

2022.3

「今を支えて未来を創る」
子育て環境デザイン事業報告書
-令和3年度独立行政法人福祉医療機構
社会福祉振興助成事業-



Co- create

子育ての
今を支えて
未来を創る

地域限定オンラインコミュニティ
Como

静岡県コロナ禍
子育て実態調査

高校生向け
子育てアシストプログラム



「今を支えて未来を創る」
子育て環境デザイン事業報告書

事業名 「今を支えて未来を創る」子育て環境デザイン事業
助成先 独立行政法人福祉医療機構
受託者 NPO法人母力向上委員会
〒418-0039
静岡県富士宮市野中1136-5
TEL 0544-78-0741
FAX 0544-78-0324
メール mail@haharyoku.com

母力向上委員会



<https://www.haharyoku.com/>



なぜ今、未来の子育てを支える事業を展開するのか

コロナ禍の子育て支援の課題

私たちNPO法人母力向上委員会は、静岡県富士宮市で子育て中の母親が中心となり活動しています。「すべての人が生まれてきてよかったと思うことができる社会」をビジョンに描き、発足から13年間、地域で妊娠中から子育てスタート期の母親に対し母子保健事業、子育て環境デザイン事業などを行ってきました。

昨年度である2020年度も本助成事業に採択され「“つなぐ・つながる”産前産後サポート環境デザイン事業」に取り組みました。コロナ禍でしたが、0歳児母向けの講座を開催しピアスタッフの育成を行うと同時に、オンラインコミュニティの構築を行いました。昨年度育成されたピアスタッフは今年度、母子に寄り添い支えてくれる頼もしい存在となって活躍しています。またこのコロナ禍においてオンラインコミュニティは対面の場に来ることができない母たちの相談の場となり社会との繋がりを感じる場となっています。

しかし、感染防止のために当地域でも、様々な子育てに関する講座・居場所事業などが人数制限・時間制限・予約制等の対応となったり、緊急事態宣言・蔓延防止対策下では開催中止という状況が続いています。出産前から親としての学びの機会を失い、産後仲間との出会いの機会を失い支援者と繋がる機会を失っている状況が2年も続いているのです。当団体でも少ない機会の中で出会うことが出来た乳幼児子育て中の母たちからは「他の人がどのように育児をしているのかが分からず不安」、「子どもが家族以外の人とほぼ会う機会がないのが心配」等訴え、中には不眠やうつ状態、DV等の深刻な相談も増えていることを実感しており、孤立化が大きな課題であると考えています。そこで、今年度も本助成事業で『今を支えて未来を創る子育て環境デザイン事業』を考え採択していただき、取り組んできました。

今の課題解決から未来への種まきへ

今年度の事業は、コロナ禍だからこそその子育て支援を追求するとともに、子育て支援においての本質的な部分を見出したいと考え、3つの柱で事業を構築しました。

第1に、コロナ禍における子育ての現状と課題、そしてニーズの把握を行うために『コロナ禍1年パパママ実態調査』を実施しました。このコロナ禍で子育てをしている人達は地域に関わらず困難感を抱えているであろうと、今回は静岡県内全域での調査とし、その後の支援に各地域でも活かしていただけることを目的として実施しました。結果として県内で乳幼児子育て中の方の切実な生の声を得ることができました。ZOOMでの報告会では参加していただいた行政・支援団体より今後活かしていきたいなどの感想が寄せられ成果が得られました。



NPO法人母力向上委員会代表理事 塩川祐子

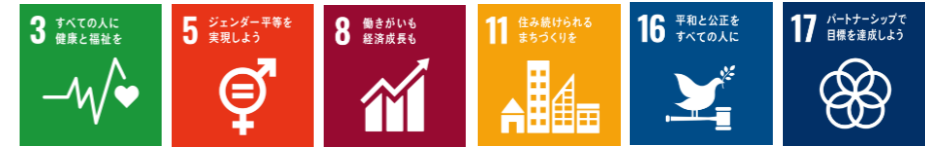
第2に2020年度本助成事業により誕生したオンラインコミュニティ『Fcomo（エフコモ）』の認知拡大による更なる子育て支援の拡充です。コロナ以前より産後は家にこもりがちな女性にとって、地域の支援者や先輩ママや同じ子育て中のママにオンライン上でも出会うことは孤立の予防になります。昨年度からの利用者はオンラインコミュニティでの悩み相談や地域情報を頼りに行動をしているという声も聞かれるようになりました。コロナ禍においては、より孤立化が懸念されるため、更に地域への広がりが必要と考え、リアルイベントやライブ配信など様々な手法を用いて認知拡大に集中し取り組みました。

第3に子育て応援未来人材育成事業としてのプログラム構築です。感染の不安により行動自粛を強いられている子育てスタート期の親子にとって、子連れで外出すること自体が大幅に減少しており、親が大きな不安と緊張の中で子育てをしていることが危機的状況となりかねません。数少ない外出の機会に、母親達が出会う地域住民が子育てへの理解があり受容的かつ協力的となれば、母親や子どもの不安や緊張をほぐし、産後鬱や乳幼児虐待などを予防することにつながります。更に将来的に子育てをする可能性の高い若者に現状を理解してもらうことで、地域で子育てを応援する人材が増えると共に、子育てしやすい地域の未来を共に創っていくことができ、未来の子育て当事者の受援力を高めることにつながると考えました。1年間かけ様々な方に協力を得て『Co育てアシストプログラム』が誕生しました。今後はこのプログラムも広く届けていくことで、今を支え未来の親子をも支えることができる社会を構築する未来の種まきを続けていきたいと思えます。

2021年度も本助成事業にチャレンジする機会を与えていただいたことで、アンケート調査では改めて現在の子育ての課題に関し細やかに検討し、行政関係者や県内の現場で子育て支援を行っている方々につなげることができました。またこれらのデータはオンラインコミュニティやCo育てアシストプログラムの内容にも活かすことができました。

国際情勢も含め益々先が見えない不安な時代に突入しています。そのような時代だからこそ、未来に光をつなぐべく、産み育てる人々を社会全体で支えていく必要性を感じています。この報告書が少しでも皆様のお役に立てることを願ってお届けいたします。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



持続可能な開発目標（SDGs：Sustainable Development Goals）とは、2015年9月の国連サミットで採択された持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っています。

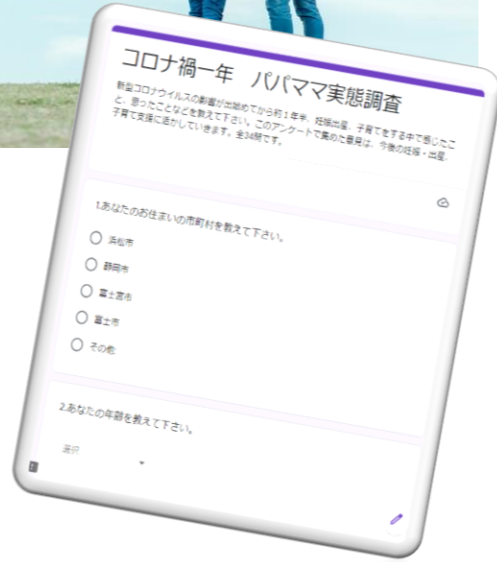
この中で、今回の今を支えて未来を創る子育て環境デザイン事業では、3、5、8、11、16、17のゴールと関連すると考えています。妊娠、出産、子育てを支えることは、すべての人に健康と福祉を提供し、ジェンダー平等な働きがいのある、平和なまちづくりをしていくことにつながります。





