

平成24年度  
「はっぴい mama 応援団」活動報告書

独立行政法人福祉医療機構  
社会福祉振興助成事業 地域連携活動支援事業

「専門職による子育て支援事業」を展開して

「はっぴい mama 応援団」  
平成25年3月

# 平成24年度 「はっぴい mama 応援団」活動報告書 目次

1. 「はっぴい mama 応援団」の概要と、主な活動内容	1
2. 主な事業内容	2
(1) 助成事業実施期間	
(2) 連携団体	
(3) 実施場所	
(4) 内容	
3. 実施結果	3
(1) 参加者の概要	
(2) アンケート結果	
4. 考察	8
5. 今後の課題	11
(1) 子どもの成長に伴う悩みの変化への対応	
(2) 夫婦間、家族間の調整	
(3) 地域連携の充実化	
(4) 産後ケア事業の導入	
(5) 安定した運営の継続と雇用問題	
6. 最後に	12
付録	13
アンケート自由記載より抜粋	
アンケート用紙	
はっぴい mama 応援団 規約	17

# 平成24年度 「はっぴい mama 応援団」活動報告書

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業 地域連携活動支援事業  
「専門職による子育て支援事業」を展開して

平成25年 3月 吉日

「はっぴい mama 応援団」 代表 松山 由美子

私ども、「はっぴい mama 応援団」は、2010年より、地域で子育て支援事業を展開して参りました。平成24年度は、独立行政法人福祉医療機構による社会福祉振興助成事業地域連携活動支援事業として事業を展開させて頂くことができました。

当事業は、

「妊婦や、子育て中の母親が抱える不安や精神的・身体的・経済的不安を軽減すること、また、地域社会での交流を深めることによって、母親が笑顔で過ごせるような育児環境を作り、虐待防止を図ること」を目的として、

「地域のネットワークを活用して、専門職を中心としたスタッフ・講師による、居場所作り事業や育児・母乳・健康相談、子育て中に役立つ各種専門的講座、リラックスタイムの提供等」を実施した。

また、事業を展開する中で、参加者へのアンケートを実施し、参加者のニーズや当事業・社会・行政への要望などを把握し、今後の子育て支援の課題を考察することができたので、ここに報告します。

## 1 「はっぴい mama 応援団」の概要と、主な活動内容.

当団体は、「ママの笑顔を応援したい！」と地域で活動してきた開業保健師を中心に、その思いに賛同した有志が集まった任意団体である。

当団体は、保健師・助産師・看護師・保育士・ファイナンシャルプランナー・アロマセラピスト・ママスタッフなどで構成され、西区子育てサロン「はっぴい mama はうす」(新潟市西区赤塚 17)を活動の拠点としている。

事業内容は、居場所事業や育児・母乳・健康相談、各種講座・イベント等を開催。また、専門職は、他の育児支援センターや幼稚園、ママサークル・企業などへも出向き、新潟市に限らず市外へも、出前講座を行っている。

居場所事業のスタッフは、無償ボランティアであり、講座や出前講座は、有償ボランティアの形で実施している。

\*規約詳細は、巻末に掲載。

## 2 主な事業内容

(1) 助成事業実施期間 平成 24 年 4 月 16 日～平成 25 年 2 月末日

(2) 連携団体

- ・社会福祉法人 新潟市社会福祉協議会子育て何でも相談センターきらきら様
- ・(有) イー・エヌ・エー様
- ・パーチェデザイン様
- ・母乳育児相談室きらきら様

(3) 実施場所 「はっぴい mama はうす」(新潟市西区赤塚 17 番)

\* 出前講座は、各団体指定会場

(4) 内容

1) 居場所事業:「西区子育てサロン」の開催 週 2 回(毎週月・木曜日)開催。

- ・スタッフ: 保健師・助産師・保育士等の有資格者 1 名  
ボランティアスタッフ 2 名。
- ・内容: 親子の居場所。保健師・助産師による育児・母乳・健康相談。  
保育士による遊びの提供や絵本読み聞かせ
- ・対象: 産後の母親や妊婦など。
- ・利用料: 親子 1 組 300 円
- ・参加者数: 期間中 76 回開催 延べ 499 組 (平均 6.6 組)

2) 各種健康教室・講座の開催

- ◆保健師による育児相談会(サロン内での同時開催) 毎月 2～4 回開催
- ◆助産師による母乳相談会(サロン内での同時開催) 毎月 1 回開催  
\* 連携団体母乳育児相談室きらきら様より講師派遣
- ◆素質論インストラクターによる「育児に役立つ個性心理学講座」  
名称「個性心理学を楽しむ会」\* 連携団体パーチェデザイン様より講師派遣
- ◆ファイナンシャルプランナーによる「マネー講座」 毎月 1 回開催  
\* (有) イー・エヌ・エー様より講師派遣
- ◆保育士による絵本読み聞かせ(サロン内での同時開催) 毎月 1 回開催
- ◆保健師による「骨盤ケア教室」 毎月 1 回開催
- ◆助産師・保健師による「骨盤ケア教室」マタニティクラス 毎月 1 回 開催
- ◆保健師による「べびいマッサージケア教室」 毎月 1 回 開催
- ◆アロマセラピストによる「アロマセラピー講座」 毎月 1～2 回 開催
- ◆セラピストによる「オーラソーマ」 毎月 1 回開催 (H24.11 月より中止)
- ◆足湯とハンドマッサージ・リフレクソロジー・ヘッドスパによるリフレッシュタイム  
名称「癒しの日」

※講座は、「はっぴい mama はうす」の 2 階和室で開催している「子育てサロン」でスタッフがお子さまの様子を見させていただき、母親と離れられないお子さまや途中で泣いたり、お世話が必要となった場合は、1 階の講座開催場所で一緒に受講していただく。

3) 他団体への出前講座の実施・企画・運営

- ◆保健師による育児相談会 (4団体 各1回)
  - ママサークル「ママ磨きサークル」
  - 「新潟総合生協鳥屋野地区お楽しみ会」
  - 子育て応援施設「うん・まんま」(西区居場所)
  - ママサークル「チームUSA」
- ◆マネー講座(1団体 2回)
  - 「母乳育児相談室きらきら」へ2回
- ◆個性心理学を楽しむ会(2団体 各1回)
  - ママサークル「ママ磨きサークル」
  - 新潟南病院「チューリップサークル」

