

先輩ママと専門職の連携で創る
街の実家『はんもっくのおうち』
2023 年度事業報告書



NPO 法人はんもっく

代表 福井聖子

目次

はじめに.....	2
I. 事業概要	
事業の目的・方法・期間・場所.....	3
事業の結果	
1. 活動から見える産後の母子のしんどさ.....	4
2. 街の実家事業・産後ケア事業.....	6
3. イベント 赤ちゃんフェスタみのお.....	12
4. 地域・対象年齢を広げた活動の展開.....	14
II. 今年度の成果	
1. 小さなトラブルから考える多様性の許容.....	16
2. 多職種連携による受け入れ幅の広がりと配慮.....	17
3. イベントの意義.....	21
4. 児の成長に合わせた親子関係のステップアップと場のあり方.....	22
III. 今年度の課題と今後に向けて	
1. 質・量ともに不十分な支援.....	22
2. 待ちの姿勢から、迎えに行く姿勢に.....	23
3. 共助をどう創るか.....	24
おわりに.....	25



はじめに

0～1歳児親子への子育て支援事業として、令和2年(2020年)度から街の実家『はんもっくのおうち』を開設しています。令和3年～4年度にかけてのコロナ禍においては、多くの方が対人の接触を制限されました。この間に、人の多いところは感染の危険性が高い場所という認識が浸透し、出産後から乳児期は赤ちゃんを守る意識が高まって、家族単位の抱え込みを是とする形の孤立も加わったように感じます。しかし、本来人は社会の中で生活し、人との良い出会いを求めているはずで、人と出会うことの楽しさがわかると参加意欲は増すようで、令和4年～5年度にかけて、はんもっくのおうちも徐々に参加者数は増加し、出会いの場は求められていると感じました。

また、令和4年5月から箕面市の産後ケア事業を開始し、生後2～3か月ぐらいから利用が始まり、その後継続して参加される方も増えました。さらに、はんもっくのおうちに参加された親子が、おうち以外での未就園児親子を対象とした活動へ参加されるようになり、産後からの切れ目のない支援が形となってきました。令和5年11月にははんもっく助産院も開設し、豊中市の産後ケアの事業所として認められました。この間、令和2年度～4年度の3年間はWAM(独立行政法人福祉医療機構)助成を受け、令和5年度は赤い羽根福祉基金の助成をいただきました。子育て支策の中心が母親の就労や保育の充実となるなか、地域での地道な取り組みを継続するのは難しかったのですが、「多職種専門職と地域の一般の人材と一緒に活動して、親も子もコミュニティも育てる」ことの意義を認め助成していただいたおかげで、活動を継続することができました。

まだまだ質・量ともに微々たる活動ですが、今年度の活動を振り返り、活動を通して見えてきたことをまとめました。お目に止まって、今の時代に必要な支援を考える一助になったら嬉しいです。



本事業は、「訴えの出ない孤立した母子を産後ケアから地域につなぐ子育て支援の活動」として、中央共同募金会「赤い羽根福祉基金」2023年度新規事業助成を受けています。

I. 事業概要

【事業の目的】

- 0～1歳の子育ての重要性の理解を図り、実践的体験の場と機会を創る
- 子育てを楽しみながら手間暇をかける創造的な営みとして、誇りを持てるように支援する
- 産後ケア事業、乳幼児期の子育て支援をより良い形にするための実践モデルを創る

【事業の方法】

箕面市内の戸建住宅「はんもっくのおうち」を支援の場として「家庭的環境」を作り、産後の親子の支援を行った。対象を限定しない無料オープンスペースと有料の子育て講座や相談などを提供した。スタッフの構成を表1に示す。助産師は週4日常駐し、小児科医の相談は適宜行った。助産師・栄養士・小児科医・睡眠コンサルタント等による講座や相談やオンラインテーマトーク、母親対象のヨガ・絵本読みきかせ・ベビーマッサージ・赤ちゃん体操等の講座やお誕生日会などのイベントも定期的で開催した。スタッフは、研修を行い、アルバイト待遇と有償ボランティアとした。

表1. はんもっくのおうちスタッフの構成

	資格	人数
専門職	小児科医	1
	助産師	5
	看護師	1
	栄養士	1
	保育士	4
民間資格	睡眠コンサルタント	1
	ヨガインストラクター	1
	絵本読みきかせ	1
	支援員・BPファシリテーター	3
一般	先輩ママスタッフ	11
	子連れスタッフ	2
その他講師	小児鍼（鍼灸師）	1
	ベビーマッサージ	1
	作業療法士	1

予定(変更することがあるので、HP等でご確認ください)

月	火	水	木	金	土	日
AM 1000 ～ 1200	・オープンスペース 1000～1200 ・ヨガ (第2,3,4) 10:15～11:00 ・兄弟のいる赤ちゃん (第1) 10:15～11:00 ・WEBトーク 11:00～11:30 (第2,3,4,5)	・オープンスペース 1000～1200 ・絵本読み聞かせ 月1回 11:00～11:45 ・小児はりツボ講座 (第3) 10:15～11:15 ・母乳講座(第1) 10:15～11:00初期 11:15～12:00中期	・オープンスペース 1000～1200 (第2のみお休み) ・授乳なんでも相談 (第1) 10:15～11:00 ・育児レッスン 2～4か月児 (第3) 10:15～11:45 ・お誕生会(第2) 10:15～11:45	・オープンスペース 1000～1200 ・授乳なんでも相談 (第3) 10:15～11:00 ・育児レッスン 6～8か月児 (第2) 10:15～11:45 ・ねんね講座(第4) 10:15～11:15	お休み	お休み
PM 1300 ～ 1500	・オープンスペース 1300～1500	・オープンスペース 1300～1500 ・ベビーマッサージ (第4) 13:30～14:30	・オープンスペース 1300～1500	・オープンスペース 1300～1500		

