの  
支援事業に関わっているため親子支援の体  
験が多くスキルは高い、その経験を生かし  
てひろばスタッフになっている。

子育て支援のまめっこ親子教室を参加者  
として利用していた方は子どもが幼稚園や  
保育園に行くころ、母はまめっこ親子教室  
のインターンを経験したのちに、児童館や  
保健所の遊びの講師を体験、その後まめっ  
こ親子教室のスタッフとなって行くという  
緩やかな流れがある。この経験をする中で  
ひろばにも関わっている。まめっこスタッ  
フも子育て中の人であるが仕事として働い  
ている

### ⑤利用時間

月曜日から金曜日の9時～5時が基本だが  
利用者からの相談に応じて対応している。  
2日前には予約を入れておく（電話かファ  
クス）

### ⑥利用料金

年間登録 2000円

6ヶ月～1才未満 1200円（1時間）

1才～2才未満 1100円

2才～3才未満 1000円

3才～4才未満 900円

4才～未就学児 800円

キャンセルの場合

前日は半額、当日は全額

### ⑦預かる場所

ひろばと同室である。18坪、幼児用トイレ  
完備・からだにやさしい床暖房・親子のた  
めのくつろぎスペースや授乳スペース・遊  
びのスペースには紙・布・木など自然素材  
のおもちゃが豊富にある。

### ⑧準備するもの

お子さんを預かる場合はオムツ・着替  
え・ミルク・離乳食などの食事・おやつ・  
お茶を持参してもらう。保育当日お子さん  
の健康調査表と保険証の写し、母子手帳の  
健康調査の写しを提出。

### ⑨留意点

普段その子の遊びの様子を知っている場  
合は好きなおもちゃで楽しんだり、スタッ  
フと他のお子さんで過ごしてもらえ  
る。時には近くの公園に出かけたり、散歩をし  
たり、子どもが楽しめるように工夫をして  
いる。

預かる前にはお子さんの「健康調査表」  
に記入してもらい、母から前日の様子を聞  
いて保育に当たっている。保育が終わった  
時点でスタッフは親に保育中の子どもの様  
子を伝え、安心してもらう。また保育状況  
を報告書に書く。報告書を元に子どもの様

子や対応について話し合いを持つ。お互いの子育て感を知っておくことでスタッフ間に信頼感が生まれる。

#### ⑩実施結果

(W.H・W.M 1才2ヶ月の感想)

初めて一時保育を利用したのは娘が10ヶ月の時でした。以前から遊モアの「ひろば」を利用して、一時保育の子どもを保育士のスタッフがきめ細かなお世話をしているのを目にしていたので、ここならミルクやオムツに手のかかる時期の娘でも安心して任せられると思い、私が病院に行く間お願いしました。当時の娘は祖父母にもなつかない子だったので、預ける前は保育中泣いているのではないかと心配でした。ところが、娘はスタッフに抱かれて、泣く事もなく、私を見送り、迎えにいったときは他のお母さんにお昼食を食べさせてもらってご機嫌でした。気もそぞろにあわてて戻った私は少し拍子ぬけするほどでした。普段から遊モアで遊んでいた娘は「ひろば」の雰囲気やスタッフに慣れていたので、一時保育の間も安心して遊んでいられたようです。遊モアでは、スタッフの方だけでなく「ひろば」に参加しているお母さんたちがよその子どもにも目を配っていて一緒に遊んだり、注意しあったりしているので、子どもがいつも多くの暖かい目で見守られているという安心感があります。また、スタッフの方にお世話してもらうことによって子どもの個性や成長ぶりを一緒にしてもらえるのも、母親である私にとって何より嬉しいのです。その後も気軽に預けるようになりました。核家族で生活している我が家にとって、母親に急用ができて安心し

て子どもを預けられる場所は、なくてはならない存在です。そんな場所が柳原商店街に生まれて、柳原の地域全体で子どもたちを育ててもらっているありがたさを感じています。

#### ⑪評価

##### \*問題点

まず、「安心して預ける場がない(少ない)」ことが問題。保育園では保育士という第三者がこの親子の関係を支えているため育児不安や孤立感は軽減されている。一方子育てを専業とした親や育児休暇を取っている方は、家庭で母子カプセルとなり、母親は孤立感や閉塞感を持って子育てをしている。この母親たちが保育園の地域開放にたとえ遊びにいても、母子カプセル状態である。この状態の中緊急に保育園に預けても、子どもも母親も不安感が大きい、その後も安心して預けることには繋がっていない。そこで遊モアでは子育てを専業とした方や育児休暇をとって地域で子育てをしている方を対象にこの一時保育事業を始めた。社会とのつながり、親子関係を支える第三者の役割を担っている。子どもへの虐待の予防の場となっている。

##### \*運営費の問題

妊婦さんや乳幼児期の子や親への支援に理解を示す社会でないため、継続的な運営費をどう確保するか問題。現在、経済産業省の補助金で行われている事業なので補助金が切れたら事業変更を迫られる。働き方の多様化や男性の育児にかかわる機会が多くなる事を期待して継続的に事業をしていく工夫が求められる。

### (3)親のエンパワーメントプログラム

#### ①みずべ

##### NPを応用したグループワーク

実施ひろば

江東区子ども家庭支援センター「みずべ」

カナダの親支援プログラム「ノーバディーズ・パーフェクト」は、親の子育て力を高める優れたプログラムといわれているが、それをそのままに行うことは、今の日本において、さまざま難しい問題を有している。場所、スタッフ、保育の確保ももちろんではあるが、コミュニケーション力の希薄さの中で育ってきている親たちが、果たして6回なり、8回なりのセッションの中で、自分の思いをしっかりと開示していけるだろうかということが気がかりである。今回、みずべにおいて実施している簡略化したプログラムを紹介することによって、今の日本の子育ての現実に適応しやすいプログラムを提案したいと思う。