4) 告知方法

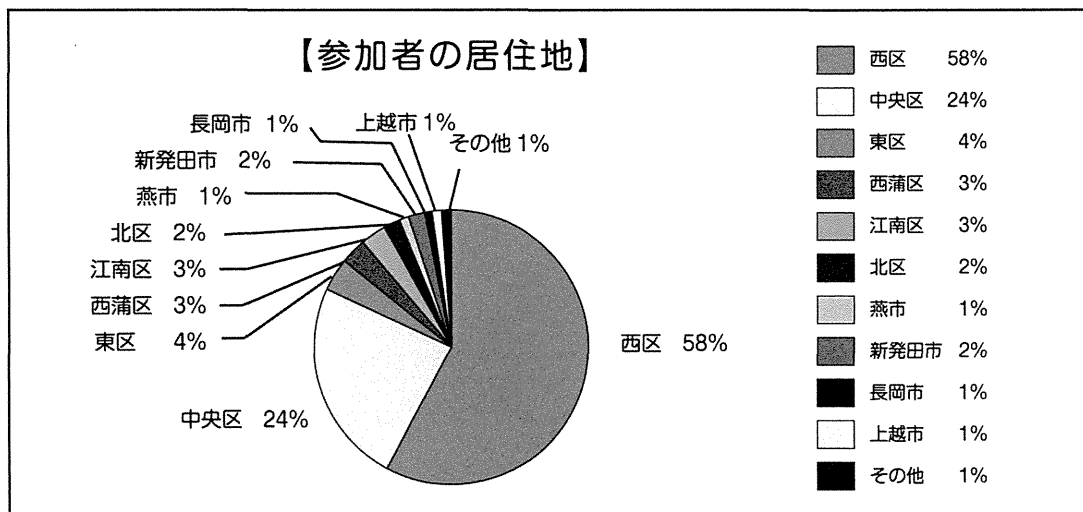
- ◆連携団体「社会福祉協議会子育て何でも相談センターきらきら」様のWebサイトへ掲載
- ◆チラシ・パンフレットを作成・配布する
  - パンフレット・毎月の予定表を作成・配布。
  - 配布先；西区保健センター3カ所・保育園・幼稚園・育児支援センター・西区店舗など。

5) 参加者へのアンケートの実施 \*アンケート用紙は、巻末に掲載

### 3 実施結果

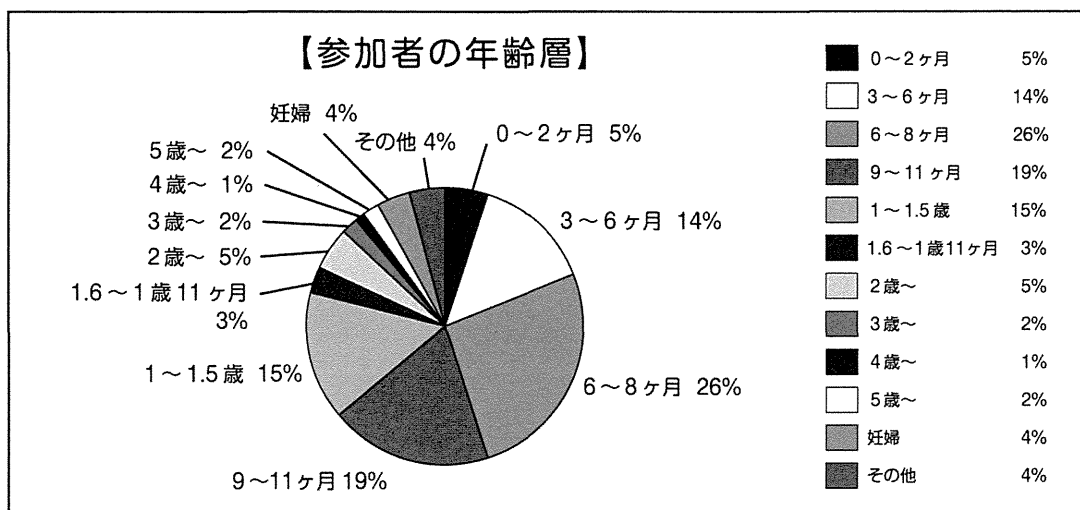
(1) 参加者の概要

1) 参加者の居住地



参加者の居住区は、半数以上が西区、次いで中央区が多い。新潟市内が94%を占めている。「その他」には、阿賀野市・聖籠町・関川村・三条市・五泉市・魚沼市が含まれる。上越市・魚沼市からの参加者は、里帰りの際に利用されていた。

## 2) 参加者の年齢層



0歳児が6.4%を占めている。妊婦の参加は、「骨盤ケア教室」への参加者とサロンへの参加者を含む。「その他」には、父の参加3件、母のみの参加19件が含まれる。

## (2) アンケート結果

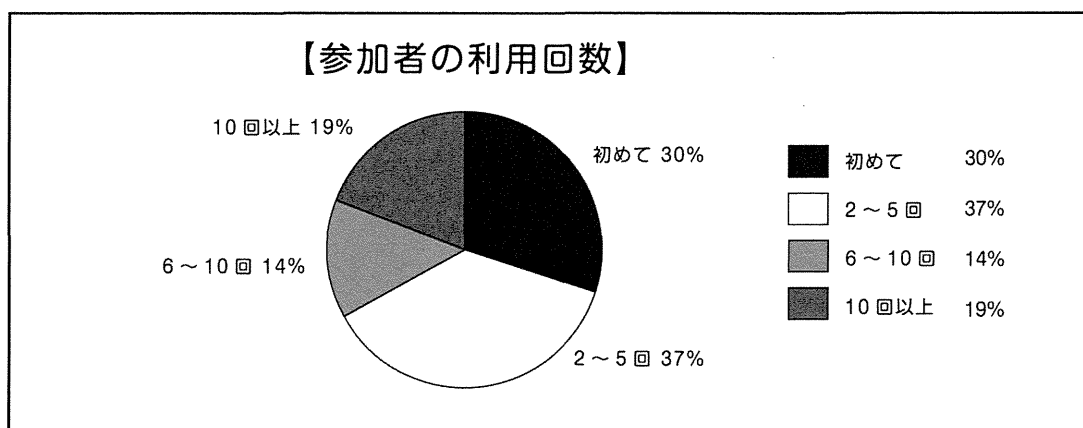
1) 対象 : 子育てサロンや講座などに参加された方。重複回答あり。

2) 調査方法 : サロンや講座などへ参加後、参加者本人へアンケートを手渡す。帰宅前に記入・提出。無記名。

3) アンケート回収率 : 約67% (回答者数301名)