コロナ禍の子育てアンケートにこめた思い

2020年3月頃より新型コロナウイルスが全国的に感染拡大し、様々な社会的影響が発生しています。中でも特に大きな影響を受けているのは、妊婦さん、乳幼児を子育て中のお母さんお父さんたちだと考えられます。緊急事態宣言の発出による幼稚園、保育園等の閉鎖や登園自粛、遊び場の閉鎖、イベントの中止など子育て世代を取り巻く状況は目まぐるしく変化しています。妊娠や子育てに対する支援が少なくなっているうえに、自分自身や子ども、家族の未知のウイルス感染への不安を感じながらの子育ては、これまで以上にストレスの大きなものです。さらにこの状況がいつまで続くのか先が見えない状況であることもお父さんお母さんたちの心身の状態に大きな影響を与えているのではないかと考えました。



そこで、静岡県内各所で子育て支援を行っている団体と協力しながら、妊娠中の方、乳幼児子育て中の方の声を聞くため、今回のアンケートを実施しました。このアンケートでは現状の生活状況、育児困難感、外出の状況などに関する質問を行い、現状を把握しました。アンケートの結果から明らかとなった現状と課題、必要な支援については、県内の子育て支援関係者と共有することで各所における今後の子育て支援に活かしていきたいと考えています。

アンケート調査実施概要

- 実施期間：2021年10月1日～2021年11月15日
- 実施方法：インターネット調査
- 対象者：2021年10月時点で妊娠中又は4歳未満児の子育て中の静岡県在住の男女
- 対象地域：静岡県内。主に富士宮市、富士市、浜松市、静岡市
- 監修：白井 千晶
(静岡大学人文社会科学部 教授)
- 回答数：380件（うち有効回答数366件）
- 広報、分析協力団体：
 - ・認定NPO法人はままつ子育てネットワークぴっぴ
 - ・一般社団法人ここみ
 - ・NPO法人よしよし
 - ・はぴママ実行委員会
 - ・NPO法人ゆたかの木
 - ・遊・viva! ネットワーク

コロナ禍1年 パパママ実態調査
アンケートへのご協力をお願いします！

現在、妊娠中の方、0歳～3歳までのお子さんを子育て中の方が対象です。
新型コロナウイルス発生から1年以上、皆さんの率直な意見を教えてください！
頂いた意見は今後の妊娠・子育て支援事業の展開に活かしていきます。

📱 **スマートフォンの方はこちらから**
スマホのQRコード読み取りアプリをかざしてURLサイトへ

💻 **PCの方は以下のURLを直接入力**
<https://forms.gle/cBfgXox78QEJXsmi7>
※本アンケートにかかる時間は15分程度です

アンケートに回答いただいた方の中からFUJIBOKUルイベ豚セットを10名様にプレゼント♪

アンケート実施期間 2021年10月1日～11月15日

※2022年3月9日アンケート結果報告会開催予定（詳細は母力向上委員会 HPにて）
お問い合わせ先 NPO法人母力向上委員会
TEL：0544-78-0741
Mail：mail@haharyoku.com

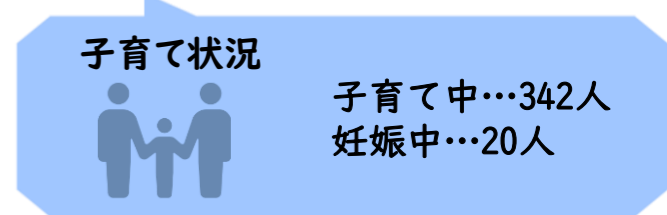
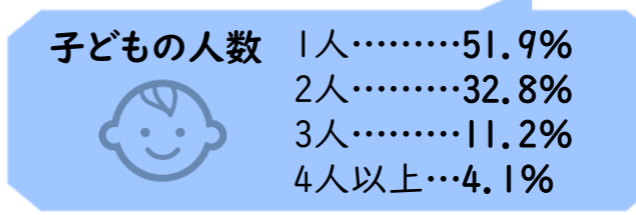
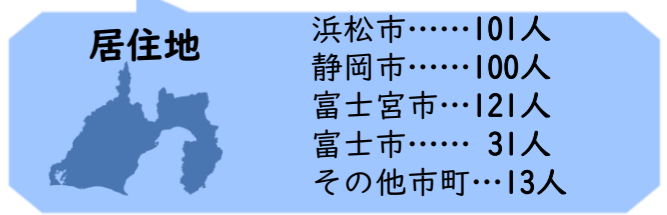
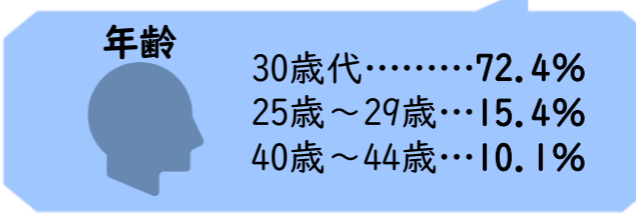
令和3年度 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉助成事業