#### 目的

日ごろからひろばにおいて、親達は盛んに子育てについての情報交換を行っている。どこにどんな情報が流れているかのキャッチはとても早い。しかし、子育てについて、あるいは自分自身について等の意見交換を心を開いて行っているだろうか。人と意見が違ふとき「私はこう思うわ」と伝えられているだろうか。ここでは安全で安心して自分を開示できる場所を創り、その中で自分の思いを出し、人の意見をじっくりと聞く。そうすることが、その人の本来もっている力を見直すよい機会となると考える。そしてそれは子育てという、難しいがとても大切な作業において大きな力を生み出すものとする。

#### 募集

- ・ 今回の講座はモデル事業として厚生

労働省に報告義務のある講座であるという告知をする。

- ・ プライベートなことは秘密保持の原則にのっとり、厳重に注意するが、話の流れ、変化などについては報告書に載せるということへの許可を取る。
- ・ 募集時点で何について話をしたいか、ニーズ調査をする。  
(みずべでの今までの募集の仕方は、センター側である程度のテーマ(例：ダダコネちゃんについて等)を提示してそれに沿っての募集であったが、今回は何を話したいか(ニーズ)を調査することからはじめた。

#### ニーズアセスメント

- ・ 各参加者から集められたニーズについてアセスメントを行い、大きな分類をおこなう。
- ・ 今回のニーズを大きく分けると①子ども、子育てについて②子どもとの関係③自分自身の事という3点に分類された。
- ・ 3つの話を4回のどこの位置に配置するかを決め、各回の大きな流れを設定する

#### その他の準備

- ・ 話の途中でお茶と簡単なお菓子(せんべい、飴など)を用意する。  
これは場の雰囲気や和らげるために役立つ
- ・ 約束事、4回の話の流れなどを視覚で認識してもらうために模造紙を用意する。
- ・ 各人、この時間内に呼んでもらいたい名前を記すための名前シールを用意する。

#### 開催日時

11月から2月まで、1ヶ月に1回、計4回の講座として設定する。

- ①2004・11・19 ②2004・12・10 ③2005・1・21 ④2005・2・25

各回とも時間は10:30~12:00とす

る  
 保育の受け渡しがあるので 10:20 に

	第一子	第2子
I・S	男児2歳6ヶ月	女児6ヶ月
H・Y	女児2歳7ヶ月 双子	女児2歳7 ヶ月双子
N・S	女児1歳7ヶ月	
T・H	男児1歳11ヶ月	
H・M	男児1歳2ヶ月	
M・K	男児1歳4ヶ月	
H・K	男児1歳6ヶ月	
I・Y	女児5ヶ月	
I・K	女児5歳(幼稚園児)	

は集合を呼びかける  
預かり保育形態

子ども一人に対し保育者ひとりの形で  
 あずかり、保育する。なるべく4回の  
 シリーズ内で同じ保育者に継続して保  
 育してもらえるように配慮する。預け  
 る側の親も、子どものことをわかって  
 いる人に預ける方が、離れる際の、後  
 る髪を引かれる思いは軽減するであろ  
 うし、子どもと保育者との信頼関係の  
 中で、子ども自身が、安全で安心した  
 時間を保てるという点ではこのことは  
 重要な課題と考える。

母親は子どもを保育者に預ける際、昨  
 日の就寝時間、今日の起床時間健康状  
 態、朝食について、排便について、好  
 きな遊び、などを保育カードに記入し、  
 保育者に子どもの状態をよく知らせる。  
 時にはおなかが減った際の食事、ミル  
 クなども用意する。

保育者も母親が講座に入っている時  
 間を安心してすごせるように信頼関係  
 を作る。

母親は子どもに対し、講座を受けて  
 くること、時間になったらちゃんと迎  
 えに来ることを約束して別れる。講座  
 終了後、保育者は、母親に保育中の子  
 どもの様子、その間の子どもの変化な

どの報告をする。泣いていた場合でも、  
 「泣きながらも周りの子の遊びを観察  
 する余裕が出てきた」「お母さんが帰っ  
 てきたらお弁当をたべようねと話して  
 いた」など細かい変化、エピソードを  
 伝えることによって、母親の不安を少  
 なくする。

講座の中においても、母親は、預け  
 た子どもが泣いている声を微妙に聞き  
 分け、話し合いに集中できなくなると  
 がしばしば見られるので、これらの  
 点はとても重要に考えていく必要がある  
 だろう。

#### 参加者リスト

今回はチラシでの呼びかけに加えて、  
 何人かに声かけをし、参加者を募った。  
 NP プログラムの場合はある程度のリ  
 スクを負っている人達への参加を促す  
 が、今回は話し合いに積極的に参加す  
 るタイプの人にも声かけをしている。  
 (子どもの年齢は申し込み時の年齢とす  
 る)

#### セッションの進め方

##### \*迎え入れ

この講座の中で自分はなんと呼ばれ  
 たいかを決め、胸にその名前を書いたシ  
 ールを貼る。

「〇〇チャンのママ」という役割で過  
 ごしている日常から少し離れた時間であ  
 ることを確認する。

##### \*アイスブレイカー

互いに知り合い、緊張をほぐすために  
 自己紹介をかねて行う。

「自分の一番好きな時間」「自分を動物に  
 たとえるならば」「お誕生日といえば」

「この1ヶ月でうれしかったことは」  
 などを行ったが、「自分を動物に例える  
 ならば」というものは、その人の内面  
 をわかりやすく表現でき、またほかの  
 人からの印象の違いも表しやすく、そ  
 の後の話の展開にも役立った。

##### \*約束事

この時間にみんなに守ってもらいたい

ことを募り、模造紙に記入して提示する。  
ここで出た話はここだけのものにしましょう。というファシリテーターの提案の後、アドバイスはしないで、話をそのまま受け取って欲しい。途中でも思いついたことがあったら、加えて欲しい。自分と違う意見があったら、黙っていないで言って欲しい。などの声が上がった。