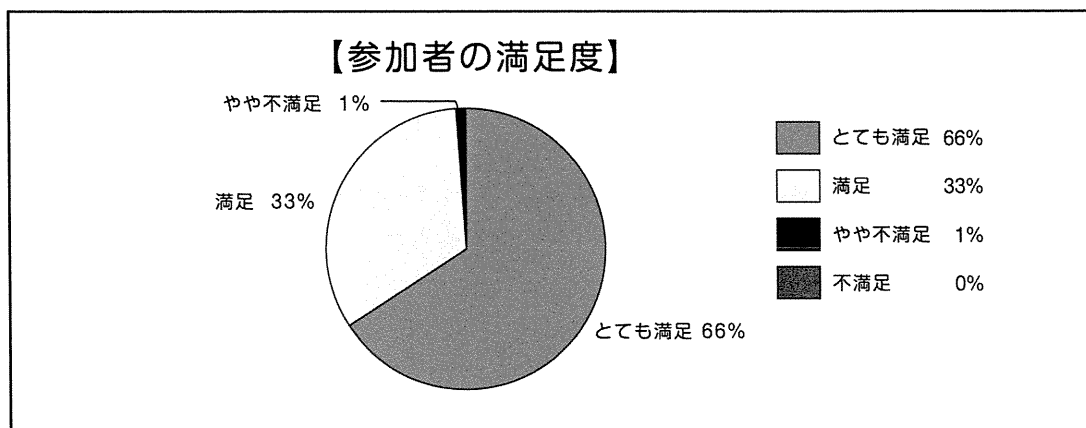
\*育児・母乳相談など、利用者数が確定できない事業もあり、大体の参加者数より算出

## 4) 利用回数



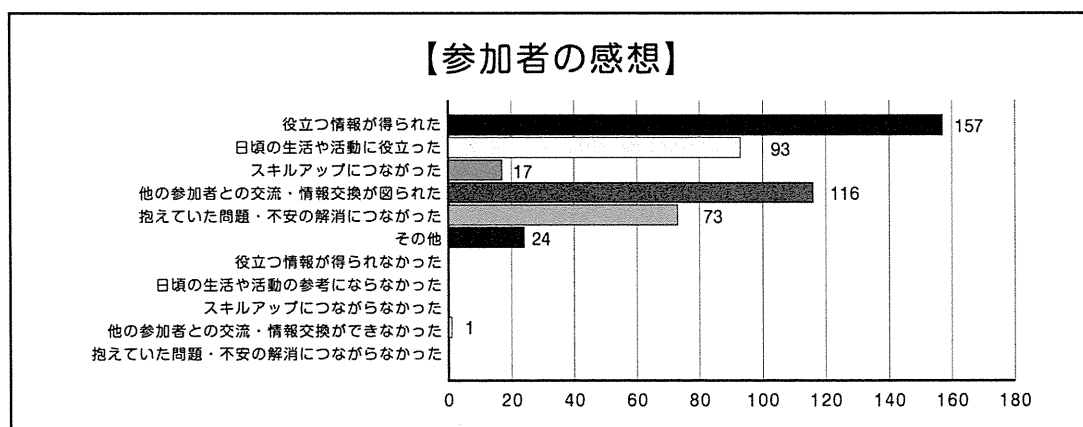
利用回数は、初めての方は、30%程度であり、10回以上の方も含め、70%の方々は、繰り返し利用している。

## 5) 満足度



とても満足、満足と応えられた方が99%。  
 やや不満足と答えられた方は、2名であった。

## 6) 選択肢による感想



「役に立つ情報が得られた」が最も多く、「他の参加者との交流・情報交換が図られた」が、次いで多かった。  
 「やや不満足」を選択した方は「他の参加者との交流・情報交換ができなかった」を選択。

## 7) アンケート自由記載による感想 ※他、各講座などに寄せられた内容は、巻末付録に掲載。

### ◆居場所事業「子育てサロン」へ参加してのご意見・ご感想

- ・子どもがグズグズしていてゆっくり話せなかった
- ・普段なかなか出掛けないので、リフレッシュできる
- ・アットホームでママ同士の交流の場にもなるここは、貴重な場だと感じました。
- ・とても素敵な空間です。頑張ってください。・来るたびに、元気になります。
- ・今回、初めて参加しましたが、とてもいい雰囲気で居心地がよかった。また、参加したい。
- ・mama はうすがあるのは、助かっている
- ・小さな子どもをもつ親は不安もいっぱい！気軽に行ける場所ができてうれしいです。
- ・初めて子どもを託児してもらったのですが、予想以上泣いたので、もっと外に出して人と触れ合ったほうが良いと思った。

- ・子どもの昼寝の間、冊子などを読むことができてよかった。
- ・他の参加者の方々と話すことで、日々の子育ての疲れが軽くなった。
- ・少し大きい子とかも可愛くて、自分の子にも優しくなれる気がしました。
- ・子供が3ヶ月なのですが、これから先の8ヶ月や10ヶ月の赤ちゃんを見て育児の参考になった。
- ・みなさん自由に遊ばせていたので、真似したいです。
- ・夏休みで上の子も同じ年のお友達がいて一緒に遊べてよかったです。
- ・体調を崩して外出できない日が続いたので、私も子どももたくさん身体を動かして遊べてリフレッシュできた。
- ・この時期、外でも遊ばず、室内で安心して遊ばせながら情報交換ができて良かった。
- ・自分だけが子育てにイライラすると思っていたけど、他のママさんも、同じように悩んでいることが分かって、すごく安心しました。
- ・サロンで他の方と話したりしていると、自分の悩みが案外大したことなかったりして気が楽になる。
- ・同じような立場の人の話を聞け、共有できてほっとした。
- ・ストレス解消になり、楽しかった。参加するだけで、自分の気持ちも軽くなり、楽しく過ごせた。
- ・いつもサロンに参加させていただいて、リフレッシュできますし、子どもものびのび遊ばせてもらい助かっている。
- ・のびのびゆったり過ごす時間は、やっぱり大切。
- ・人が大勢いるとぐずられても気にならない。
- ・同じ年齢の子ども達がいっぱいいて、子どもにとっていい環境だと思う。
- ・広いお家で子供二人連れでしたが、上の子がたくさん遊べて、講座に集中できた。
- ・ご飯も食べさせてゆっくりできるので好きです。
- ・先生がとても話しやすく、どのタイミングでも、気遣ってくれて嬉しかった。
- ・子どもを元気に遊ばせられて、気晴らしになった。
- ・家では出来ないことをさせてあげられてよかったです
- ・ずっと来たかったので、すごく嬉しい半日でした。・予約無しで来れるので、とても来やすい