回答者の概要

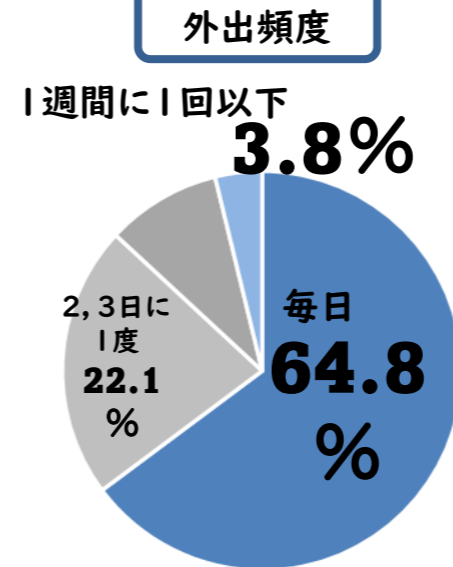
人数



366人

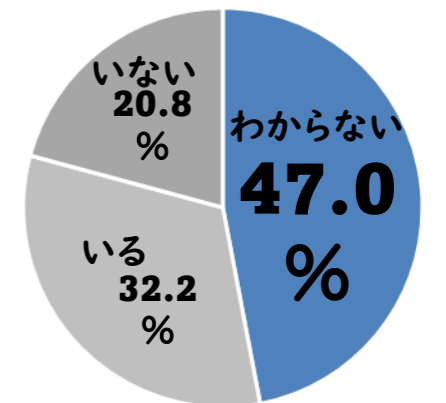


DATE



買い物や仕事などで毎日外出する人が60%以上でした、一方で一週間に一度程度の外出もしていない人もいました。

周りのママ友で 行き詰まっている人



周りのママ友が子育てに行き詰っているか、分からないとの回答が50%近くでした。コロナ禍によって会うことが出来なくなったことも影響していそうです。



コロナ禍の
妊娠、子育て
**困り感
不安、孤独**

困ったことBEST5



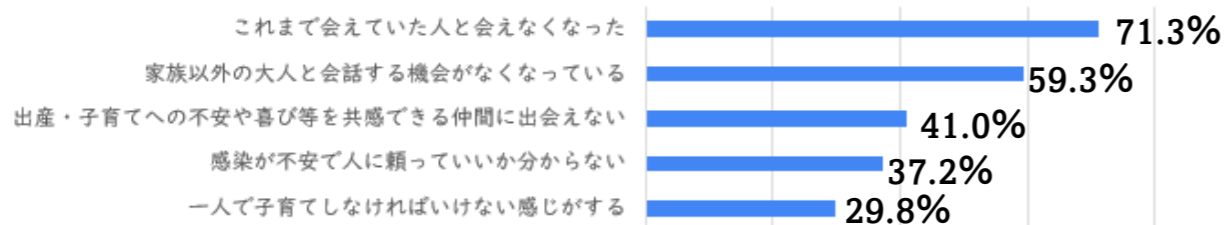
子どもと一緒に過ごす場所が閉鎖や利用自粛によって減ってしまったことが1番の困りごとになりました。また、そのこともあって、子育て中の人同士の出会いが減り困ったという声が集まりました。

不安に感じたことBEST5



自分や子ども、家族がコロナ感染しないか、感染したらどうしたらいいのかということが1番の不安感という結果になりました。それとほぼ同じくらい、子連れて外出することによる周りの目を気にして不安になっている様子が見られます。

孤独を感じたことBEST5



これまで会っていた人と会づらい状況が1番の孤独感になっているようです。また、家族以外の人と会うことが難しくなっている状況が孤独を募らせる原因ともなっています。



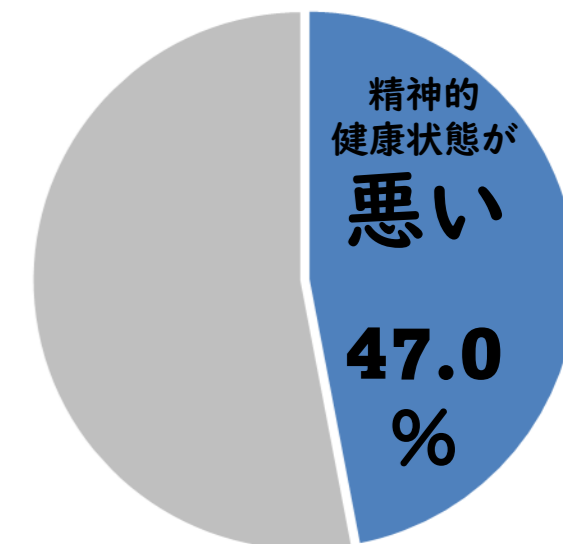
コロナ禍の
妊娠、子育て
**精神的
健康状況**

世界保健機関が精神的健康の測定指標として推奨する「WHO-5 精神的健康状態表」を利用し、精神的健康状況を測定しました。具体的には、「以下の5つの各項目について、最近2週間のあなたの状態に最も近いものに印をつけてください」の設問に点数で答えていただきました。

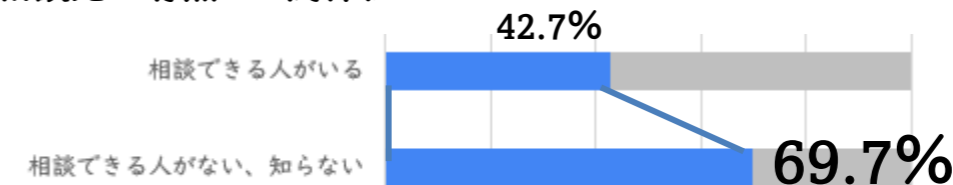
1. 明るく、楽しい気分で過ごした
2. 落ち着いた、リラックスした気分で過ごした
3. 意欲的で、活動的に過ごした
4. ぐっすりと休め、気持ちよくめざめた
5. 日常生活の中に、興味のあることがたくさんあった

※ 13点未満、または、いずれかに0または1の回答があるときは、精神的健康状態が悪いと判断されます。

全体

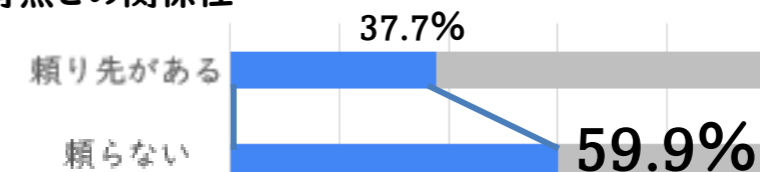


相談先の有無との関係性



相談先がない、相談先を知らないと回答した人ほど精神的健康状態が悪くなっています

頼り先の有無との関係性



頼り先がない、頼らないと回答した人ほど精神的健康状態が悪くなっています。

ママ友・友人の有無との関係性



相談できる友人やママ友がいないと回答した人ほど精神的健康状態が悪くなっています。



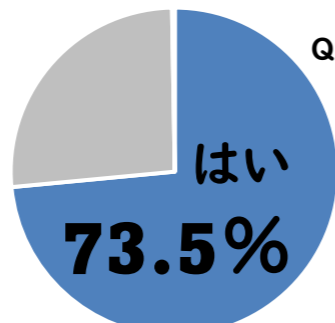
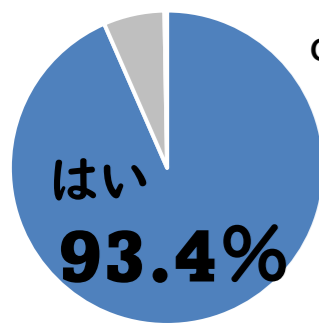
コロナ禍の
妊娠、子育て
自由記述
意見

- 支援センターやサロンの休止によって子どもと一緒に出掛けられる室内の居場所がなくなりました。
- 感染に気をつけながら、不安に思いながら過ごしていた。出掛けられる場所が限られてストレスが溜まった。
- 子どもを預けて仕事できないのが困る。
- 外出していないのに、支出が多くなった。
- 赤ちゃんが、周囲の大人の表情が見えないまま過ごしている。成長に影響はないか。
- 子ども同士で関わり合う場がほぼない。
- 産後直ぐに子育てに必要な事を教えてくれるところが閉鎖され何もわからず相談できず引きこもり状態だった。
- 子どもを感染させてはいけないというプレッシャーが強い。スーパーに連れて行っていいのかなど悩む。
- 子どもの成長を親や兄妹、友達に合わせることができない。子どものお出掛けが、感染が心配でうしろめたい。
- ママ友によってもコロナに対する考え方が違うので、意見が合わないことでストレスに感じてしまうことも。
- 子どもと一緒にいても、どこか孤独に感じる事が増えた。
- 子育て仲間が欲しいが、密なコミュニケーションが取れないので、作れない。
- 普通に生活できるありがたさを改めて感じる事ができました。