助産師 day その他企画は、適宜開催(別途案内します) ※母乳食 初期5ヵ月～中期9ヵ月～

図1. おうちメニューの案内

メニュー(※は有料)

くつろぎ&お楽しみオープンスペース
フォトコーナー
身長・体重計測
つながりタイム
妊婦さん・ママ・先輩ママ
兄弟のいる赤ちゃん集まれ
*お誕生会(ハーフ&1歳児対象 〇か月写真も可)
絵本読み聞かせ

学び&トーク
*妊婦さんの"ママすくタイム"
*助産師さんの授乳何でも相談
*栄養士さんの母乳講座
*赤ちゃんの関わり方
ベビーマッサージ・小児はりツボ講座
*オンライントーク&アドバイス
*ねんね講座

産後ケア ママ&赤ちゃん
*おっぱい相談・マッサージ
*ママのお昼寝
*沐浴
*ママのヨガ

助産師&小児科医&栄養士
何でも相談
*育児レッスン(2～4か月児・6～8か月児)
*個別相談(オンラインもOK)

【事業の期間と場所】

1. 街の実家事業

令和5年4月6日～令和6年3月22日

この期間の火～金曜 10時～15時 計188日940時間

場所：はんもっくのおうち（箕面市今宮3丁目28-1）

2. 産後デイケア事業

令和5年4月6日～令和6年3月22日 9時～17時

1と同様の開催日で申込のあった58日406時間（1日7時間）

令和5年11月17日はんもっく助産院開設

3. イベント 第2回赤ちゃんフェスタみのお

令和5年10月14日（土）10時～15時30分

場所：箕面総合保健福祉センター（箕面市萱野5丁目8-1）

【事業の結果】

1. 活動から見える産後の母子の孤立や抱え込み

出産後の体調が回復しない段階で誰かを頼ることができない母は多いと感じる。児の発育・発達もよくわからず、これでいいのかと思いながら誰にも相談できずにいる人も多い。父親が育休を取得する家庭も増えてきたが、まだ取得率は低く、また父親にどの程度期待できるかわからず、かえって気を遣う・思うように動いてくれず苛立つといった声も聞かれる。活動に参加された母子から産後の家庭の現状を知ることができる。印象に残ったいくつかの事例を挙げる。

事例1. 生後3か月 初回は、保健師からの紹介で産後ケアのために来所

初回参加時、助産師からの聴き取りが終わり赤ちゃんを預けるとベッドに倒れこむように爆睡。下記は手紙から抜粋した参加前の状態について（本人の了解を得て記載・活動の利点への感謝の言葉は後述）

新生児の頃から直母（注：直接母乳を哺乳）拒否で、その為うまく眠ることができず、眠くなるまで泣き続ける為一日中家の中やベランダをだっこで歩きまわらないといけませんでした。まわりの子は直母拒否の子なんかいないし、授乳で寝落ちしている子ばかりで、うちの子はだっこ紐もベビーカー、チャイルドシートも嫌がり泣いていたので、産後体もしんどい中、心もボロボロでした。

その後、産後ケア3回とオープンスペースを9か月間に23回利用された。母は元気を回復し、笑顔も見られるようになった。児が1歳半を超えた後ははんもっくの他の活動に参加され、成長発達も良好で、親子で楽しそうに遊ぶ姿を見ることができた。

事例2. 生後1か月と26日 助産師の紹介で産後ケアのため来所

当初の目的は、母の休養であった。赤ちゃんは抱っこしていないと泣くため、1日中抱っこして母は休息できず、睡眠不足で表情も暗かった。赤ちゃんを預けることへの罪悪感が強く、父親に預けるのも気を遣ってしんどいと訴えてあった。

初回以後ほぼ連日おうちに来られ、5か月間で65回参加された。最初の数回で、家族から表情が出産前の元気な状態に戻ってきたと言われた。お食い初めの行事で父方家族も集まる際ストレスのためかめまいなどの体調不良となり、再度産後ケアを利用。熟睡することや話を聴くことで、元気を取り戻した。

事例3. 生後1か月 小児科医の娘の友人の愚痴をきっかけに来所

実家に里帰り中、中学時代の同級生である娘がお祝いに行き、友人の新人母から「よく泣くよ。抱っこしてばかりだから、私の体のあちこちが痛いのが大変かな。でもみんなしんどいと言うから私も頑張っている。可愛いし見てね」と言われ娘が撮った写真には、反り気味の赤ちゃんを母が上肢だけで支えて抱っこする姿が写っていた。翌日おうちへ誘い、話を聞くと、授乳もやりにくいと感じていた。助産師が抱っこや授乳の姿勢を指導し、母の簡単なストレッチを教えた。その後新居へ戻り、赤ちゃんが泣くことは減ったし、楽になったと感謝の言葉が送られてきた。