◆事業へ参加するようになって子どもの様子や親の子育てへの認識や負担感、家族の様子など変化を感じた点

○当事業に参加するようになってから感じられた子どもの変化

- ・講座中、始めはグズったけど、子どもが親と離れ遊んで待つことができるようになった。
- ・滑り台が上達した。
- ・初めてきた時より、泣かなくなった。抱き方や子どもの成長がみれてよかった。
- ・みんなで遊ぶことを知ったみたいで、輪の中に入れていけるようになった。
- ・娘は、自分より小さい子とふれ合う機会があまりなかったなので、やきもち焼いたりやいたりいい刺激になりました。
- ・久しぶりに滑り台を上らせたら、初めて高這いで上っていきました。その後も楽しかったのか何度も楽しそうに上っていきました。
- ・他の子と遊べるようになった。積極的に遊べるようになった。
- ・ここに来てから子どもが場馴れできるようになり、他に行っても楽しく遊べている
- ・少しづつ、グズりも減り、パパも喜んでいきます。
- ・mama はうすに行った日は、帰ってからも機嫌がいい。
- ・他の赤ちゃんに興味を持ち始めたので、刺激になって良かったと思う



- ・段々、泣かなくなってきた、場所になれてきて、笑顔も増えました。
- ・久々に出る子どもとの外出でてんばってましたが、久々に子どもがよく寝てくれて良かった。
- ・いっぱい遊んで、よく寝るようになった。
- ・親子とも、体力がつかまりました。

#### ○母親の子育てへの意識・認識の変化

- ・子育てストレスが減った。・少しづつ子育てが楽しくなってきた。・気持ちに余裕が出た。
- ・子どもと遊ぶのも大事だけど、自分の息抜きも大切だと思いました。
- ・自分自身へのプレッシャーのようなものが軽くなりました。
- ・自分の育児に少しづつ自信が出てきた。・育児の不安感が解消できた。
- ・いろいろあって涙涙だったけど、自分を大切に行きたいなと思った。そういう姿を子どもはみて幸せに生きてくれるといいなと思った。
- ・子どもを通して、母もケアが必要なんだと思った。
- ・子育てしていて心配なこと疑問に思うことなど相談できるので、自分自身自信が持てて安心する。
- ・今まで、何となくの子育てだったが、楽しく子どものために自分のためにできるようになった。
- ・焦らず子どものペースで見守り、ゆっくりやっといこうと私自身が楽になりました。
- ・少し悩んでいる時に参加すると悩みが解消されてスッキリする。
- ・「今」のこの時をいろいろと楽しんでいこうと前向きになりました。
- ・子どもの成長が楽しみになった。
- ・自分が少し余裕を持って、赤ちゃんと接することができるようになりました。本当に良かった。
- ・家に帰ってからの子どもや旦那さんと過ごす時間も楽しめます。
- ・子どもとの関係、主人との関係をもう一度考え直すことができた。
- ・もうすぐ育休あけですが、子どもと向き合う時間が少なかったなので、今日は、我が子と寄り添うために来ました。

#### ◆事業・行政・社会への要望

##### ○当事業への意見・ご感想

- ・保育園の支援センター時間がかぎられているのもっと長時間やってくれると嬉しい。
- ・時間の拡大（午後、夕方の場所が少ない）
- ・前の月の15日までに翌日の予定が分かるといいなと思います。
- ・子育てサロンを週に3回くらいやっていただけると助かります。
- ・たまに土日開放して欲しい。パパが土日出勤で、悶々とするのでありがたい
- ・もっとくわしい地図があると分かりやすい。
- ・mama はうすのことを、もっと早く知りたかった。（できれば妊娠前に）
- ・様々な講座があって興味はあるが、子どもが離れてくれず1人でゆっくり落ち着いて参加したい。

##### ○新たな講座・イベントなどの要望

- ・紙おむつが試せるようにいろいろなメーカーのサイズ、小売り
- ・育児用品+αのフリマ、低価格で譲れるサイト、ママのためのHIPHOPレッスン
- ・親の体を動かす講座もあるといいなと思います
- ・リトミック体操をしてみたい。
- ・手形・足形をとりたい。

#### ○社会への要望

- ・近くに支援センターはあるものの、なかなか上手く活用できなかつたり、今回のようにアドバイスいただけないので mama はうすがもっと近くにあっていいなと思いました。
- ・ひとりで子育てしていると切羽つまってくるのでママさんとの交流場をもっと増やして欲しいです。
- ・もっと市内で多くの場所で開催されると嬉しいです。
- ・市内にも、mama はうすのような施設が増えて欲しいです。
- ・長岡のてくてくのような施設があったら嬉しい（長岡市子育て支援施設（公園と一体化））
- ・ホームページで多くの施設の活動内容スケジュールがみれたら嬉しい
- ・子育て支援施策の充実を求めます。

#### ○はっぴい mama 応援団の活動に関するご意見・ご感想

- ・今後も活動して欲しい。
- ・これからも、応援していきたいです。

## 4 考 察

今まで活動や、当事業におけるアンケートなどにより見えてきた子育て中の母親のニーズは、

- ・母同士の交流の場を持ちたい。
- ・子どもが、他の子と遊べる場が欲しい。
- ・自分の実践する育児を、認めてもらいたい。
- ・子育て中の不安や相談を気軽に相談して安心して育児をしたい。
- ・子どもの成長・発達について、専門家に気軽に相談できる場が欲しい。
- ・自分の子どものこれからの成長を予測できると安心する。
- ・子どものお世話の仕方を具体的に知りたい。
- ・育児そのものの不安・心配に対し、具体的な対処方法を知りたい。
- ・子どもの発達や身体について、自分自身の身体について、知識を得たい。
- ・母のためにリフレッシュできる場、時間が欲しい。
- ・母の心身のケアのための相談ができる場、知識が欲しい。
- ・自分自身の感情を認め、自分自身どのように対処したらよいか知りたい。
- ・子どもに対して、どう接して良いか知りたい。
- ・夫との関係をよくするためには、どうしたらよいか知りたい。
- ・実践に活かせる具体的なコミュニケーション術を知りたい。
- ・お金に関して、何を、どこに聞いていいかわからない、気軽に相談できる場が欲しい。
- ・子育てに関する情報を、必要な時に、必要なことを、もっと知りたい。

などである。

このようなニーズを充足すべく、社会・行政や民間団体などが支援の場を広げている。

私どもの活動は、「母親を支援し、母親が笑顔で過ごせるような社会を作ることが、非常に重要であり、幸せな社会になる」という理念を持って活動している。

その為には、母親自身が心身の健康を維持・増進するための具体的方法を自ら身につけてセルフケア能力を高めること、さらには、子どもの身体的ケアやお世話の仕方、接し方を具体的に知ること、母親自身が「解決できた」「赤ちゃんが笑った。成長した」などを実感することによって、母親自身の自己肯定感が育っていくことが重要である。

セルフケア能力の高まりは、「人任せではなく、主体的に考えられるいいきっかけになりました」と自由記載があったように、自らが気づき、自らが動けるよう支援することが必要である。