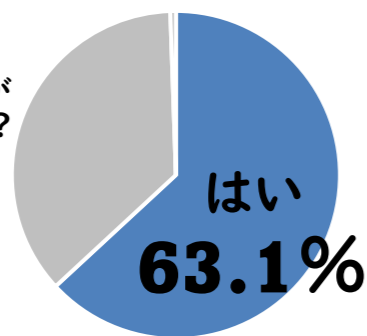
他



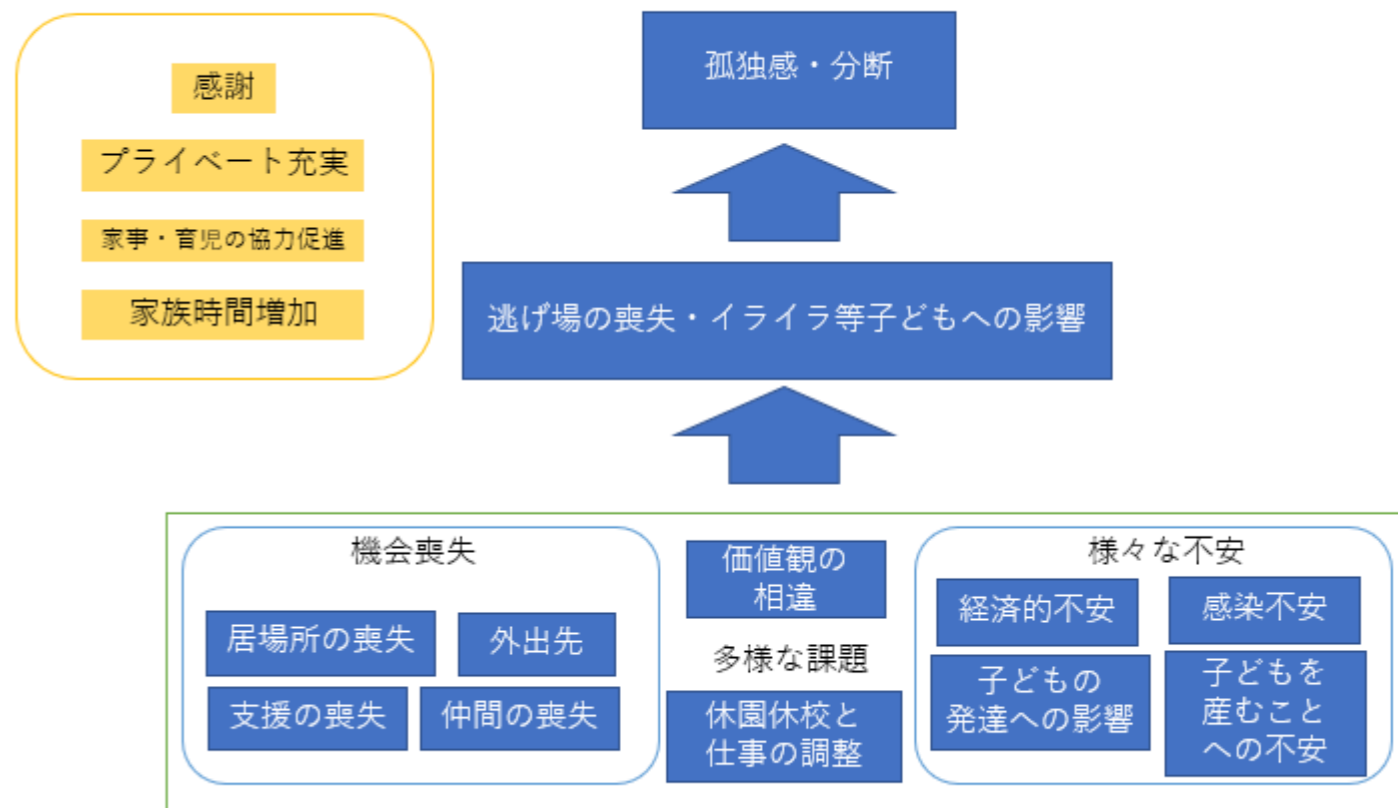
ニーズに対して
私たちが
できること



Q オンラインでもつながって、相談もできる子育てコミュニティがあったら利用したいと思いますか？



母力向上委員会では、今回の助成で構築したCo育てアシストプログラムで高校生向け講座を実施し、昨年度構築し今年度継続しているオンラインコミュニティFcomoの運営により、これらのニーズに応えていきます。



今回のアンケート調査では、相談先がない人、相談できる友人やママ友がいない、頼らないと答えた人が精神的健康度の低下傾向が多いことが分かりました。更に様々な機会の喪失による受援力の低下と孤立化、感染への不安と利用制限による支援機関への初回利用が遅くなる傾向があることがわかりました。また、これらによる個人の課題は深刻化しており、更には子どもへの影響があると考えられました。求める支援は、おかれる環境や背景でバラバラで対象に合わせた支援の選択肢があること、子育てを共感し分かち合う仲間の存在があること、また子育てをしながらも安心して働ける柔軟な職場や預け先があることが精神的健康度を低下させないポイントであることもわかりました。これらを多面的に支援する施策としてまずは支援の場を止めないこと、オンライン含め様々な手法で選択肢を持たせること、実際の利用につながる情報発信を心掛けること、相談窓口などを対象者の日常導線上に設定すること、祖父母などのサポートを受けられないことに対しては家事サポートや産前産後ケアを企業・行政で更なる経費補助を支給及び父親の産休育休を確保すること、等が有効であると考えられます。

voice



監修 静岡大学教授
白井千晶

コロナ禍の育児に関するとても有意義なプロジェクトが調査、集計、分析から具体的な提言にまでつながりました。母親自身による実感と体験のこもった調査です。母親の環境や背景は多様で、一面的な支援ではニーズにマッチしないことが明らかになりました。コロナは世界を変えました。今後の社会構築のヒントがここにあると思います。それぞれの立場の方にご活用いただきたいと思います。



チームスタッフ
1児の母 望月綾

私自身もコロナ禍で子育てをする親として、様々な不安や苦しさを感じながら過ごしてきました。今回のアンケートでは同じように不安を感じながら子育てをしている人の意見を聞くことができました。この意見が届き、支援につながっていけば良いと思います。



富士富士宮地域限定 Online community



子どもも親もこの地域で育つてく

オンラインコミュニティFcomoは、令和2年度社会福祉振興助成を受け、令和2年秋にサービスを開始したオンラインコミュニティです。これまで、支援を受ける場に来てくれる親子の支援はできましたが、コロナ禍でなかなか場に出てくるのが難しい期間でも家にながら支援をする方法はないかという思いから生まれた事業です。