\* テーマに沿った話し合い

各回のテーマに沿って思いのままを話していく。話の中で、ノーバディーズ・パーフェクトのプログラムに沿った話題が上がったときには、「ここにはこんなことが書いてあるよね」と促し、参加者でプログラムを読みあう。

\* お茶の時間

話のころあいを見てお茶を入れる。  
お茶が入ると場が和み、空気がやわらかくなる。

\* 要約とふりかえり

ファシリテーターは話し合われてきたことを要約し、伝える。各参加者に今回の感想を一言ずつ話してもらおう。話し合いの中で、発言の少なかった人が居る場合には、発言しやすそうな事柄を選んで、思いを話してもらおう。話し合い自体への感想もあるが、「お茶をこんな風にゆっくり飲みながら、お茶碗を机の上においたままで平気で居られる時間がうれしい」という発言が、日ごろの子育ての大変さを物語る素直な発言として印象深い。1時間半という時間の短さもあるが、ファシリテーターが閉会を告げても話し足りないというように部屋を去りがたい姿が毎回見られた。

次に、この4回のセッションの内の2回目の流れを順を追って見ていくことで参加者の心の変化の実際について述べてみたいと思う。(プライベートな話題は省

略する)

<第2回目 2004・12・10>

\*参加者 8名(1名は子どもが病気のため欠席・

楽しみにしていたのに子どもの調子が悪く参加できず、とても残念との電話連絡あり)

\*講座の流れ

アイスプレイカー「この1ヶ月でうれしかったこと」

・子どもがお座りができるようになった  
・ものをとられたら泣きだけだった息子が、取られたおもちゃを取り返してきた。あっちこっちに言って回るほどうれしかった。

・今月うれしいことはイッパイあったけれど、内緒の話だからここでは話さない。

・今月引越しをして、友達もできた。子どもが何かを言い出した。ママかと思ったけど「まんま」だった。

・1才6ヶ月の子どもに「寝ようね」で言ったら自分でスタスタと寝室へ行った。通じるようになったかなと思った。

・義母が3週間いてくれた。やりたいことをずっとやれる幸せ。身軽さが幸せだった。

・毎日本当に忙しい日々だったけれど、のんびり屋の私がこんなこともできるんだと思った。

\*約束事の確認：前回に追加することは出ない。

今日のテーマ：「子どもとの関係」

・この話を始めた頃は話したいことがすごくあったけれど、今は落ち着いてきた。そのときに聴いてくれる人がいることがうれしい。

・子どもが大人になったとき、私たちとどう関係になっているか気になる。

・子どもも親も人間だからうまくいけばいい。親も自分を必死で抑えていると息切れしちゃう。子どもが私のためにいろんなものを犠牲にしてきたと思ったら切ない。



- ・夫は3人兄弟の真ん中なのに自分だけ1番愛されていると思っている。私もそうなれるかな。
- ・3人とも自分が一番愛されていると思えたらすごいお母さんだね。
- ・干渉しないほうが子どもが愛されていると思うのは不思議だね。
- ・本に干渉しないほうが子どもは自分で考えるようになると書いてあった。
- ・この子のためと思ってやったことがホントは違うかなと思った。
- ・小さい子扱いしすぎているかなと反省した。
- ・メリハリが必要なのかな。その区別が難しい。子どもにテレビはいけないってあるけれど、テレビを見ながらでも話している家族ならいいんだと思う。子どもの考えていることがわからない親にはなりたくない。
- ・何がいいのか全然わからない。話のできる親子では居たい。
- ・いつから躰とかコレはいけませんと言ったらいいのか。まだわからない時期にも言ったらいいのか。
- ・机の上に座っても食べたいという方を優先したほうがいいのか。
- ・場所をちゃんと分けて言っていたらやらなくなった。
- ・決定的にダメというのは早いうちのほうがいいのかもね。赤ちゃんだから良いとしているとダメになったときキョトンとしている。
- ・命が危険という様なことの時だけ怒っていたら、コレはいいじゃないということばかりで、果たしてそれでよかったのかといまだにわからない。
- ・アイロンを触って熱いかどうか触ってごらんという母だった。
- ・娘は公園で裸足になって、そのままスーパーへ行っても裸足でいる。
- ・今は子ども自身が考えていいか悪いか判断する。自分で選択する時代になっていると幼稚園で教えられた。

#### NP 参照「人は人…

あなた自身の判断を信じましょうというのがこのプログラムです。

最期に参加者から一言ずつ

- ・子どものこと自体話すことがなかったなので新鮮でよかった
- ・私の人生歩むぞって思う。
- ・幼稚園のことを知ることができてよかった。
- ・大人同士で話ができるのがとてもよかった。

この回を振り返って（ファシリテーターから）

1回目には泣きながら今の状況を話していた人が、笑顔で家族の素敵なところを話している姿がある。

意見が違って、それぞれをよしとして尊重している姿がある。

自分はまだ迷っているということを素直に話していただける場所がある。

発言を促さなくとも、自然に話が進んだ。

話が途切れないので、却ってお茶を入れるタイミングをつかむのが難しい。

終了時間を告げるのが難しいほど話が盛り上がった。

4回の流れを追っての考察

#### 1回目：参加者7名

子どもの病気のため2名欠席

少し緊張感が漂う。子どもが小さいこともあるが、集合時間にばらつきがあり、開始時間が10分ほどずれる。実質1時間15分くらいのセッションになるので話し足りないという感じが残る。話し合いには2時間欲しいところではあるが、乳幼児を保育している関係で1時間半という時間はぎりぎりのところと考える。次回はなるべく早い参加を促す。