子育ての負担感や不安感が高まるのは、「どうしていいかわからない」「子どもが、どんな風に育っていくのかわからない」「私のやり方でいいのかわからない」と、未知なることへの不安や自信のなさが要因であることが多い。また、高学歴社会や行政指導が影響し「いい母親でなければならない」「わからないことを人に聞けない」「頑張らなくてはいけない」「子どもが泣いているのは親の私が未熟なせい？」と、精神的に追い込まれていることも非常に多い。さらには、社会経済の影響を受け、夫の帰りが遅い上に、核家族化により育児を助けてくれる家族がすぐ側におらず、ひとりで抱え込んで、悩んでいるケースも多い。

しかし、例えば「泣いた時」に考えられる原因を具体的に知り、具体的に対応できたら、不安はかなり軽減する。今、赤ちゃんがどんな段階で、これからどんな風に発達・成長していくのか？具体的に何をすれば、赤ちゃんが喜ぶのか？具体的に何をすれば自分自身が癒され、楽に育児ができるのか？その具体的方法が分かり、自分自身が対処することができ、もし、解決にならなくとも、試行錯誤を重ねていくことが、自信につながり、楽しみが生まれ、子どもへの愛情も育っていく。

私どもでは、母親自身が考え、家族や我が子と共に解決策を生み出せるよう、専門的知識の提供や具体的な解決策の提示に努めている。そして、そのような場が、身近で、気軽に、必要な時に、利用できることが重要である。

今回、「専門職による子育て支援」が、非常に有効であると考えられた点は多かった。

例えば、居場所としてのサロンでは、和室8畳を二間続きで仕切りをはずして利用しているが、そこで子どもを遊ばせながら、発達の観察、具体的支援方法の提示も行っている。

具体的には、ずり這いを始めているが四つん這いへの移行が遅いと心配している場合、設置している滑り台を、坂道側から登らせるように遊ばせたり、母親が正面から顔をのぞき込み、おもちゃを使って移動を促す遊びを多く取り入れるように具体的に実践する。

ずり這いから四つん這いへの移行時には、非常に有効な筋力アップの時であり、寝返り→うつぶせ→ずり這い→四つん這い→つかまり立ち→一人歩きへと発達していく中で、パラシュート反応の取得や、腕の力・腹筋・背筋など全身の筋力・体力の向上になる。現代の子どもの体力・筋力の低下が叫ばれる中、乳幼児期からの関わりは、生涯の健康の土台作りにもなり得る。しかし、現代の家屋の状況では、長い廊下を這い這いするというようなことは難しく、サロンや育児支援センターなどの広いところで這い這いを促すことも、重要な支援となる。

結果として、実際に、その場で成果が見られる場合もあるが、母親自身が「子どものためにしてあげられること」が、実際に見て、やってみて、理解することができ、家庭での子どもへの働きかけが増える。精神的にも安心感や充実感が生まれている。

実際に「家に帰ってから過ごす時間も楽しめる」「自信を持てるようになった」という記載もみられた。このように「専門家による子育て支援事業」は、子どもの成長に合わせて、その時々のお悩みを、随時相談ができる場として、母親の「かけ込み寺」的存在となっている。

また、子どもを産んだことによって、今までとは違った人間関係が生まれ、新たな悩みも生まれやすい。そこで、人の個性を知る「個性心理学を楽しむ会」は、夫や子ども、家族やママ友など、人の個性を知り、人とのコミュニケーションに、大きく活かすことができる。人には、どんな個性があるのか？具体的な人物像を知ることによって、「人は、みんな違ってみんないい」と言うことが理解できる。それによって、子どもの自我が芽生え、自己主張が始まっていく中でも、子どもを1人の人間、一人格として関わるができるようになる。それは、子育て中の親

子関係・夫婦関係を良好に保つ上でも、また、その他の人間関係に置いても、非常に重要なことである。

さらに、お金に関することは、まさに専門家に聞かなければ分からない。お金の専門家に聞きに行くということが、子育て中は通常より一層困難になる。しかし、妊娠、出産、育児を通して、経済的な悩みを抱える家庭はかなり多い。サロンに行きながらにして専門家に質問できる、気軽に講座を聞けるというのは、母達の不安軽減に、非常に有効であると考えられる。

このように、専門的知識を得たり、具体的方法を知ることは、子育てをしていく力を養うことになる実感しているが、それだけでなく、母親自身が癒されることも非常に重要であり、アロマや足湯やヘッドスパなどの利用者の喜びの声は、非常に多かった。

日頃、そのような母親自身が癒されるための場に、子どもを連れて行くことは難しく、料金も子育て世代には高価なことが多い。当事業が提供するものは、低価格であり、手軽に自宅でも実践できそうな内容を提供している。リラックスすることは、授乳中の母乳の分泌にも、母子の心身の安定にも、非常に重要なことである。それらを、気軽に受けられ、自身の生活にも潤いを与えることとなり、自身を大切に思うことにもつながる。

子育て中、「頑張らなくては行けない」「自分のことよりも子ども・夫を優先しなければならない」と、母親自身の気持ちも身体も無理をして頑張っている母親が非常に多い。以前に比べれば、「イクメン」という言葉が日常的な言葉になったように、父親の育児参加が増えていると言われるものの、日本はやはり女性が育児を背負うものという風潮は根強く、母親の負担感は大きく、そこに自分自身が楽しむことを良しとしない傾向も強い。

当事業におけるリフレッシュタイムの提供は、実際体験すると同時に、楽しみを自ら探し、積極的に体験することにもつながっている。

以上のような活動は、地域の他の企業や助産院と連携することで、提供できる内容の充実化を図ることができた。また、社会福祉協議会何でも子育て相談センターきらきら様には、サイトへの掲載やそれによりメルマガへも掲載されるサービスを利用することによって、子育て世代への周知を広げたり、周知方法についてアドバイスをいただいたり、電話で相談される方へ、必要時には紹介いただくなど、ご協力いただいた。

また、子育て支援団体同士のつながりを大切に「こゆるネット」という支援団体の交流の場を提供しており、そちらでも情報発信も推進している。

地域で展開されている様々な子育て支援事業を、利用する方達は、それぞれ施設の目的や特徴に合わせて利用されている。利用者それぞれの利用目的に合わせて、必要な時に必要な情報が利用者の元に届くようネットワークを活用していくことも重要である。

当事業は、他団体への出前講座も延べ8団体に行った。対象団体から、「はっぴい mama はうすまでは、行くことは難しいが、聞きたい話だったので、来てもらえて良かった。」などの感想が多く、また、当事業のアンケートでも、他地域での応援団による活動が望まれており、ネットワークを活用し、他団体への出前講座も継続していきたい。