事例4. 生後24日 市内の母の実家に里帰り中。オンラインテーマトークに参加

実家に里帰り中だが、孤独で誰かと話をしたいとオンラインに参加。実家の母（祖母）は働いていて朝8時に家を出て夜8時に帰宅する。祖母が食事の準備や洗濯など身の回りの世話をしてくれることに感謝しているが、夫もおらず、日中赤ちゃん二人きりの時間が延々と続き、特に泣き止まないことと本当に苦痛とのこと。おうちへの参加は交通手段がなく難しいとのことであったが、毎週オンラインで話を聴き、赤ちゃんの成長を確認した。初回だけでも、気持ちが楽になったと話し、その後新居へ帰ってからは支援センターを利用するなど積極的に支援を利用していた。

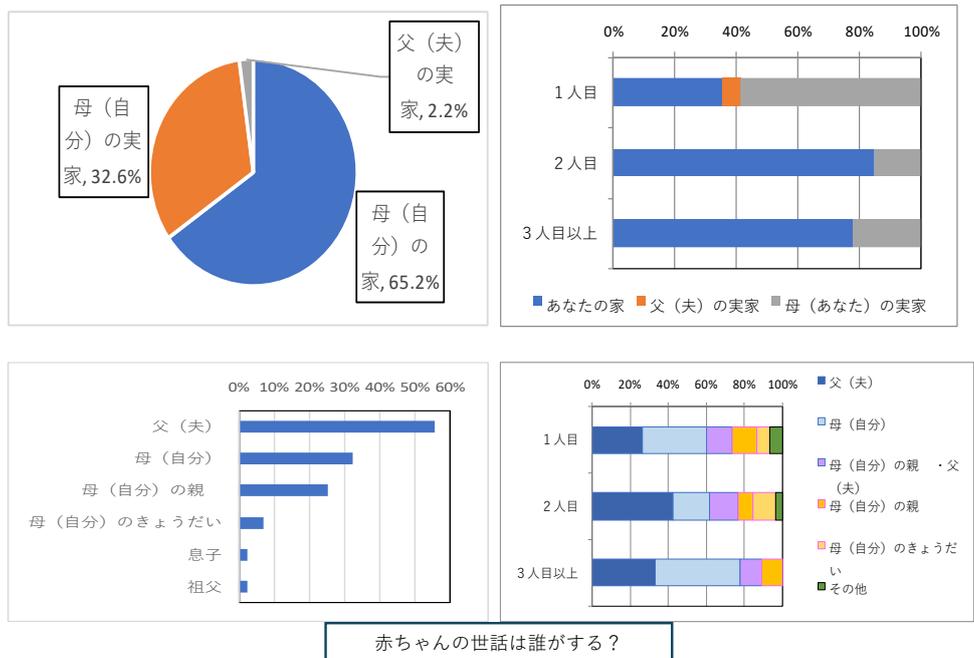
令和3年に産科出産後の母を対象に行ったアンケート結果では、出産後に里帰りせず自分の家で過ごす母の方が多かった（図2）。市の母子手帳取得時の聞き取りでも、令和元年度で「里帰り予定なし」は72%、2人目以後は79%とのことである。事例4のように里帰りしていても祖父母が就労している場合も多く、日中母子は孤立状態となる。「子育ては大変で、しんどいのは当然」と思い込んで誰にも相談せず、情報を頼りに自分で頑張ろうとする人も多い。夫（父親）も自信を持って新生児から乳児のケアをできる人はほとんどいないなか、母親としての責任を感じ、誰にも頼れず、抱え込んで孤立する母は多いと感じている。

おうちで雑談するなかで、「そういえばこんなことで困っている」といった話題が出ることや、他の人が話すのを聞いて自分も聞きたいと相談される場合もある。はんもっくのメニューに個別相談はあっても利用するほどではないという人もよく見かけるので、行政などの相談窓口の利用が限定的になるのはやむを得ないと感じる。しかし、訴えが無くても困り事を抱えている人は多い。

産後の受け入れ体制
退院後の母子の状況に関するアンケート調査（R3年9月～11月）より

箕面市内の産科の協力で N=43

図2. 退院後の母子の受け入れ
自分の家に帰る人が65.2%
2人目出産後は8割が自宅へ帰る
赤ちゃんの世話も自分が3割で産後も休めない



2. 街の実家事業・産後ケア事業

表 2 に示すように、今年度参加者は増加し、年間 1062 組 1 日平均 5.8 組で昨年度の 3.5 組の約 1.7 倍となった。

2021 年～2023 年度の月別参加総数を図 3 に示した。2022 年度から参加者が増え、2023 年度はさらに増加した。1 日平均（図 4）を見ると、後半は昨年度から倍増した。