#### 2回目：参加者8名

子どもの体調不良のため1名欠席

集合時間は前回より大分守られた。慣れてきたこともあってか、参加者全体に発言が多かった。

自宅からお茶菓子を持参してくれる参加者も出て、仲間意識が芽生えていることが解る。

また、講座終了後は参加者自ら、お茶碗、テーブルを片付ける姿があり、客体から主体へとの変化が伺える。

### 3回目：参加者 9名

全員参加

体調の悪そうな参加者があり、ほとんど発言がなかった。

慣れてきたこともあってか、噂話のように話が上滑りしていく感じが伺える。

### 4回目：参加者 6名

インフルエンザ、親の都合などで3名欠席

最後の話し合いなので、思いが残らないようにとファシリテーターが促す。

ニーズ調査の時点で親になったということに自分自身折り合いがつかないという話があったが、それについてどうだろうと促すとそれぞれの中で、ママで出なかった部分について話す参加者が何人かあった。

各自の思いを一番出せたように感じられる回だった。

### 第1回目 2004・11・19

参加者 7名

(2名は子どもの病気のため欠席)

講座の流れ

#### 10:40 迎え入れ

(集合、保育の受け渡しに時間がかかり、予定より10分開始時間が遅れる)

イントロ 呼ん

でもらいたい名前を決めて名札に書く。

この時点で日頃「〇〇ちゃんの母」という役割ですごしている日常から少し離れた時間であることを確認する

#### 10:50 アイスブレイカー

<テーマ> 1日の中で好きな時間

順番を指名するのではなく、思いついた人から話し出す。

話した人に誘発されて話がしやすくなる雰囲気を感じられる。以前、ひとりで自由に時間を使っていた頃と今の時間の過ごし方の違いから、今、子育ての中に居る窮屈な状況を話し出す。

- ・ 子どもが昼寝をしている間に甘いものを食べてほっとする
- ・ 子どもが朝機嫌よく遊んでいてくれる時間
- ・ ひとりのときはコンサートに出かけたりスキーに出かけたりして好きに時間を使っていた。今はそれがまったく出来ない。ずっとおんぶばかりしてなきたくなる
- ・ 布団に入り寝付くまでの一瞬
- ・ 子ども二人を連れ散歩するとき。でも少し前まではそんなことを考えられもしなかった
- ・ 娘と夫が寝てしまっただけで独りになったとき

NP ペアレント参照：一日のうち、やりたいことをやる時間を作りましょう

約束事：決めておきたいことを話し合う。模造紙に記入し、みんなから見やすいところに掲示する

- ・ ここで出た話はここだけのことにしましょう
- ・ アドバイスはしないでほしい(話をそのまま受け取ってほしい)
- ・ 自分の言った意見に対し、思ったことがあったら言ってほしい
- ・ 途中で加えたいことが浮かんだら認めてほしい

子育て、子どもについて困っていること各人思いのままを話していく

- ・ 二人目が生まれてからイライラが募って物にあたる。ものを投げて爆発する感情のコントロールが出来なくなっている

・親など、手伝ってくれる人がそばに居ないのはつらい

#### 11:30 お茶の時間

#### 12:00 振り返り

・どういう会になるのかわからなかったけれど、薫をもすがる思いできた。  
みないろいろあるということが聞けた。  
・こういう風にゆっくりお茶をのめるのは本当にしあわせ。  
・みな、軽々と育児しているのかと思ったけれどそうでもないんだなあと思った。  
・人それぞれ悩むことはいろいろなんだ。きっとわたしの悩んでいることはたいしたことではないんだろう。けれどたいしたことではないんだろうとそう思いたい。もっと楽しんでいいはずなのに楽しめないのはどうしてだろうということを話していきたい。

#### 12:15 最後に

1 時間半という限られた時間なのでできれば時間どおり始めたい。

### 第 2 回目 2004・12・10

\*参加者 8名

(1名は子どもが病気のため欠席・楽しみにしていたのに子どもが調子が悪く参加できず、とても残念との電話連絡あり)

講座の流れ

\*迎え入れ

アイスブレイカー「この1ヶ月でうれしかったこと」

・子どもがお座りができるようになった  
・ものをとられたら泣くだけだった息子が、取られたおもちゃを取り返してきた。あっちこっちに言って回るほどうれしかった。  
・今月イッパイあったけど、内緒の話。  
・今月引越しをして、友達もできた。何か子どもが言い出した。ママかと思った

けどまんまだった

・1才6ヶ月の子ども「寝ようねっていったら自分ですたすと寝室へ。通じるようになったかなと思った。  
・義母が3週間いてくれた。やりたいことをずっとやれる幸せ。身軽さが幸せだった。  
・大人同士で話ができる  
・毎日本当に忙しい日々だったけど、のんびり屋の私がこんなこともできるんだと思った。

\*約束事の確認：増やしてほしいことはありますか。

今日のテーマ：子どもとの関係

・この話を始めた頃は話したいことがすごくあったけれど、今は落ち着いてきた。そのときに聴いてくれる人がいるとうれしい。  
・子どもが大人になったとき、私たちとどういう関係になっているか気になる。  
・子どもも親も人間だからうまくいけばいい。親も自分を必死で抑えていると息切れしちゃう。子どもが私のためにいろんなものを犠牲にしてきたと思ったら切ない。  
・夫は3人兄弟の真ん中なのに自分だけ1番愛されていると思っている。私もそうなるかな。  
・3人とも自分が一番愛されていると思えたらすごいお母さんだね。  
・干渉しないほうが子どもが愛されていると思うのは不思議だね。  
・本に干渉しないほうが子どもは自分で考えるようになると描いてあった。  
・このこのためと思ってやったことが本とは違うかなと思った。小さい子扱いしすぎているかなと反省した。  
・メリハリが必要なのかな。その区別が難しい。子どもにテレビはいけないってあるけど、テレビを見ながらでも話をしている家族ならいいんだと思う。子どもの考えていることがわからない親にはなりたくない。