地区別の利用者を見ると、比較的近い距離にある西蒲区の利用者が少なかった。西蒲区への周知方法を検討する必要性がある。

以上のように、今回「専門職による子育て支援事業」を展開し、上記にある要望や感想などから、子育て世代にとって、このような事業の必要性は高いことが認識できた。

また、「母親の子育てへの意識・認識の変化」では、ストレスの軽減や母の自信につながっており、事業の有効性を確認することができた。また、そのような母親自身の変化は、少子化対策・虐待防止としても有効であると言える。

## 5 今後の課題

考察したように、当事業の必要性・有効性は高く、今後も継続していく必要性を感じている。継続していく上では、対応していかなければ行けない課題もある。

### (1) 子どもの成長に伴う悩みの変化への対応

「はっぴい mama 応援団」の活動を開始してから、4年目になり、当初関わってきた子供の年齢が2-3歳となり、乳児期の悩みとは変化してきている。子どもとの関わり方、第2子出産による第1子との関わり方、兄弟への対応、しつけに関しての悩みなど、新たなものが出てきた。

乳児期とは違った悩みを持ち、イライラとする感情を募らせたり、中には、子どもを叩いてしまった経験がある母親も少なくない。そのようなことは、衝動的に起きており、母親は、自責の念を抱き、更にイライラを募らせ易い。特に「しつけをしなければいけない」「褒めなければならない」と考えている場合、イライラから感情が爆発することが多くなる。「自分は虐待しているのか?」と、自分1人で悩んでいることもあり、人には話しづらいつ感じている母親が多い。

相談に来られた際には、まずは話せる雰囲気作りに気を配るように努めている。

ここで、母親の態度・姿勢を責めることなく、母親の中にある母性を認め、支えることによって、虐待などの進行をくい止める、または、予防につながるものと、確信している。

そのような聞き役・相談役になるためには専門職を始め、従事スタッフの経験と学びを深めていく必要がある

### (2) 夫婦間・家族間の調整

参加者には、夫との関係、家族との関係に悩みを抱えていることも多い。主な悩みとしては、母親の思いや育児の仕方を理解してもらえず、何気ない一言に傷ついていることが多い。夫・祖父母など家族を巻き込んだ事業の展開により、母親の育児に対する周囲の理解を深め、母親1人での孤立化を防ぎ、育児の協力体制を強化することが望まれる。

### (3) 地域連携の充実化

考察でも、述べたが、地域でのネットワークを活用し、他団体へも専門職が出前講座を行うことにより、母子への知識・情報提供を行う場を広げていくことができる。

新潟市からの紹介ケースや、情報交換なども、適宜行っているが、今後、更に連携を強化し適切な情報の共有など、検討していかなければならない事項である。

行政と民間が協働し、地域全体で、子育て支援に取り組むことにより、母子のひきこもり、孤立化を防止、虐待防止などが可能となると考える。

#### (4) 産後ケア事業の導入

母子の引きこもり・孤立化の防止、産後の心身の健康保持・増進のために、産後6ヶ月以内の心身のケアの提供の必要性を痛感している。

具体的内容として、心身の疲労回復のためのケア提供・乳房管理及び、生活面の指導、乳児の沐浴・授乳指導を含めた身体ケアの仕方や、抱っこや寝かせ方などお世話の仕方など育児指導・保健指導である。現在は、産院や新生児訪問・産後ケア事業で、上記内容の指導が行われているが、出生1ヶ月以内のものが殆どであり、それ以後のまだ不慣れな時期に相談できる場が少なく、不安を抱えたまま過ごしていることが多い。特に、第1子の5-6ヶ月頃までは、細かなことでの悩みが絶えない。その時期、滞在型デイケアや訪問事業なども、需要が高いと思われ、今後、そのような産後ケア事業も検討している。

#### (5) 安定した運営の継続と雇用問題

子育て支援事業は、ボランティアスタッフが従事することにより運営していることが多い。しかし、拠点を持つことによって、家賃など維持費を必要とし、経費の捻出が必要となる。

今年度は、助成金を頂き、運営することができた。また、サロン利用料や講座への参加費の一部、応援団からの出資により経費を捻出している。子育て支援事業などに提供いただく助成金は、単年度のものや、家賃・人件費には使用できないものが多い。

ボランティアでは、従事する者が経済的事情のために継続が難しくなることもある。

今後、安定した運営を目指すためには、社会的支援を必要とする場としての認知を拡大し、地域社会の多くの方の協力も求めていきたい。また、ケア提供機関として、医療機関との連携も視野に入れ、事業維持のための方法を検討していきたい。

## 6 最後に

どんな子どもであろうと、どんな母親であろうと、どんな人間であろうと、ひとつの命としての価値に違いはなく、他人が何と言おうと、(自覚しているしていないに関わらず)母親自身が我が子を愛している気持ちに間違いはない。それを評価することは、誰にもできない。

母親が、自分自身の命を大切に生きる姿を見て、子どもは、自分自身の命を大切にできる。

子育てにおいて、最も重要なことは「母親自身や周囲の大人が幸せに生きている」ことと考えている。様々な情報が飛び交い、不安材料が多く、生きづらい、子育てしづらいと言われる時代だが、専門家として関わることの特質性を活かして心身の健康を支え、行政・地域・企業などとの連携を図り、母親自身の幸せを支えることができる子育て支援、家族・地域を巻き込んでの子育て支援事業を、今後も展開していく所存です。

今回の事業に、ご推薦いただきました新潟市社会福祉協議会子育て何でも相談センターきらきら様をはじめ、連携・協力いただいた皆様、本当にありがとうございました。

以上、ご報告とさせていただきます。

今後とも、「はっぴい mama 応援団」の活動をご支援下さいますよう、お願い申し上げます。

「はっぴい mama 応援団」

代表 開業保健師 松山 由美子 平成25年 3月 吉日

◆出前講座に参加、または、企画・主催してのご意見・ご感想。

- ・普段、なかなかmamaはうすに行けないので、出前で来てもらえてよかった。
- ・多世代での交流の場となり、楽しかった。（mamaはうすでは、集まる世代が決まっているけど、サークルに来てもらったので、mamaはうすでの講座よりも受講された年代が広がった）
- ・低価格で話を聞けて、よかった（無料での育児相談会）
- ・お金のことは、疑問に思っているけどどこに聞いていいかわからず、また、mamaはうすは、遠くて行きづらいので、北区まで来てもらえて助かった。（マネー講座）