オンラインコミュニティでありながら、地域を富士、富士宮地域と限定し、更に対象を妊婦さんから3歳頃までのお子さんを子育て中の方としたことで、本当にオススメしたい地域の子育て支援スポット、団体、企業、個人、サービスを地域の父母にご紹介することができ、地域情報の交換も会員同士で行うことで、オンラインとリアルの間を取り持つサービスとなっていることが特徴です。初年度は会費無料とし約200名の会員数となりました。

地域で子育てする親子が、Fcomoで地域の子育て応援スポットを知り、支援者とながり、会員同士とながり、子育ての不安感が軽減し、この地域で子育てしていくという自信をもった父母を増やすことができると考えています。

内容



会員専用 SITE

週に2本ずつ配信

- これまでの配信実績
- ★かぐや岩本山カフェ
- ★あお助産院
- ★いいずみファミリークリニック
- ★神通町公園
- ★託児所もちゃんハウス
- ★美容院Hau`oli
- ★Seed Cafe
- ★CAREROOMS
- ★すずも整骨院/整体院
- …50配信以上

年齢に合った情報

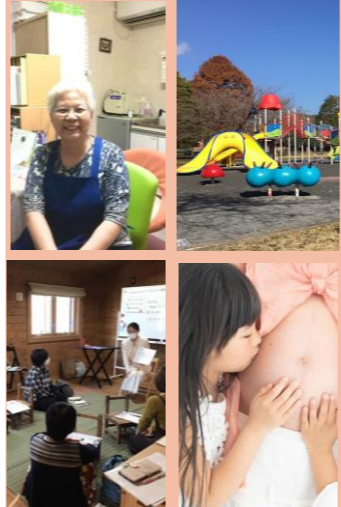
妊婦さん、0歳ママ、1~3歳ママ それぞれの年齢に合った配信

広告なし！

先輩ママが本当にオススメの地域情報

ママライターが取材

ママ目線で取材するから 欲しい情報が手に入る



会員専用 Instagram

聞きたいことが聞ける

会員である地域のママに聞きたいことを聞くことができます。先輩ママも会員だから経験談を聞くこともできます。

動画も配信

会員専用サイトに配信されたオススメ地域情報先の動画もUPされるので、様子がよくわかります。

雑談ラジオやInstagramLIVEも

スタッフによる子育て雑談ラジオや地域の専門家を呼んでのInstagramLIVEも不定期で配信中♪

PRICE



登録後30日間無料！

月額 ¥550

年会費 ¥5,500

会員のママたちの声



- コロナ禍で子育てしていると孤立しがちですが、富士、富士宮市のママの情報なので私は1人じゃないなーと感じさせてくれます！
- 手軽にチェックしやすいインスタで、手軽に情報を選び受け取れて、子育ての強い味方になりました！
- お出かけ情報や相談先など幅広く情報発信してもらえるのがありがたいです！

登録方法



まずはHPからお申し込みください



登録時入力したメールアドレスにメールが届きます。そこからInstagramやLINEにご登録をお願いします。



取材はママライターが行います。

課題



令和3年度から有料化したこと、地域と対象層が限定されていることから、常に新しく親になる方々へ認知を広げていく必要があること、またオンラインコミュニティという目に見えないサービスであることから、運営している私たちの顔や声、想いが伝わってこそ会員登録する人が増えると考え、認知を拡大していく必要がありました。そのため、オンラインコミュニティを運用することだけでなく、地域の父母たちに本事業を知ってもらえるよう、屋外イベントの実施、PR動画の作成と配信交流イベントの実施、InstagramLIVEでのPRなどを行い、認知を広げることに注力しました。

今後も、認知を常に拡大しつつ、コミュニティを運用する両輪が必要と考えています。



屋外イベント Fcomoピクニック

5月25日(火)、富士中央公園広場にて、屋外イベントを開催しました。
当日は、骨盤ケアなどを行う施術院、ハンドメイドでスタイや子ども向けのグッズ、アクセサリーなどを販売するママ作家さん、お昼寝アートなどの親子向けワークショップを開催する事業者さん、アレルギーの子でも食べられる乳製品卵不使用パンを販売するパン屋さんや、親子エクササイズや絵本などの読み聞かせをする団体にステージ参加型のワークショップを行ってもらうなど富士富士宮で子育てを応援するお店や企業などに来店していただきました。ママライターが取材し会員専用サイトでご紹介したお店や企業に集まっていたことで、地域の子育て支援場所を紹介することもできました。

当日は、入退場口の管理、検温消毒はもちろんのこと、ひろびろとした屋外で来場者それぞれがピクニックシートを広げて飲食もするなど、感染対策と楽しさの両立を大事にし、延べ500人を超える方にご来場いただきました。

来場者には、コミュニティ登録していただくとお店各所で割り引きをしてもらえると、体験入会キャンペーンも開催し好評でした。Fcomoを知らなかったという方にも認知を拡大することができました。

コロナウイルス感染拡大の不安の中、日頃の子育ての疲れを癒やし、地域の子育て支援場所や人を知る機会となりました。



リアルイベント 初ママCafe、転入ママCafe、クリスマスCafe

10月22日(金)、Fcomoの魅力を知ってもらうため、ターゲットである初めての育児に取り組む初ママ、富士富士宮地域に転入してきて育児をしている転入ママにそれぞれ集まってもらいイベントを開催し延べ30名の方にご参加いただきました。Fcomoで行っている地域情報の配信や会員同士の悩み相談などをリアルで体験してもらい、その価値を知ってもらう機会となりました。また、写真撮影スポットコーナーやハンドメイド出店も同時に行うことで、自然と会話が生まれ、つながりができていました。当日出会ったママ同士が友達になって今後の育児仲間となっていくため、事前にInstagramのアカウント名やLINEアカウント名を聞きカード化して1人1人に配布し、交流に使ってもらいました。あちらこちらで、アカウントカードの交換をするママが見られ、育児仲間を作り孤立化を防ぐきっかけの場にもなりました。



11月29日(月)には、初の会員向けイベント「クリスマスCafe」を開催し22名の方にご参加いただきました。普段はオンラインのみでつながっているママ同士でしたが、テーマに沿って話をしたり、手形足形アートを一緒に取り組んでいく中で自然と会話が生まれていました。初ママCafe、転入ママCafeと同じく、InstagramアカウントやLINEアカウント名を名刺カードにするアカウントカードの交換も行い、今後オンラインコミュニティの中で出会った場合にも、顔と顔が見えるつながりを作ることができました。