- ・何がいいのかぜんぜんわからない。話をできる親子では居たい。
- ・いつからしつけとかコレはいけませんと買ったらいいか。まだわからない時期にも言ったらいいか。
- ・机の上に座っても食べたいというほうを優先したほうがいいのか。
- ・場所はちゃんと分けて言っていたらやらなくなった。
- ・決定的にだめというのははやいうちのほうがいいのかもね。赤ちゃんだから言いとしているとだめになったとききよんとしている。
- ・命が危険というようなことのときだけ怒っていたら、コレはいいじゃないということばかりで、果たしてそれでよかったのかといまだにわからない。
- ・アイロンを触って熱いかどうか触ってごらんという母だった。
- ・公園ではだしになってそのままスーパーへ行ってはだしでいる。
- ・今は子ども自身が考えていいか悪いか判断する。自分で選択する時代になっている。

#### NP 参照「人は人…

あなた自身の判断を信じましょうというのがこのプログラムなんです。

#### 最期に

- ・子どものこと自体話すことがなかったので新鮮でよかった
- ・私の人生歩むぞって思う。
- ・幼稚園のことを知ることができてよかった。

### 3回目 2005年1月21日

参加者 9名 全員参加

#### アイスブレイカー「お誕生日といえば」

- ・自分のお誕生日に美顔器を買ってもらった。自分のための時間、子どもが寝てから楽しむ。
- ・自分の誕生日など過ぎ去って行った
- ・忘れないように自分の誕生日を入籍日

にしたのに、それでも何もなくて過ぎていった

- ・子どもの誕生日は祝うけれど、自分の誕生日はどうでもいいやと思う。
- ・初めて子どもを生んだとき、子どもの誕生日は自分ががんばった日だと思った。だから夫の誕生日にはお母さんにありがとうを言えと伝えた。
- ・子どもを預け、二人で食事に出た。割れそうなワイングラスがずっとおいてあるのが「ああ」と思った。
- ・子どもを預けて食事に行っても私は楽しめないかなと思ってしまう。子どもの話ししかしないかも

子ども連れで行けるカフェがあって子どもの遊び場があってそこに行ったときは天国って思った

- ・幼稚園に行くようになって子どもがお母さんおめでとうなんていってくれたら感動で泣いてしまいそう。
- ・昔から自分のほしいものはそのときに買っているの、誕生日に何かということはない。買ってもらうという意識はないかな。
- ・うちは財布を私が握っているのでダンナの方が「これ買っていい？」って聞いてくる。

・男の人は子どもができて趣味が変わらない。今までの生活をいかに変えずにいけるかということにがんばってる。

- ・子どもを生むと安定せざるを得ないのが女の人なのかな。
- ・いろんなやり方で私は私ってだすひともいるけれど、独身時代の自分を引きずっている人っているよね。
- ・私は先月は泣きながらしゃべっていたけれど、徐々に音楽をずっと聴いてたらすっかりしちゃった。ずっと楽になった。

### 4回目 2005年2月25日

#### アイスブレイカー

「自分を動物にたとえると…」

- ・リス：小さくて可愛くてずるがしこい。こしょこしょとしている。時

にはつめを出すこともある。

- ・ コアラ：何もせずぼっとしている。火事にあってやけどをしてもあまり動じない。だからショックで死んでしまうこともないという所が似ているかな
- ・ 犬と猫の間：束縛されるのはいやだけれど、知らん顔をされるのもいや。
- ・ ニワトリ：目先のことしか見えなくて遠くを考えられない。1つ、2つの失敗なんて考えるより、さっと早く終わらせたい
- ・ ひつじ：やわらかくてそばにいれば寝るとき暖かいような。
- ・ 猫：自由気ままにふるまうのがいいなあと思う

今回の話し合いでまだ言い足りなかったという思いをのこさないように

#### ニーズ調査から 子どもを生んで

子どもがほしいと思ったことがなかった中で10年が過ぎ、思いがけなく授かったけれど、この状況を受け入れられないまま今もいる。ベビーカーを押しながらふと何でこんなことをしているんだろう」とむなしくなる。

こんな気持ちになるのはきっと子どもがほしくないまま親になってしまったからなんだと思う。

・ 子どもがほしいと思って子どもを生んでも「何で私はこんなことをしているんだろうっておもうことはいくらでもあるよ」

・ 幼稚園がキリスト教系のところで、人は自分が乗り越えられる試練しか、神様は与えないって言われた。

・ 自分がすごく落ち込んだとき、これは耐えられる試練なんだって自分にいいかせていた。

・ 私の親は家で絵を隠し事をしていたから忙しくて母親に可愛がられたという記憶が必死に思い出さないと出てこない。父親とか、周りの人には可愛がられたけれど。だから私は専業主婦になりたいと

思った。

・ 私も子どもは好きじゃないし、子どもができた友達とは疎遠になっていた。ダンナが子どもがほしいといったから生んでしまったようなもの。あんたのためなんだからねという思いもあった。でも子どもを生んで、形だけでも可愛がっている振りをしていたら、ほんとに可愛くなってきた。

・ 人って思い通りに行かないなあって思うことって沢山あるよね。私も主人が病気になったりして落ち込んだときには大変だった。

・ テレビで39歳から自分の道を歩き出して今50を過ぎて世界で輝いている人を見て、私もこれからなんかするぞって今日ダンナに宣言してきたところ。

・ ほかの支援センターで3歳になったら入ってはいけないというところがあって兄弟がいる人は大変

講座を通しての振り返り

・ コファシリテーターの存在

グループ全員の様子、表情までを一人では把握しきれない。対面に座るコファシリテーターが自分の見えない参加者の表情を見ていて、振り返りのときに伝えてくれるのがあるがありがたい。

・ お茶を飲む時間があると、表情、空気が和やかになる。

・ 真ん中にテーブルがあり、それを囲むように座ると参加者が集まりやすい。

・ 話が流れていると感じたときどこまでファシリテーターが介入していくか

・ 終わりそうな時間になってくると重要な話になってくる。これは単に時間の問題だけではないように感じる。言いたいことを真っ先には出さないということか。心理的要因が絡んでいるのか。