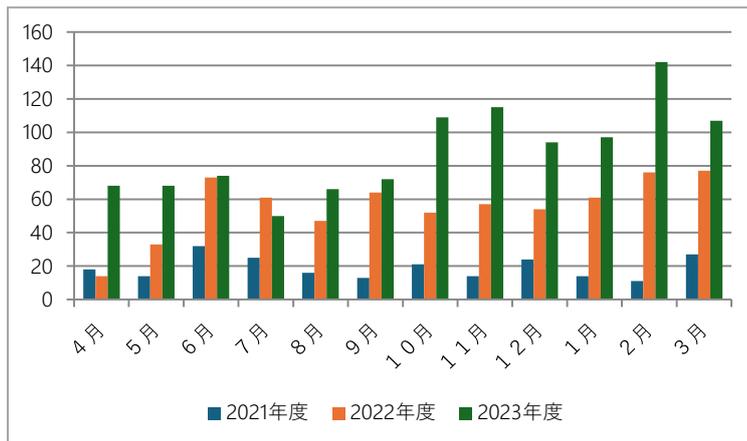


表 2.2023 年度の実施日数と参加者数

参加組数	実施日数	おうち参加者 (産後ケア含)	産後ケア
4月	14	68	4
5月	15	68	3
6月	18	74	0
7月	17	50	3
8月	16	66	2
9月	18	72	6
10月	18	109	8
11月	16	115	3
12月	14	94	8
1月	14	97	5
2月	16	142	8
3月	12	107	8
年間	188	1062	58

図 3. おうちの参加者数月別推移
(2021 年度～2023 年度)

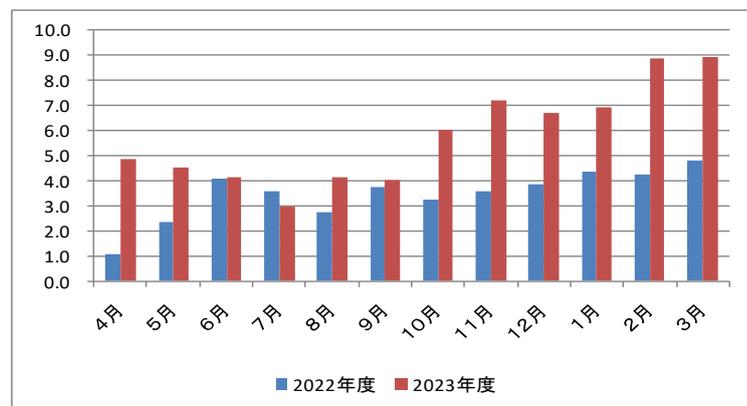


図 4. 1 日平均のおうちの参加者数
月別昨年度との比較

参加者は、午前 438 組、午後 414 組と午後の参加者が増加した（図 5）。午前中は講座等の開催が多く、オープンスペースの人数を制限した影響とされた。産後ケアの参加者数は月平均 6.4 組で、前年度 5.2 組よりやや増加した。

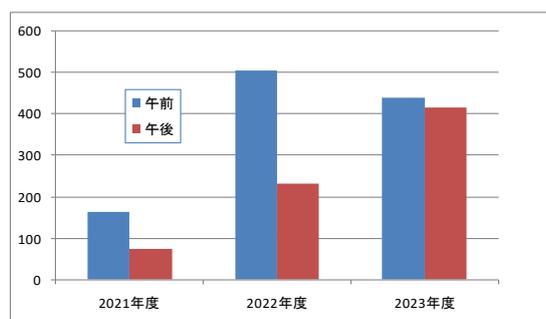


図 5. 午前と午後の参加者数の推移

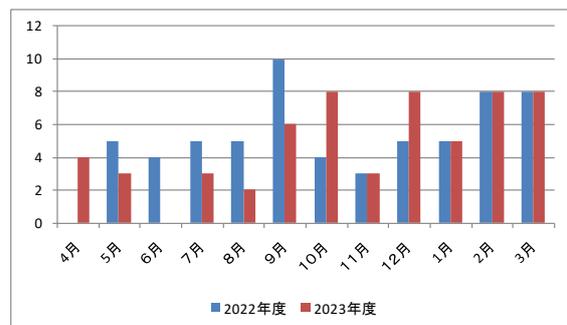


図 6. 産後ケアの参加者数

参加回数は半数以上が2回以上参加した。平均7.9回、最高65回であった（図7）。

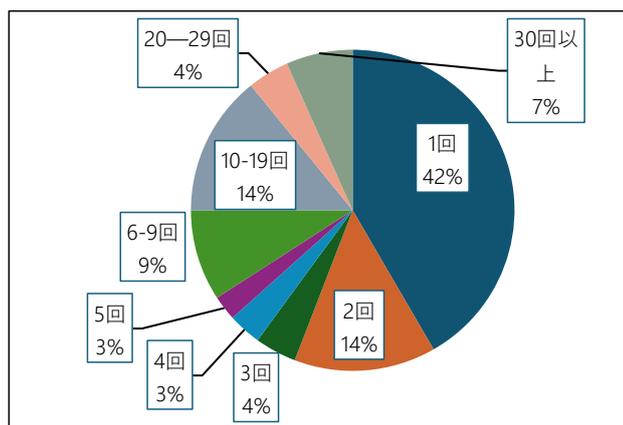


図7. 参加回数

参加者の子どものきょうだい関係では第一子が66%と最も多く（図8）、第二子では上のきょうだいと一緒に参加が3組あった。第一子と第二子で1回だけの参加率は大きな差がなかったが、第一子では6回以上多数回の参加が多かった（図9）。