更に、会員同士だけではなく、スタッフと会員もどんな人なのか知り合うことができ、同じ地域で子育てするママ同士として情報交換し、今後のコミュニティ運営が円滑になっていく関係性を構築することができました。

voice



カメラマン
CHACO

子育て支援サイトは数あれど、富士・富士宮のママさん達を本気でサポートしてくれるのはFcomoです。解決策を具体的に提案する力がすごいんです。



あお助産院
青野有紀子院長

Fcomoは富士富士宮で子育て中の方と、その地域で子育て支援をする方が繋がるのが魅力です！



いづみファミリークリニック
飯泉哲哉院長

Fcomoさんは、地元の子育て情報を皆さんにお届けしたいと思ってママさんたちが作っています。僕は、そんな活動、素敵だと思うんです。



託児所もこちゃんハウス
代表 佐野大介

インターネットには一般的な答えばかり。もっと地元に着目した、使える情報がほしい！そんな願いを叶えてくれるのがFcomoだと思います。



マタニティペイント
ココメモリ
代表 荒木五十鈴

Fcomoは、あなたの「そばにいてほしい人」になってくれます。ひとりぼっちじゃない子育てFcomoと一緒にしませんか？



Farmer'sKitchen
どってん家
店主 平野映子

エフコモの魅力！それはスタッフも支援者もみーんな「本気」なこと。みーんな当事者だからできることです。



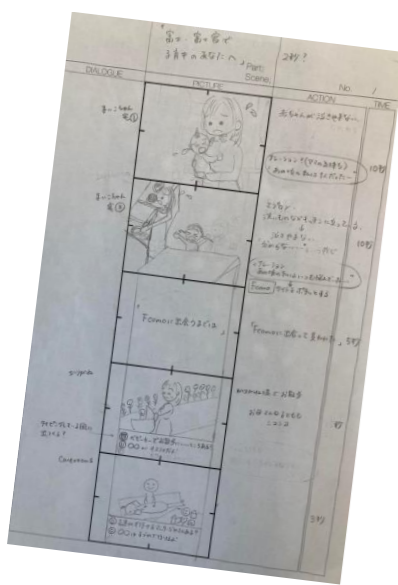
PR動画製作

認知拡大のため、PR動画を製作しました。動画を制作していただけるカメラマンさんを選定。沼津市在住のママカメラマンCHACOさんをお願いしました。オンラインコミュニティで主に使用しているSNSであるInstagramを中心に流すことを目的にしたため、1分以内の動画であることが条件となりました。どんな内容の動画であれば、Fcomoの魅力を伝えられるか、打ち合わせを重ね、絵コンテを作成し、各シーンの撮影場所や表示する文字、モデルとなるママや赤ちゃんの年齢やイメージなどを決定していきました。

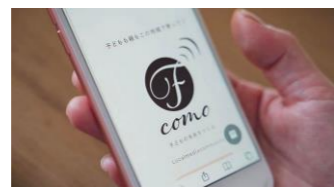
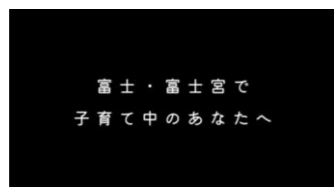
メインターゲットである0歳のお子さんを育児中の設定を出すため、赤ちゃんモデルとママにご協力いただきました。また、地域限定のコミュニティであることから、この地域で本当にオススメできる場所を選定し、かりがね堤、CAREROOMS、月のおうちでの撮影を行うことになりました。当日は、慣れない撮影のため全員汗をかきながら撮りたいイメージを具現化していきました。仕上がった動画は、InstagramなどのSNSで紹介し、延べ18,046人の方に見ていただけました。



こんな手書きの絵コンテが...



1分のPR動画になりました!



InstagramLIVE

「手遊び・歌・絵本の時間」 ゲスト講師:NPO法人あそび子育て研究協会 金沢先生

0歳からの手遊びや歌やエプロンシアターなどで親子の居場所を作っている、NPO法人あそび子育て研究協会の金沢先生を講師に迎え、画面の前で子どもが楽しめる手遊びや、ウクレレやオカリナを使って歌を歌ったり、わらべうたを教えてもらいました。家にいながら、子どもが楽しめる内容ということで、視聴者の喜びの声も配信中に届いていました。

視聴数：234回（3月現在）



ゲスト講師:shiny☆room 佐野先生 「親子でエクササイズ」

幼児のダンス教室や、親子エクササイズ教室、産後エクササイズ教室などを行っているShinyroomの佐野先生を講師に迎え、親子で画面の前で一緒にできるエクササイズを教えてくださいました。コロナの影響もあり、なかなか家から出る機会がないママも、家にいながら子どもと一緒に身体を動かせると、好評でした。

視聴数：296回（3月現在）

「一緒に作る取り分け離乳食ライブ」 ゲスト講師:家事代行サービスMOTHERLOVE 佐々木先生

大人の食事と子どもの離乳食を一緒に作り、途中で取り分けることで親子のご飯を短い時間で作ることができ、更に他の食材と一緒に調理することで美味しくもなるという「取り分け離乳食」の作り方を、家事代行サービスMOTHERLOVE代表の佐々木さんに実際にLIVEで調理していただき教わりました。今回は牛肉の代わりに鶏肉を使った鶏じゃがとお味噌汁、副菜も同時に作りわずか40分で仕上げました。視聴者からは、そのコツがよくわかったという声が聞かれました。

視聴数：138回（3月現在）



information

HP



Instagram



出産祝いなどに
会員チケットを
プレゼントすることも可能です。
3ヶ月分、6ヶ月分、1年分と
期間を選択することができます。
詳しくはHPをご確認ください。

こちらから動画を
ご確認ください。
<https://youtu.be/-ALtJyGim5M>



動画製作

プログラムの中で、子育てを具体的にイメージし、当事者のリアルな声を聞いてもらうため、3種類の動画を製作しました。

1つは、子育ての苦勞や現実を知ってもらうための「子育ての大変さや喜び編」です。数名のお母さん、お父さんに協力していただき、インタビューと育児の様子を撮影させていただきながら製作しました。

もう1つは、子育ての多様性を理解してもらうための「みんな違う子育て編」です。双子を子育てしているママ、医療ケアを必要とするお子さんを子育てしているママ、3人の男児を育てているママにインタビューし、その苦勞や喜びを話していただきました。

更にもう1つは、パパや町の人などの周囲の人との関わりを撮影した「周囲の人たちの存在編」です。撮影に協力してくれたママたちからは、具体的な困りごとなども語られましたが、全員周囲の人たちの暖かなまなざしや些細な声かけに救われると話してくれました。プログラムの中で、この動画を効果的に使い、子育て中の人々がどのような日常を送り、どのような思いを抱えているのかを伝えていきたいと考えています。



双子の育児の魅力は？



体験

赤ちゃん人形やオムツ、ほ乳瓶やベビーカーを実際に触って育児の1部を疑似体験することで、興味をひきだし、理解を深めます。



着替え体験

人形を使って着替えをさせてみます。赤ちゃんの服に触るのも初めての体験になります。



ベビーカー体験

人形をベビーカーに乗せて動かしてみます。ベルトのつけ方や動かし方を試みます。



ミルク作り体験

ほ乳瓶に粉ミルクを作ってみます。人肌にするところまでやってみます。



オムツ替え体験

人形を使ってオムツ替えをしてみます。おしりをふいたり使用済みオムツを丸めたりリアルに体験します。



ママバッグの中身を確認

ママバッグの重さは平均4kgにもなります。その中には何が入って居るのか、実際に出して確認してみます。



ワークシート



子育てを手助けする場面を具体的にイメージするため、スーパーや市役所といった、普段高校生でも利用する場面で、こんな人がいたら手助けしようと思えるかをイラストを使って表現し、そこに○をつける形式でワークシートを作成しました。手助けしてもらいたいイラストは、地域のママたちのリアルな体験談を元に作成し、Answerシートも同時に配布することで、どのような状況なのかが理解できるようになっています。