・ 1ヶ月間隔があいていること、前回の流れがうまく生かされないことがある。

## ② くすくす

### 親の自主企画講座

プログラム名	親の自主企画講座
実施ひろば名	NPO 法人子育てネットくすくす
実施担当者	草薙めぐみ (副理事長/子育てコーディネーター) 森容子 (ひろばスタッフ)
実施場所	子育て広場

ム プ ロ グ ラ ム 名	実施 日時	実施 回数	実施対象者/企画 者の特性等 ①人数②選出方法 ③特性等	実施方法と内容
虫 歯 チ ェ ッ ク	16年 4/24 4/30 5/22 6/26 8/24 10/23  17年 1/22 2/26 3/26	9回	①92人 ②先着順 ※人数制限あり ③歯科医師 歯科衛生士資格者	<b>【実施方法】</b> ①参加者決定後企画者に連絡する。 ②実施企画者が必要な物を持参し、企画者の指示に従いスタッフはサポート (1名) に入る。 ③まず順番に親に手伝ってもらいながら子どもに歯を磨いてもらう。 ④歯を磨いた子からフッ素を塗る。 ⑤フッ素を塗った子から磨き残しがないか企画者が歯磨きチェックをしながら歯磨き指導や葉の相談に応じる。 <b>【内容】</b> ・時間は1人約10分・参加費 (子ども1人付) 会員：300円 非会員：500円 <b>【スタッフの感想】</b> 歯医者に行かなくても歯について聞きたいことや気軽に相談ができる。この企画をきっかけに親が虫歯や歯の管理について意識が高くなっている。
手 作 り 子 ど も 服	16年 2/25  17年 1/26	2回	①10人 ②先着順 ③特技をいかした者	<b>【実施方法】</b> ①参加者決定後、企画者に参加人数や服のサイズを連絡し生地を用意してもらう。 ②当日、実施企画者の指示に従い洋服作りを行う。 (ミシンがある人にはミシンを持参してもらう) <b>【内容】 (託児付)</b> ・ 参加費 会員：実費負担 非会員：実費負担+100円 <b>【スタッフの感想】</b> 子どもがいてもミシンを使うことができ手作りに自信がない人でも企画者が丁寧に教えてくれるので楽しみながら作ることができる。お母さん自身が自分の手で何かを作りあげることの喜びを知る機会になるのだと思う。

パソコン教室	16年 12/6 17年 1/17 2/14	3回	①10人 ②先着順 ③パソコンインストラクター資格者	<p><b>【実施方法】</b> ①参加者決定後、企画者に連絡する。 ②当日、実施企画者の指示に従いパソコンを使って作業をしていく。</p> <p><b>【内容】</b> (託児付) ・ 参加費 会員：500円 非会員：800円</p> <p><b>【スタッフの感想】</b> 企画者が柔軟に個別対応し分かりやすく指導してくれるので参加者もスムーズにパソコンに取り組んでいた。技術を習得することで社会復帰への第一歩にもつながるのだと感じた。</p>
お花のtea time	16年 12/14 17年 2/10	2回	①15人 ②先着順 ③特技を活かした者	<p><b>【実施方法】</b> ①参加者決定後、企画者に連絡する。 ②企画者が参加人数分の材料を用意。 ③当日、企画者とスタッフが一緒に一人分ずつ材料を分けて用意しておく。 ④実施企画者からお花の作り方の指導を受けながら自分なりのお花をアレンジしていく。</p> <p>① お花が出来上がったらそのお花を見ながら感想などを言いながらケーキとお茶も楽しむ。</p> <p><b>【内容】</b> 参加費：500円 人数：先着10名</p> <p><b>【スタッフの感想】</b> 企画者も参加者もとても楽しそうに取り組んでいた。今回初めての講座にたくさんの参加者の喜んでいる姿に企画者も大変喜んでいた。企画者であるお母さんは新会員さんだったのでかなりの不安もあったかと思うがこの講座をきっかけにたくさんの出会いを得ることができたのではないかと。</p>

プログラム名	実施結果
虫歯チェック	<p>&lt; 企画者 &gt;</p> <p><u>Q1 虫歯チェックを始めたきっかけは何ですか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯に関する質問を色々受けるうちに虫歯があるかどうかを見つけることはできるので、虫歯が初期のうちに歯医者に行ってもらえることができるかもしれないなあと思ったから。</li> </ul> <p><u>Q2 参加者の喜ぶ姿を見てどう感じますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ とても嬉しいです。質問などをしてくれる時は特にみんなが歯に興味を持ってくれたのかなあと嬉しくなります。</li> </ul> <p><u>Q3 虫歯チェックをしてみて何か感じたことはありますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 初期の虫歯のうちに見つけて受診したことで簡単に治療できたとか、染め出して歯磨きをしたことで磨き残しが分かったとか、みんなが歯のことをふと気にするきっかけになっているのかなあと思います。</li> </ul> <p><u>Q4 自分の特技を活かせる活動の場があること嬉しいですか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 本格的にはではないにせよ、とても嬉しいです。気持ちが引き締まります。</li> </ul> <p><u>Q5 自主企画のイベントをするようになって心境の変化はありましたか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 少しでも皆さんのお役に立ってると思うと他の事もやる気になったりします。</li> </ul> <p>&lt; 利用者 &gt;</p> <p><u>Q1 虫歯チェックの参加費はどうですか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 安い4人      ・ 適当0人      ・ 高い0人</li> </ul> <p><u>Q2 このイベント（虫歯チェック）の内容についてどう思いますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 子どもにわかりやすく磨き方を指導してくれ、歯の相談も安心してできるので充実した内容だと思います。</li> <li>・ くすくすに遊びに来たついでにしてもらえるのですごく助かります。</li> <li>・ 6月の市の虫歯チェックよりよく診てもらえる、しかもならばなくて良い。</li> <li>・ 虫歯の有無もしっかり診てもらえて、フッ素も安く塗ってもらえるし、気になっていることも気軽に聞くことができるのでとっても有難いです。</li> </ul> <p><u>Q3 あなたも自分の特技を活かしたイベントの企画をしてみたいですか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ はい 0人   ・ いいえ 0人   ・ どちらでもない 4人</li> </ul> <p><u>Q4 虫歯チェックに参加してみてどう感じたかご自由にお書きください。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 歯医者に行くより気軽に診てもらえるし待ち時間もないので親子にとってすごく良いと思います。</li> <li>・ ならばなくていいので小さい子どもにはとても良い。遊びのついでに出来るので良い。なくなると困る。</li> <li>・ 自分で見つからなかった虫歯を見つけてくれてすごくよかったです。フッ素も塗ってもらえて安心です。</li> <li>・ 会員の協力で成り立っているイベントでいつもありがたいなあと思います。子どもを連れて通院、待つ診察を受けることが一苦勞でついつい足が遠のいてしまうのですが慣れている「くすくす」で参加できることが親子共々助かっています。</li> </ul>
手作り子ども服	<p>&lt; 企画者 &gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 手作り教室を通じていろんな人との出会いや話ができる事。教えられることも多く自分の勉強の場でもあります。私にとってなくてはならない活動のひとつです。</li> </ul> <p>&lt;利用者&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 自宅で作ろうと思っても子どもがいるとなかなかとりかかれず、作りたい気持ちだけでおわっていたのですがくすくすで作ることができとても嬉しかったです。子どもも思った以上に喜び気に入っています。</li> </ul>