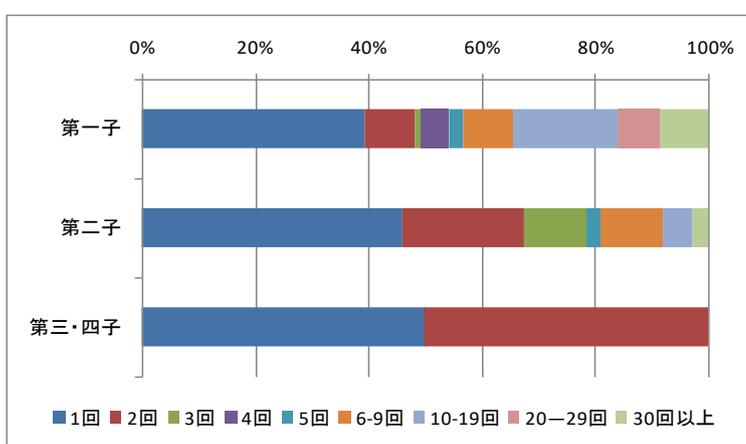
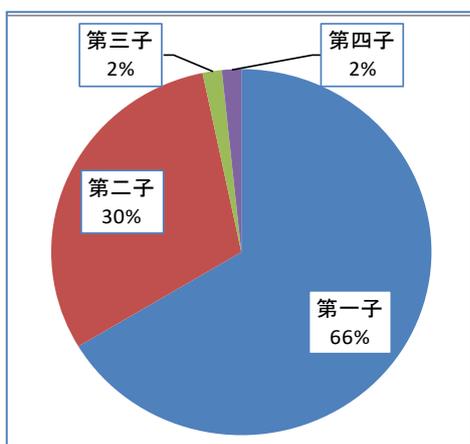


図8. 参加した子どものきょうだい関係

図9. きょうだい関係と参加回数

初回参加時の月齢は4か月児が最も多く、産後ケア申込では2か月児が最も多かった。月齢と令和4年度中の参加回数をクロス集計すると、1-2か月児と11か月以上で1回と2回が多く、3か月～8か月で参加回数が多かった（図10、図11）。