カートに乗せると足をブラブラさせることが多くあり、靴を落とすことも多いもの…。拾ってくれたら助かります！



妊娠中は、上の子を連れて買い物するのも一苦勞。イヤイヤ期と重なることも多く、少しの間だけでも、上の子をあやしてくれたり相手をしてくれたらかなりありがたいです。



自動ではなく手動のドアは、ベビーカーだと開け閉めがかなり苦戦します。先回りして開けてくれたら、嬉しいです。

voice



デザイナー 杉浦 秀幸

未だ子育ての比重が母親に偏っている現状や多様な子育て環境があることを認識できました。行政の底上げはもちろん、ごく近い人達の協力や理解、他人であっても公共の場で幼い子どもを連れている人と遭遇したら寛大な気持ちで接することも住みやすい社会づくりに貢献できると思います。ちいさな気づきが世の中を大きく改善していくことを願います。



カメラマン 山下 大輔

私自身も3歳の娘と妊娠中の妻がいる中で、このプログラムの動画制作に関わらせていただきました。各家庭の声をきいたり、講座を受ける学生さんの様子を撮影したりする中で、子育てをする人々の気持ちに触れることの重要性を強く感じ、今後の自身の父親という立場にとっても大きな糧になったと感じました。



チームスタッフ 2児の母 深澤仁美

この子育て応援未来人材育成プログラム構築に関わらせていただき、これまでの自分の子育てを振り返る機会となりました。「いろいろな人に助けてもらえたからこそここまで子どもたちを育てることができ、今の自分があるんだ」と周りの人々への感謝の気持ちでいっぱいになりました。この優しい連鎖“Pay It Forward”を繋げていきたいです。



プログラム実施

富士宮の高校生団体「富士宮高校生会議所」様、「静岡県立富岳館高等学校」様のご協力をいただき、作ったプログラムを実際に高校生に体験してもらう機会を作ることができました。

高校生会議所では、6名という少ない人数ではありましたが、1人1人と会話しながらプログラムを進めることができ、体験も1つ1つじっくり取り組んでいただけました。

静岡県立富岳館高等学校では、授業の1コマをいただき福祉コースの学生たちに受講していただきました。福祉コースで普段社会学としての子育てを勉強している学生にとっても、初めての体験やワークで、気づきも多かったようだと、先生からも好評をいただきました。



プログラム概要

第1回：富士宮高校生会議所 参加者数：6名
・日時：12月19日（日）15:00～15:50

第2回：静岡県立富岳館高等学校 参加者数：27名
・日時：2月16日（水）8:50～9:40



体験の部分では、特にミルク作りに苦戦していました。「人肌ってどのくらい？これで合ってる？」など声をかけあってチャレンジしていました。また、ベビーカー体験では、赤ちゃんを乗せて動かすとドアが開けづらくなることや、泣いた赤ちゃんを抱き下ろすとベビーカーがひっくり返ることもあるなど、体験してみないとわからないことに気づけた様子でした。



講話の部分は、みんな真剣に話を聞いていました。新生児期にどのくらい眠れないのか、その状態で赤ちゃんのお世話をするのがどのくらい大変なのか想像を膨らませていました。また、動画を流すと、若いお母さんの本音に特に聞き入っていました。社会学としてではない、リアルな子育ての知識に、驚きの声もあがりました。



ワークシートを使ったワークでは、スーパーに実際来たつもりになって、こんな状況だったら自分に何ができるのか考えていました。特に子どもが1人である場合には、声をかけたり安全を見守ったりしやすいようで、その場面には多く〇をつけている学生がいました。

参加高校生の声

子育てに追い詰められてるお母さんは大勢いると思うので、すれ違った時に笑いかけたりエレベーターに優先して乗せたりしたいと思いました。そこからコミュニケーションがうまれて少しでも気持ちが軽くなってほしいです。

ミルクを作るのはとっても大変でした。お母さんが大変なわけがとってもわかりました！！

子育てしているお母さんの声を聞いて、今まで手助けできなかったけど、声をかけて手助けに入ってもいいんだと思いました。

今回のプログラムは本当に楽しくできたし自分のためになったことが多いので、学校などでもぜひやっていただきたいと思いました。初めて聞いたワードや考え方も変わったのでこれからの生活に活かしていけたらいいと思いました。



動画を見て、お母さんたちは本当に苦勞をして私たちを育ててくれたのだと思いました。周りの人に頼ることで心が少しでも安まることの大切さを知りました。

参加証明ツール



子育てをしている人やその周囲の人たちに対してできることがあれば積極的に動ける人でありたいと思った。

私はママバッグの中身を確認しましたが思っていた以上にはるかに中身が多く水筒が入っていることで余計重く感じました。子どもは一瞬のうちに走り出してすぐ転んでしまうと思うのでこのバッグを持ちながら追いかけるのは大変だと思いました。子育ては周りの協力が必要だと思いました。

声をかけられるだけではなく見守っているだけでも支えになることがわかってよかったです！お母さんに声をかけるのはハードルが高いですがもしスーパーで子どもが1人でいたらなるべく見守ってあげようと思いました！

子育てには、いろいろなスタイルがあることがわかりました。体験だけでも大変さがわかったので、これが双子などだったらもっと大変なんだろうなと感じました。



1人の子どもを育てるのに村が1つ必要という言葉聞いて、身に染みました。これからは少し勇気を出して声をかけていきたい。

プログラム受講の証明書として受講者に渡すツールも、子育てをサポートできる仕組みを組み込みました。ラバー素材のコインケースに、プログラムのロゴをデザインしていただき、普段はかばんなどにつけて持ち歩くことができます。更に、ケースの中には数種類のシールが入っていて、泣いている子や困っているママに手渡して、笑顔にすることができるようになっています。このツールで、街中で笑顔の交流が生まれることを期待しています。



I want to
support
the present
for the
future of
children

Record of past media coverage

メディア掲載

静岡県コロナ禍1年パパママ実態調査

コロナ禍の子育て支援に欠かせない調査協力呼び掛け
 富士宮市のNPO法人母力向上委員会が11月15日まで、県内の妊婦や乳幼児を育てている親を対象にした「コロナ禍1年パパママ実態調査」への協力を呼び掛けている。

コロナ禍が1年超続くとともに、調査結果は初めて。調査結果は他の子育て支援団体と共有し、全体的な支援策を集め、必要な

静岡新聞
2021年10月23日掲載

Co育てアシストプログラム構築

高校会議所が交流会
 留学生や子育て支援に学ぶ

富士宮市にある高校会議所が、留学生や子育て支援に学ぶための交流会を開催した。参加者は、留学生や子育て支援に関心のある人々で、交流を通じて、お互いの文化や子育ての悩みを共有し、協力し合う機会を創出した。