パソコン教室	<p>&lt;企画者&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・パソコンに興味のある方も多くて需要があるのですが内容が限られているという点を改善していきたいです。</li> </ul> <p>&lt;利用者&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・分からないことだらけだけど丁寧に教えてくれるので楽しく参加できました。</li> <li>・家でなかなかできないので簡単に分かりやすく教えてもらって良かったです。</li> <li>・とても簡単にできたので家でもやってみてもいいかなあと思いました。</li> </ul>
お花のtea time	<p>&lt; 企画者 &gt;</p> <p><u>Q1 母親自主企画を始めたきっかけはなんですか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お花の企画と共に楽しい時間を共有できればいいと思った。</li> <li>・話を持ち出してくれたスタッフがいたから。</li> </ul> <p><u>Q2 参加者の喜ぶ姿を見てどう感じますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・皆さんのお役に立てることができ、尚かつ喜んでいただいでこちらもハッピーな気分になれてよかったです。・とてもとても嬉しいです。</li> </ul> <p><u>Q3 企画をしてみて何か感じたことはありますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・やるからには参加する人みんなに喜んでもらいたかったです。「おいしい！」の声を聞くまで満足してもらえるか不安でした。</li> <li>・結構、お花に興味を持っているママ達がいることに少々驚きました。</li> </ul> <p><u>Q4 自分の特技を活かせる活動の場があることをどう思いますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・子供がお互いいる中で自分の特技を活かせることがとっても良いと思います。</li> <li>・とても幸せなこと。くすくすがなければ自己満足で終わっていたと思います。</li> </ul> <p><u>Q5 自主企画のイベントをするようになって心境の変化はありましたか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・もっともっと腕を磨きたいです。 ・毎日の生活の中で張りができた。</li> </ul> <p>&lt; 利用者 &gt;</p> <p><u>Q1 参加費はどうですか？</u> ・安い 3人 ・適当 2人 ・高い 0人</p> <p><u>Q2 このイベントの内容についてどう思いますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・お花も作れて美味しいケーキも食べれてとても良い内容でした。第2回も期待しています。</li> <li>・子どもを持っているとお花をやりたいと思っても出来なかったけど子どももくすくすで楽しめて親もお花をやることのできるで大満足です。</li> <li>・自分で作ったクリスマスリースよりもずっと美しくできて嬉しい。</li> <li>・凄く楽しかったです。お花に親しむのに手軽に取り組めてよかったです。視覚で楽しみ味覚で美味しい2度楽しめました。</li> <li>・普段しないことなので楽しめました。気軽に参加できてよかったです。</li> </ul> <p><u>Q3 他にも実施して欲しいイベントの企画はありますか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・はい 3人 ・いいえ 0人 ・どちらでもない 2人</li> </ul> <p><u>Q4 「はい」と答えた方はどんな企画を実施して欲しいですか？</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ケーキ教室 ・料理教室</li> <li>・今は思いつきませんが色々楽しい企画を期待しています。</li> </ul> <p><u>Q5 企画に参加してみてどう感じたかご自由にお書き下さい。</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・みんなとワイワイ楽しく出来てよかった。</li> <li>・企画者が知っているお母さんなので何でも聞きやすく楽しめました。</li> <li>・とても楽しかった。ぜひ、次回も宜しく願います。</li> <li>・それぞれ個性があり新たな一面がみられました。</li> </ul>

#### 《 評価—プログラム実施の意義と課題 》

このプログラムを実施にあたり、親の自主企画講座に協力してくれた親＝子育て中のママたちは結婚や出産を機に家庭に入る選択をしなげなかつた人もいた。結婚、妊娠、子育てと子どもを持つことで社会から孤立し、地域との希薄化した中で子育てに悩み苦しむ人が圧倒的に多い。とくに初めての子育ては理想と現実のギャップのなかで小さい子どもを抱えなかなか社会参加さえ出来ないのが現状である。24時間365日子育てを必死に頑張ったとしてもその社会的評価を受けることもない。子育ては辛抱ばかりで報われない地味なものという意識で子育て時期を終わらせてはいけない。この自主企画講座における意義は子どもを通じた間接的関係ではなく、お母さん同士の直接的な関係づくりにもなっている。

広場の中で自分の資格や特技を活かし、「ひとりの女性」「ひとりの人間」として輝き自分を見出せる場になっている。また、企画者が講座に参加した同じママたちからの感謝の声に励まされたり勇気づけられたりすることが自分への自信（自己肯定）にも繋がるのが伺えた。お母さん達にとって親の自主企画講座での経験が子育ての楽しさや充実感、達成感、社会との繋がりや次のステップへと進むことができたりお母さん自身の活動の幅や視野も広がっていくのだと思う。