◆保健師による「育児相談会」に参加してのご意見・ご感想

- ・家に閉じこもっているより、外に出て保健師さんに相談にのってもらえるのは嬉しいです。
- ・ずっと私自身、不安に思っていたことにアドバイス頂いてスッキリしました。
- ・保健師さんが運営しているので、色々相談できて安心だと言われた。
- ・育児の疑問・不安が解消されます。・サポートしてくれるところがあるということが心強い。
- ・夜、泣くようになってきたので、聞いてみたら、アドバイスが聞いて良かった。
- ・子どもとの接し方や子育てで悩んだことを相談できて元気に帰れる。
- ・育休中最後の参加で、今までたくさんのことを教えてもらって、とても楽しい毎日が過ごせました。
- ・気になったことを気軽に聞けるので参考になる。・毎回ちょっとした疑問を聞いてもらえて助かる
- ・これで良いんだと思った。安心した。
- ・もう少し、ゆっくり自分と向き合ってみようと思う
- ・お話を聞いたり、話しをする中で、自分の感情を認めてもらえたと言う感情がわきました。
- ・子育てって自分と向き合うことなんだと改めて思いました。いろいろなママの話も聞いて良かった。
- ・ママの感情コントロール、どうして良いかわからない。先輩ママの言葉は、とてもためになる。
- ・主人との向き合い方、自分のことをわかってもらえない、それでイライラすることが多かったけれど、私はこう思うと素直に伝えることから始めてみようと思います。
- ・自分だけが子育てにイライラすると思っていたけれど、他のママさんも同じように悩んでいることがわかって、すごく安心しました。
- ・生活パターンを変えてみようかなと思いました。

◆助産師による「母乳相談会」に参加してのご意見・ご感想

- ・断乳について、目処が分かった。・断乳・卒乳が知れて良かった。
- ・離乳食の時期・お風呂の入れ方が分かって良かった。
- ・悩んでいることを相談できて良かった・わからないことを気軽に聞ける。
- ・月齢が進むと、悩みも変わりますが、mamaはうすに来て、どの都度悩みが相談できて良い。
- ・月齢にあった悩みの相談にのってもらえて参考になった。
- ・悩み事があると気軽に相談できていいです。
- ・3人目妊娠にして初めて知ることが多くて驚いた
- ・子供になるべく負担にならない添加物の煮のものを選ぶようになった。
- ・不安なことが解消される。・母乳相談会を続けて欲しい。

◆「骨盤ケア教室」に参加してのご意見・ご感想（マタニティクラスを含む）

- ・骨盤ケアの時、子どもを見てもらえると尚よい。子どもを見ながら、なかなか集中しづらかった。

- ・いろいろ妊娠中から知っていれば、出産に備えることができたので、また来たい。
- ・子ども二人連れて来ても、ゆっくり自分のこと（体操）ができてとても助かった。
- ・身体の体調を自分で改善できる方法が分かってよかった。・気持ちよかった
- ・少し身体が軽くなったような気がします。・腰痛が軽くなった。
- ・自分の身体が左側に曲がって辛かったり、恥骨も左側が痛かったりするのがじっくり感じられて、普段ではなかなか時間がとれないので良かったです。
- ・子どもを産んでから、何もしていなかったので、これから少しずつ体操を頑張ろうと思う。
- ・操体法を習い、今後の不安が少し軽減しました。・身体が冷えているので、あたたまってよかった。
- ・猫背なのですが、背筋を使って背筋が伸びた気がした。・産後、骨盤が気になっていたのに、ケアが学べて安心しました。・サラシは、やりやすかったです。
- ・おなかの形の変化が実感できた。（マタニティ）
- ・逆子が気になって参加したのですが、治してもらうような気持ちでいました。でも、操体法をやっているうちに、妊娠も出産も自分の身体に起きることで、自分の身体に関心を持って、今どう感じるのか気持ちを向けることが大事だと思いました。おかげさまで、いつの間にやら治っていて、驚きました。出産まで後少しですが、人任せではなく、主体的に考えられるいいきっかけになりました。

◆「べびいマッサージケア教室」へ参加してのご意見・ご感想

- ・もっとスキンシップしたり、遊んであげたいと思った。
- ・ベビーの柔らかい肌を触って、私も癒されました。
- ・いろんな遊び方・レパートリーが増えた。
- ・子どもと密なスキンシップを図ることができ、母子共に満足
- ・mama はうすのベビマは、ゆったりと楽しく毎月楽しみ。
- ・寝かせ方を教えてもらって助かった。・「スリング」の使い方を知れてよかった。
- ・丸める抱っここの方法など、今まで知らなかったことが知れてよかった。
- ・「まん丸抱っこ」や「スリング」活用で身体が柔らかくなった。
- ・ベビマでゆっくりスキンシップを取ることで赤ちゃんとも私もリラックスできました。
- ・ベビマは良いスキンシップになっていて、私も子供も家で復習しながら楽しんでいます。
- ・だいぶ赤ちゃんのからだ柔らかくなってきた。指導してもらったおかげだと思えます。
- ・すごく楽しくマッサージすることができた・ふれ合い遊びがよく分かった
- ・「まん丸抱っこ」のよさについて、細かく説明が受けられて、すごく為になりました。
- ・教室後、寝返りができるようになった。赤ちゃんの身体の変化にビックリしました。
- ・ベビマした夜は、よく寝てくれる。
- ・毎日まん丸抱っこ、まん丸ねんね。スリングを使って抱っこしていて、教えてもらったことを役立てています。

◆「マネー講座」へ参加してのご意見・ご感想

- ・お金のことをもっと知ろうと思いました。
- ・何となく貯めていかないとなあと思っていましたが、話を聞いてハッとさせられました。冷や汗ものでした。
- ・今後のプランが明確になりました。まずは家計簿をしてみようと思いました。
- ・日頃、ぼんやり考えていたことを、はっきりとしなきゃいけないことがわかりためになりました。
- ・とても楽しかったのと、分かりやすかったです。もっと話が聞きたいと思いました。
- ・思ったより子どもの学資がかかることがわかりました。家計簿をつけてみようと思いました。



- ・知らない事がたくさんあって他のことも知りたくなりました。
- ・医療費控除、確定申告について何も話を聞いたことがなかったので良い勉強になりました。
- ・色々ありすぎ、難しかった。
- ・何度聞いても中々覚えられないので、色々又再確認できてよかった。
- ・子どもに教えるときのコツを知り、自分では全然やってなかった事だったので早々試してみたい。
- ・節約の優先順位が自分が考えていたのとまるで違って目からウロコでした。
- ・学資保険だけで安心してはいけないと危機感をもった。保険など勉強して運用したい。
- ・楽しかったです。少しお金に対してちゃんと勉強しようという気持ちになりました。
- ・すごい役にたちました。さっそくやってみたい。