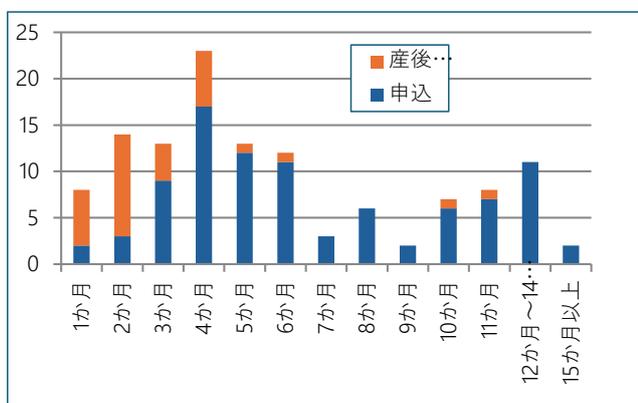


図10. 初回参加時の児の月齢

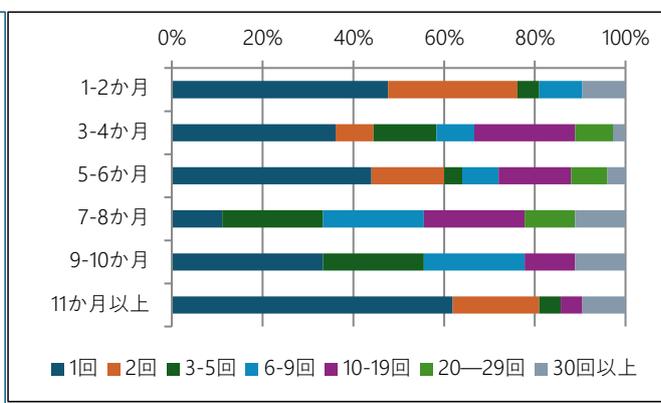


図11. 月齢と年間参加回数

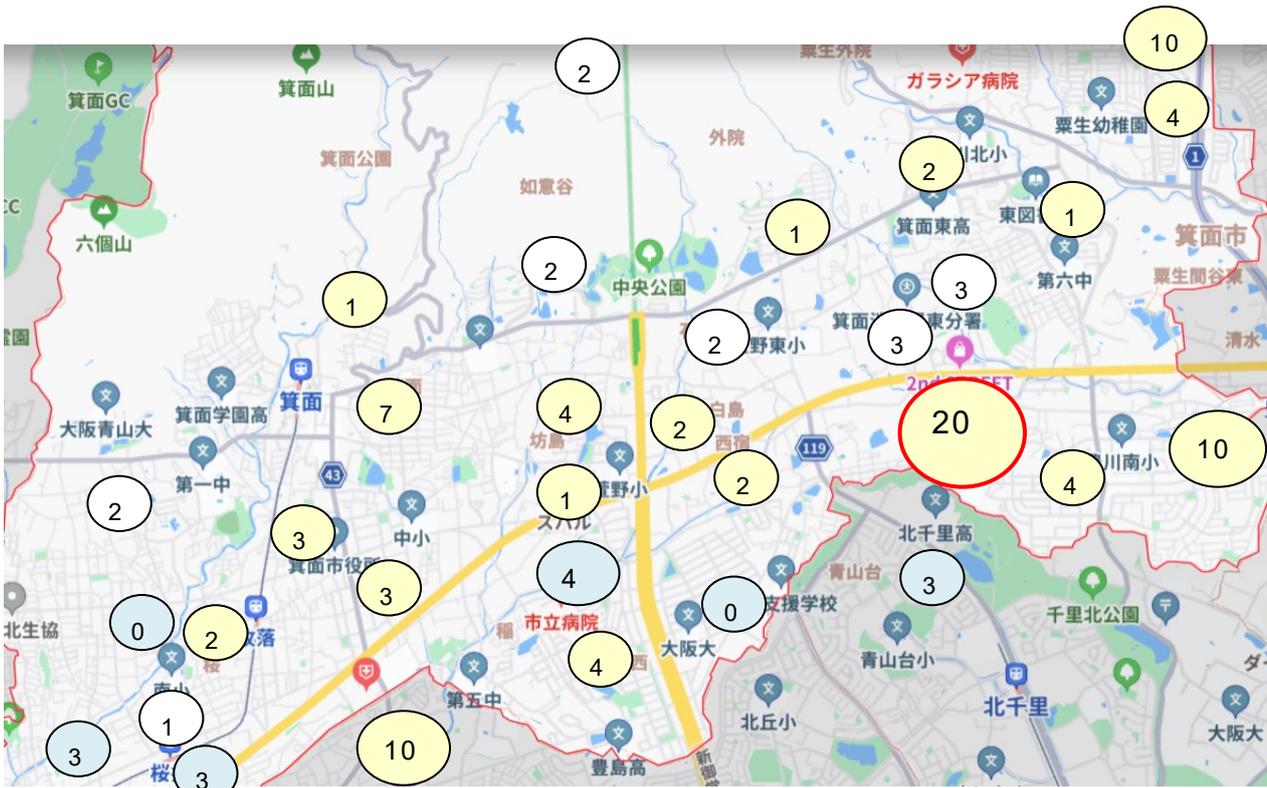


図 12. 箕面市内の地図と各町の参加者数 箕面市外：豊中市 10、吹田市 3、摂津市 1、池田市 1
 黄色：前年度より増加 白色：前年度と同じ 青色：前年度より減少

参加者の住所地は、図 12 に示すように、おうちのある今宮から 20 組、その他は広く各町や近隣市から参加していた。前年度より増加した地域が多かった。

参加者の交通手段は、車が 55%と最も多く、徒歩は 16%を占めた（図 13）。徒歩では参加回数が多い人が多く、自家用車とバスまたはタクシーはほぼ同じパターンで、今年度はバスまたはタクシーでも複数回参加が多かった（図 14）。

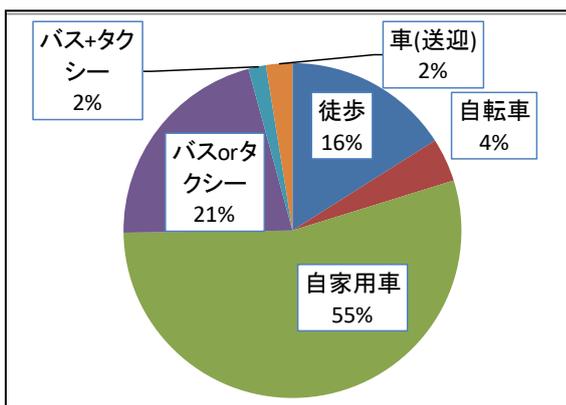


図 13. 参加者の交通手段

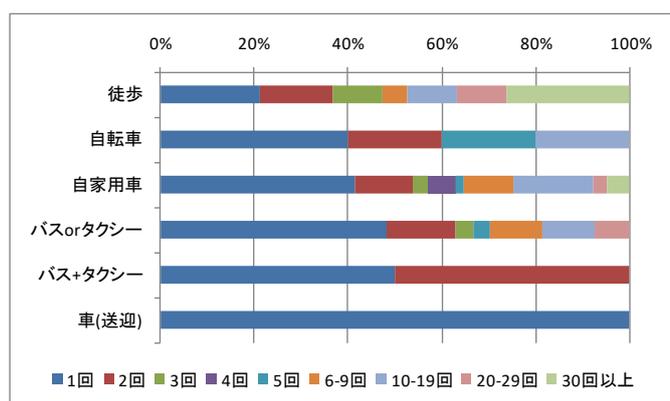


図 14. 交通手段と参加回数のクロス集計

参加者アンケートの結果

参加者には、午前午後各終了時に可能な範囲でアンケートをお願いしている。今年度は915名から回答を得た。「楽しかったですか？」への回答では、「とても楽しかった」97.5%、「まあまあ楽しかった」2.3%、「あまり楽しくなかった」0.2%と、全体的には非常に好評であった。記述（後述）も、親子ともに楽しめたといった内容や感謝の言葉が多く、参加者に対して活動目的は果たせていると評価している。一方、「あまり楽しくなかった」2名の記述は、「スタッフさんもほかのママもおしゃべりに夢中で自分の子供とお友達一人を別室で見ていることに疲れてしまいました」「危ない場面があってひやひやした」とあり、その後参加時に孤立しないか配慮することやどんな場面を危険と感じるかについてスタッフと意見交換を行った。