～問題点や改良点～

企画者が講座の準備を行っているのであまり負担がかからないように担当スタッフがy電話連絡や声掛けなどの配慮をし、こちら側ができることなども伝えながら一緒に講座の準備をする。講座終了後にスタッフと企画者が講座について話し合いを持ち、困った点など次回の講座にいかすようにする。

### ③まんま

#### 親による自主企画講座

「スイーツ de ゆんたく」

実施ひろば名

親子のひろば『まんま』

担当者

吉田直美（ひろばスタッフ）光本京子  
（ひろば利用者・企画提案者）

実施日

月1回（7/29、8/26、9/16、10/21、11/24）

対象者

ひろば利用者（会員、ビジター含む）、  
予約制だが人数制限なし

内容

子ども連れではなかなか喫茶店等でお茶するのは難しく、スイーツも断念しがち。参加会会員のリクエストにより宅配などを利用して食べたいスイーツを取り寄せ、食後にお茶しながら、気軽におしゃべりをするもの。子育ての話ではなく、母親自身の話をするのが目的。スイーツ代は実費。紅茶はひろば負担。

7/29 参加者7組

半熟チーズケーキ&スイートポテト  
「普段、取り寄せているスイーツについて」

8/26 参加者12組 プリン2種

「夫に子どもを預けたい時について」  
「ストレス発散法」

9/16 参加者6組 栗のケーキ4種

（会員のみで実施、記録なし）

10/21 参加者8組

シフォンケーキ2種

「お歳暮をどうしているか」

「馴れ初めを告白！」

「新婚旅行について」

11/24 参加者9組

和菓子2種&抹茶

「仕事をしていた時のスーツをどうしているか」

「産後のブラックフォーマルが着れない!？」

実施結果

\*利用者の感想

- ・いろいろなデザートが食べれて良かった  
&おしゃべりしながらいろんな情報を聞いて楽しかった。
- ・みんなで話をしながら、楽しい時間でした。

評価

\* 成果

- ・会員同士に顔なじみが出来てきたせいもあり、プライベートな話も照らいなくできるようになった。ますます親しくなり、盛り上がる話題だとゆんたく時間が長くなるようになった。

改良点

- ・ゆんたくを単独で実施するよう変更。

「親子でスローな夜を楽しもう」

実施ひろば名

親子のひろば『まんま』

担当者

金子真澄（ひろば利用者・企画提案者）

実施日

6/19 18:00～ 一回

対象者

ひろば利用者と家族、スタッフと家族  
予約制だが人数制限なし。参加者 10組

内容

「100万人のキャンドルナイト（電気を消してろうそくの明かりでのんびり過ごす）」をひろばで実施。電気を消して、

ろうそくとランタンで明かりを灯し、食事やおしゃべりを楽しんだり、お台所ミュージシャン・川端佳子さんに数曲演奏してもらった。料理は持ち寄り、アルコール代・ペットボトル飲料代は実費。

#### 実施結果

利用者の感想:「スローな夜に乾杯!して、やさしい明かりの中で、みんなで持ち寄ったご飯を美味しくいただきました。お姉ちゃんお兄ちゃんもハッスル、大人はアルコールも入って賑やかな夜に。川端さんのギターと生歌声のミニコンサートも心地よく、アンコールには前回好評だった曲を唄ってもらいました。赤ちゃんやパパもノリノリの楽しい時間となりました。「キャンドルナイト」という運動を知り、それを実行するきっかけになりよかったです。来年も参加していきたいと思いました。」「子ども多すぎ(笑)。いろいろ観察できて面白かった。たとえば、母子の様子。家でもこんな感じなんだろうな~と思った。→パパ談」

#### 評価

実施の意義「一人ひとりがそれぞれの考えを胸に、ただ2時間、でんきを消すことで、ゆるやかにつながって「くらやみのウェーブ」を地球上にひろげていこう。」というイベントに参加。ひろば初の会員企画・夜に集まって楽しく過ごそう!ということで大変盛り上がった。

#### 「産後ボディケア&フィットネス」

#### 実施ひろば名

親子のひろば『まんま』

#### 担当者

講師:石井 洋子(ひろば利用者・企画提案者)担当:波木井美由紀(ひろばスタッフ)保育:吉田直美(ひろばスタッフ)鈴木正栄(ボランティア)

#### 実施日

10:30~12:00 月1~2回

#### 対象者

ひろば利用者、予約制5人

#### 内容

マドレボニータ(スペイン語で美しい母の意)プロジェクト参加講師による人や物に依存しない、セルフケアによる産後の美しい心と身体作りのためのエクササイズ。主にボールを使った運動やカウンセリング。基本的には、子どもを抱っこしながらでも可能な運動だが、同室で保育を行っている。

会員:¥300、非会員:¥400

8/25 参加者7名

9/8 参加者5名、9/22 参加者5名、

10/5 参加者4名、10/22 参加者4名

11/2 参加者4名、11/30 参加者4名、

12/6 参加者2名、12/16 参加者2名、

1/13 参加者6名

#### 実施結果

##### \*参加者の感想

・大きなボールを使っただけの運動は減多にできないので、とても楽しく感じました。ただ、リズム感のない私には、ちょっと難しかったかも。その後の二人一組のマッサージはとても気持ち良かった。

・普段あまり運動しない私ですが、ボールを使っただけの運動はとても楽しかった=背筋が伸びた感じ。家に帰ってからは子どもとぐっすりお昼寝。充実した1日でした。

##### \*スタッフ感想

・初めは子どもが気になる母親もいたが、そのうち夢中で運動していた。

・毎回定員一杯でキャンセルまじりの人気。

・カウンセリングの時は、子どもの声が大きいい時もあり話しくそそうだ。

#### 評価

・同室とはいえ保育することで、参加者は思い切り運動ができているようだ。

・運動のプログラムは、以前から希望も多く人気だが、人数制限しなければなら