◆「個性心理学を楽しむ会」へ参加してのご意見・ご感想

- ・子連れで学べる講座というのが、なかなかないのでこのような企画をしてけると嬉しい。
- ・子育て、仕事など、いろいろな分野で活用していきたいと思いました。
- ・今後の2人の子育てにぜひ活かして少しでもお互いが楽に生きていけるようにしたいです。
- ・いろいろなタイプ、性質によって感じ方、言っで欲しいことなど違っておもしろいと思いました。
- ・自分の性格に言われてみれば！というのが多く、とても面白く学べました。
- ・納得できる部分が多くてすごくおもしろかった。
- ・子どもの動物占いが何か分かって、ほめ方とか将来育った時に役立てたいです。
- ・姑との相性も分かって何となくスッキリしました
- ・子どもとのコミュニケーションの取り方が身に付きました。
- ・子育て、ダンナ育てにも役立てていきたいと思います。
- ・とかく感情的になる人間関係においてこういう知識があると客観的、冷静に対処できそうです。
- ・家庭でも、職場でも活かしていきたいです。楽しかったです。

◆「アロマ講座」へ参加してのご意見・ご感想

- ・自分の好きな香りで作ることができてよかった。
- ・日常でも使えそうなUVパウダー作りで素敵楽しかった。
- ・アロマのにおいで大満足。
- ・アロマクラフトに興味があったので、自分でも作れるかな
- ・アロマ講座は、日常生活に役立つことばかりで、いつもすごく楽しく参考になっている
- ・子育てしかない日常にアロマを取り入れてみたくなりました。
- ・アロマについての話しがとても役に立った
- ・アロマスプレー作りは。今日から使用できそうでうれしいです。
- ・久々にアロマの香りに癒されました。もっと話しを聞きたかった。

◆「癒しの日」に参加してのご意見・ご感想

- ・とても気持ち良くて、リラックスできました。
- ・足に羽が生えたように軽くなりました。
- ・子どもと離れて、1人の時間を持つことができて良かった。
- ・足湯、マッサージが気持ちよかったです。

## はっぴい mama 応援団に関するアンケート

「はっぴい mama 応援団」は、「はっぴい mama はうす」を拠点として、子育てサロンやママ向け講座を開催している子育て支援団体です。日頃、「はっぴい mama 応援団」の活動にご参加いただき、誠にありがとうございます。

平成24年度の「はっぴい mama 応援団」の活動は、独立行政法人福祉医療機構(WAM)が行う社会福祉振興助成事業として行っております。

このアンケートは、当団体の今後の活動の参考とさせていただくとともに、助成事業実施の参考とすることを目的に行うものです。ご参加いただいた皆様からの率直なご意見をいただけますよう、ご協力をお願いいたします。

＜以下の設問で該当する項目にし印をつけてください＞

1・本日参加したものは、どれですか？(複数回答可)

- 子育てサロン    育児相談会    母乳相談会    骨盤ケア教室    べびいマッサージケア教室  
オーラソーマ    アロマ講座    癒しの日    その他:(講座名 )

2・本日の利用は何回目ですか？

- 初めて    2～5回目    6～10回目    10回以上

3・はっぴい mama 応援団の活動を何で知りましたか？

- チラシ    知人・友人から  
専門職から(保健師 助産師 看護師 医師 その他: 具体的に )  
インターネット(「はっぴい mama はうす」のブログ mixi や FB、ツイッターなどのSMS その他 )  
その他 ( )

4・本日の内容全般について、ご満足いただけましたか。(4択)

- ① とても満足    ② 満足    ③ やや不満足    ④ 不満足  
< ①② → 設問5へ >    < ③④ → 設問6へ >

5・(4で「とても満足」「満足」を選んだ方)どのような点が良かったですか。(複数回答可)

- 役立つ情報が得られた    日頃の生活や活動に役立った    スキルアップにつながった  
他の参加者との交流・情報交換が図られた    抱えていた問題・不安の解消につながった  
その他 -良かった点を具体的に教えてください-

[

6・(4で「やや不満足」「不満足」を選んだ方)どのような点が良くなかったですか。(複数回答可)

- 役立つ情報が得られなかった    日頃の生活や活動の参考にならなかった  
スキルアップにつながらなかった    他の参加者との交流・情報交換ができなかった  
抱えていた問題・不安の解消につながらなかった  
その他 -良くなかった点を具体的に教えてください-

[

7・サロンや講座などに参加されて、子供の様子、親の子育てへの負担感や価値観、家族の様子など、何か変化を感じられたことがありましたか？ ご自由にご記入下さい。

8・「はっぴい mama 応援団」の活動や行政・民間の子育て支援への要望など、自由にご記入下さい。

ありがとうございました。 今後とも、よろしく申し上げます。

はっぴい mama 応援団 代表 松山 由美子

## 【はっぴい mama 応援団 規約】

第1条（名称） 本会は、「はっぴい mama 応援団」と称する。

第2条（目的） 本会は、会員それぞれが資格や職種を活かして、地域の子育て中の母親や、これから母親になる女性、また、その児を含めた家族が、健康で快活に生活できるよう支援する。

- (1) 地域や、母同士の交流の場を提供し、孤立感を高めない育児環境を整える。
- (2) 妊婦や母親、乳幼児や、その家族の健康のレベルアップを図る。

第3条（会員） 本会の会員は、代表の承認をもって組織する。

第4条（所在地） 本会の拠点は、「はっぴい mama はうす」（新潟市西区赤塚 17 番）とする。

第5条（事業） 本会は第二条の目的達成のため次の事業を行う。

- (1) 子育てサロンとして、母親と児（年齢制限なし）が集う場の提供
- (2) 事業開催時は、母親より悩みなどを聞き取り、保健師・助産師・看護師・教育カウンセラーなどの専門職による育児・健康・教育相談を行う。
- (3) 「健康教育」「心理学講座」「幼児教育」「赤ちゃんのお世話の仕方」など、母親への知識提供を行う。
- (4) 各事業終了時、アンケートにより参加者の感想・要望などを調査する。
- (5) その他、状況により必要な事業を行う。

第6条（役員）

1. 本会は、以下の役員をおく。

代表 1名          会計 1名          監事 1名

2. 役員を選出は、代表が行い、会員に通達し、異論がある場合、会議により決定する。
3. 役員の職務は、以下の通りとする。

代表は、本会を代表して会を総括し、必要時は会議を招集し、議長を決める。

会計は、本会の会計を掌握する。

監事は、本会の会計を監査する。

第7条（事務局） 本会の事務局は、下記におく。

〒950-2261 新潟市西区赤塚17番 「はっぴい mama はうす」内

第8条（会議） 本会の会議は、年1回以上、総会と役員会を開催する。

第9条（会計年度） 会計年度は、毎年4月1日から翌年3月31日までとする。

第10条（変更） 会則の変更は、総会において、出席者の半数以上の承認があれば変更できる。

付則 この会則は、平成22年4月1日から施行する。