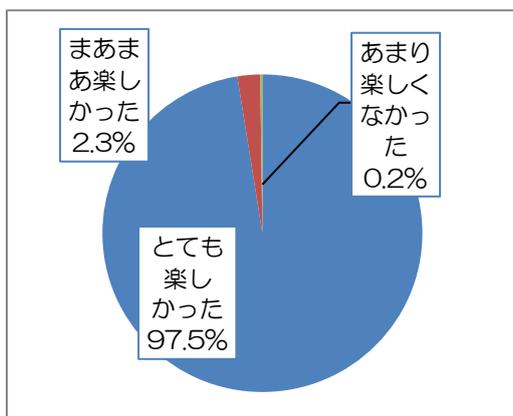


図 15. 帰宅前アンケートの結果



お部屋の様子



干支に合わせて

オープンスペース以外の講座やイベントや相談がある。

3年間の参加者数を図 15 に示した。

絵本の読み聞かせは、楽しく学べるお話もあり、非常に好評で年々参加者が増加中である。

離乳食の相談も多く、講座を月齢に合わせた開催方法にしてより参加者が増加した。

ベビーマッサージやお誕生日会は周知が進み、参加者が増加した。

オンラインの参加は減少傾向であった。レッスンは前年度より少く、立ち上げ時の積極的な案内が減った可能性がある。

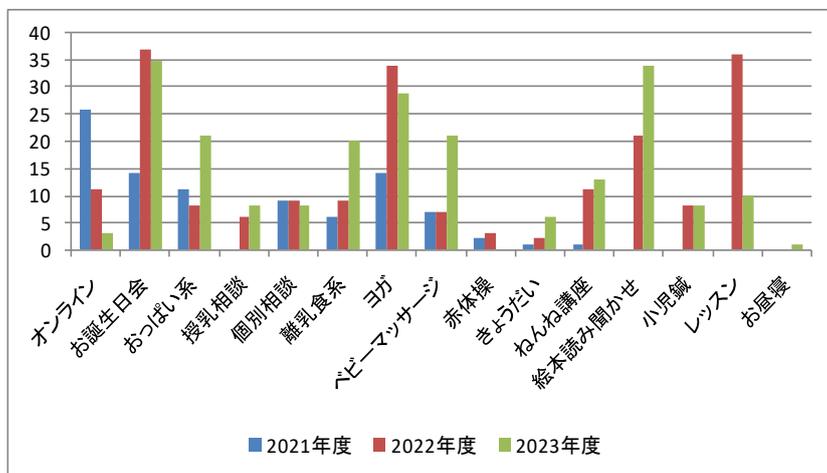


図 16. 講座参加者数の年度別比較



↑ レッスン

← 絵本と手遊び

アンケート記述と手紙からの抜粋

＜居場所としての評価＞

- ・ 母の息抜きにもいつもありがたく思っています。
- ・ 久しぶりに来ましたがスタッフの皆さん変わらず親切で明るくお話ししてくれてたのしかったです。
- ・ お話しして少しすっきりしました。
- ・ いつもたくさんお話しを聞いてくれてありがとうございます。
- ・ たくさんしゃべってリフレッシュしました。
- ・ みなさんのあたたかい雰囲気赤ちゃんも私も楽しめました。
- ・ ゆっくりのんびり遊べて楽しかったです。
- ・ 育児の息抜きになりました。
- ・ いつも癒してくださいありがとうございます！ ここに来ると親身になって話を聞いてくださり、また頑張ろうという気持ちにさせてくれます。
- ・ 地域にアットホームなスペースがあって心強かったです。
- ・ 産後、気分的に沈みがちでしたが、はんもっくに通って毎日がとっても楽しくなり、こどもとも向き合えるようになりました。
- ・ 子どもと少し離れることができるので、良い気分転換になりました。
- ・ 同じくらいの月齢のお母様とお話しが出来てよかったです。



(お手紙 1 より)

おしゃれに着飾って行かなくても、ありのままにいられてホッとできる、優しく明るいおしゃべりなスタッフさんが話しているのを聞いたり、私の話を否定せず聞いて共感してくれる。何より児のことをかわいがってお世話のフォローをして頂けて本当にいやされる場所でした。おうちが休みの月曜は、どうしよう…と不安になるくらい心の支えでした。

育児や発達、体の気になる悩みも、小児科医や助産師さんに医学の観点からしっかりしたアドバイスを頂けてずっと悩んで調べても答えがしっくりこないようなこともスッキリ笑顔になって帰れることも何度もありました。

＜子どもに関する評価＞

- ・ いつもよい刺激を受けています。
- ・ いろんなおもちゃで遊べて良かったです。
- ・ ととも他の子たちから刺激を受けているようで楽しく過ごせました。
- ・ 下の子どもたくさん遊んでもらってよかったです。
- ・ 今日にはぎやかで大きいお兄ちゃんお姉ちゃんと遊んでもらえて良かったです。
- ・ 色々な年齢のお友達がいて、息子も娘も楽しかったようです。
- ・ 息子の相手をしてもらったのでリラックスして過ごせました