富士ニュース
2022年1月8日掲載

オンラインコミュニティFcomo認知拡大

NPO法人母力向上委員会
 子育て世代向けサービス「エフコモ」事業リーダー
 小野 麗佳さん (富士宮市)

「この人」
 「自分自身が子育て者、知の集まる場を創りたい」という思いをもち、NPO法人母力向上委員会を立ち上げた。子育て世代の悩みを解決し、地域を元気にするために活動している。

静岡新聞
2021年4月29日掲載

母力向上委員会 コラム 母に必要な子カッって何だろう

「子どもも親もこの地域で育つってどう覚悟」
 子育て世代の悩みを解決し、地域を元気にするために活動している。母に必要な子カッって何だろう、という問いかけから、地域の子育て支援の重要性を説いている。

岳南朝日新聞
2021年5月13日掲載

東へ西へ 再発見!
 ママと子どもが楽しめる野外イベント

Fcomo
 ピクニック
 委員会が運営する妊婦さんや幼児子育て中のママパパの悩みを解決する野外イベント「ピクニック」を開催した。参加者は、野外で遊ぶ楽しさを体験し、子育ての悩みを共有した。

岳南朝日新聞
2021年5月19日掲載

子育て世代が屋外で交流
 ベビー用品販売や親子アトラクション

「子育て世代が屋外で交流」のイベントが開催された。ベビー用品販売や親子アトラクションが行われ、子育て世代の交流が盛んだった。

岳南朝日新聞
2021年5月27日掲載

東へ西へ 再発見!
 親子で遊ぼう学ぼう Fcomo InstagramLIVE

親子で遊ぼう学ぼう Fcomo InstagramLIVEを開催した。親子で遊ぶ楽しさを体験し、子育ての悩みを共有した。

岳南朝日新聞
2022年1月19日掲載

令和3年(2021年)5月20日(木曜日) 東 地域東 (20)

富士で子育て世代向けイベント 25日、密避けピクニック

NPO法人母力向上委員会が、子育て世代向け野外イベント「エフコモピクニック」を富士中央公園で開催。同法人は立ち上げた密を避けた子育て世代向けの企画として、オンラインコミュニティサービス「エフコモ」の一環として、事業の認知度拡大を狙う。入場無料。午前10時〜午後3時。

「ほっと一息ついて」
 密を避けながら、散歩やピクニック、ニックスシートを貸して子育て世代向けのサービスを提供している。地元店舗が協力し、キッズコーナーやハンドメイドグッズの販売のほか、骨盤矯正施術、親子体操などを展開する。主催は「エフコモ」事務局。同日は6月1日(日)に開催予定。エフコモは専属ママライターが取材した。

静岡新聞
2021年5月20日掲載

2021年(令和3年)5月30日(日曜日) 富士ニュース 第2484号

子育てと教育にかかわるページ
 子育て世代向けマルシェ
 母力向上委員会 Fcomo主催イベント

子育て世代向けマルシェが開催された。子育て世代の交流が盛んだった。

富士ニュース
2021年5月30日掲載

アンケート結果の詳細を知りたい方へ

コロナ禍子育て実態アンケートの結果をもっと詳しく知りたいという方は、以下のサイトでご確認いただけます。活用などについても注意書きがありますのでご確認ください。県内の子育て支援へ今回の結果を活かしていただければ大変嬉しく思います。



富士富士宮で子育て中のママパパを知っている方へ

オンラインコミュニティFcomoは、富士富士宮地域限定だからその情報配信、顔の見える交流ができます。富士富士宮在住の妊婦さん、0歳～3歳頃のお子さんを子育て中のママをご存じの方はぜひご紹介ください。また、出産祝いなどのプレゼントとして会員チケットを活用することもできます。詳しくは以下からご確認ください！



NPO法人母力向上委員会とは

NPO法人母力向上委員会は、静岡県富士・富士宮地域で、子育て中の母たちが運営する子育て支援団体です。

誰にとっても大きなライフイベントとなる「妊娠・出産・子育て」は、ひとりだけでは難しく、家族、友人、病院、地域、国など、さまざまな助けが必要です。

私たちは、小さな命を育てる方々が自分で選択した人生を自分らしく楽しめるように、妊娠・出産・子育てを受け止め、選択肢を提供し、子育てしやすい地域を作りたいと考えています。

子どもたちがそんな親の姿を見て育ち、生きる喜びを受け継いでいくことで、すべての人たちが生まれてきてよかったと思える社会が実現すると信じています。



HP



あなたの高校、大学でもCo育てアシストプログラムを開催しませんか？

今回作成したCo育てアシストプログラムを、みなさんの高校や大学などで開催しませんか？時間は1コマ（50分）～2コマ（100分）まで選択できます。教材として、テキストだけ、ワークシートだけを購入していただき、先生ご自身が授業を行っていただくということも可能なように、今準備中です。

高齢者向けや企業での新人教育など受講者の年齢や対象層、人数などによってアレンジも可能です。ご希望がある場合には、まず1度お電話かメールにてご相談ください。

電話：0544-78-0741
メール：mail@haharyoku.com

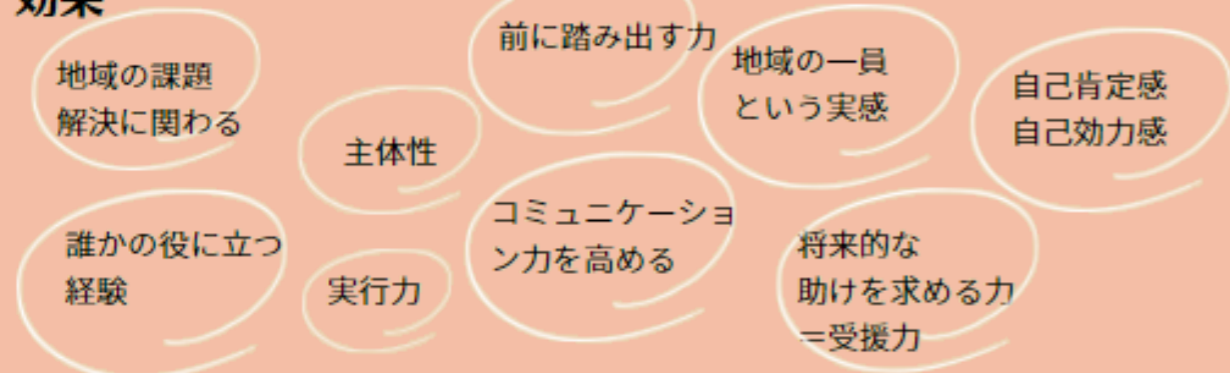
Co育てアシストプログラム 開催メニュー（例）

PLAN 1（体験・講話・ワークコース）
50分授業×2コマ
1クラス（40人まで）対応
学生1人800円（教材費込）

PLAN 2（講話のみコース）
50分授業×1コマ
1学年（250人まで）対応
一式30,000円～（教材費込）

※メニュー料金は、学校向けの特別設定です。行政、企業の方は料金体系が異なります。

効果



ビジョン
すべての人が生まれてきてよかったと思える社会

ミッション
妊娠、出産、子育て×受容、選択、創造

事業内容