<イベントや講座に関して>

- **お誕生日**のいい思い出になりました。シールやハンコにかわいいかざり、本当にありがとうございました！
- アットホームでリラックスできました。フォト嬉しかったです。また来ます。
- お誕生日会追加でもらえて嬉しかったです。
- いい思い出になりました。写真のセットもとってもかわいくて素敵な写真が撮れてうれしかったです。
- **ヨガ**とっても気持ちよかったです。いつもおはなししてくれて、たのしくすごせます。
- 母乳マッサージありがとうございました。マッサージのおかげで週末穏やかに過ごせそうでもとても助かりました。いつもありがとうございます。心も体も楽になりました。
- **睡眠**の悩みについて一対一でお話を聞いていただけて、参加して本当に良かったです。
- **育児レッスン**、とっても勉強になってよかったです。
- **離乳食**のことでわからなかった事が解消されて良かったです。また利用させていただきたいと思います
- 離乳食講座、たくさん相談に乗っていただきありがとうございました。明日から早速実践してみようと思います。
- **個別相談**では個人的に不安なことが解消しました。

(お手紙2より)

いつもあたたかく迎え入れて頂き、本当に有難う御座いました。はんもっくのおうちに行っていなければ育児に対して後ろ向きに考えてしまう日も多かったと思います。一緒に児の成長を見守って頂き、私の事まで気にかけて頂きまして本当に有難う御座いました。

また、はんもっくで開催されているお誕生日会や高校での講義、赤ちゃんフェスタなどに参加できて本当に楽しかったです。

イベントを通して出会った方も多く、皆さんのおかげで日々の生活が色鮮やかなものになり、今年一年たくさんの思い出を作る事が出来ました。



ベビーマッサージ



お誕生日会



親子遊び

3. 『第2回赤ちゃんフェスタみのお』開催

昨年度に引き続き、市内でのイベントを開催した。参加者は昨年度より増加し、その後のうちへの参加につながった。

- 開催日程 2023年10月14日(土)
- 開催時間 10:00～15:30
- 開催場所 総合保健福祉センターライフプラザ
- 実施内容 ふれあい遊び・講座・お楽しみコーナー等
- 実施目的 妊婦・赤ちゃんのパパママ・祖父母に支援を紹介し、
 出会いの場に出かける気持ちや人に頼る気持ちを持てるようにする。
 企画段階で支援者同士の交流を深める。
- 対象 0才児のパパ・ママ・祖父祖母・妊婦
- 後援 箕面市教育委員会・箕面市社会福祉協議会・箕面市医師会
- 参加団体 子育て支援センター・大阪府助産師会 三島・豊能地区箕面班・みのお市民活動センター・
 市民活動フォーラムみのお・子どもすこやか室・個人教室 le lien (町のOT作業療法士)・
 おはなしてぶくろ・NPO法人「絵本で子育て」センター・コープこうべ・箕面市社会福祉協議会・
 VALS ワルツ鍼灸按摩マッサージ指圧院・ねんね保育士はる先生・あおママ部・MerryTime
- 今年度は、NPO法人はんもっくの法人化10周年であり、今までの歩みも展示した。
- 内容



●参加者数

ママのためのヨガ
ベビーマッサージ
ハイハイ体操
寝相アートコーナー
仮) 子育てパパ集まれ!
親子コミュニケーションとおもちゃ選び～ 赤ちゃんの表情から読みとろう (作業療法士)
カードゲームでコミュニケーション～ プレママパパとママ・パパの想い (助産師)
ミニつぼ講座～親子でリフレッシュ (鍼灸師)
あかちゃんのごはんあれこれ (栄養士)
ねんねのおはなし & 質問コーナー (睡眠コンサルタント)
カードゲームでコミュニケーション～ プレママパパとママ・パパの想い (助産師)

参加者数		2023年	昨年実績
	大人	89人	73人
	子ども	72人	60人
	親子	66組	52組

スタッフ数	はんもっく	13人
	参加団体	19人
	合計	32人



● 来場者参加者アンケート

参加者アンケート回収中、未記入の一件を除きすべて、楽しかったと記載。また、よかったコーナーという項目にも複数選択が多く、ずっといたいというコメントもあり、回収できた中での満足度は非常に高かったことがわかる。寝相アート・読み聞かせ・手形スタンプへの評価が高かった。フリースペースであったこと、きょうだいとともに楽しめる場所であったことも、評価に繋がったと思われる。

● 参加団体・スタッフアンケート

来年度の開催を望む声が多く、70%のスタッフから他団体との交流が図れたとの回答。掲示などを通じはんもっくの活動をよく知れたとのコメントも複数あった。課題としては、広報面や時間調整などに指摘があった。他のイベント（運動会）などと重なるため日程の調整という意見もあった。スタッフ側は細かな反省点が多く出た。



1階ステージ団体紹介



寝相アート



抱っこひも講座



ベビーマッサージ



防災グッズ紹介



手型・足型スタンプ



赤ちゃんの食物あれこれ

● 総括

昨年より多くの家族の参加があり、箕面市内の子育て支援について知ってもらえるいい機会となれた。これまではんもっくを利用していた方が集い、同窓会ができたという意見があり、赤ちゃんの支援の広がりを感じることができた。赤ちゃんフェスタの終了後、はんもっくのおうちやその他のイベントにも参加が増えており、赤ちゃん連れでのお出かけを促せたものと考えます。

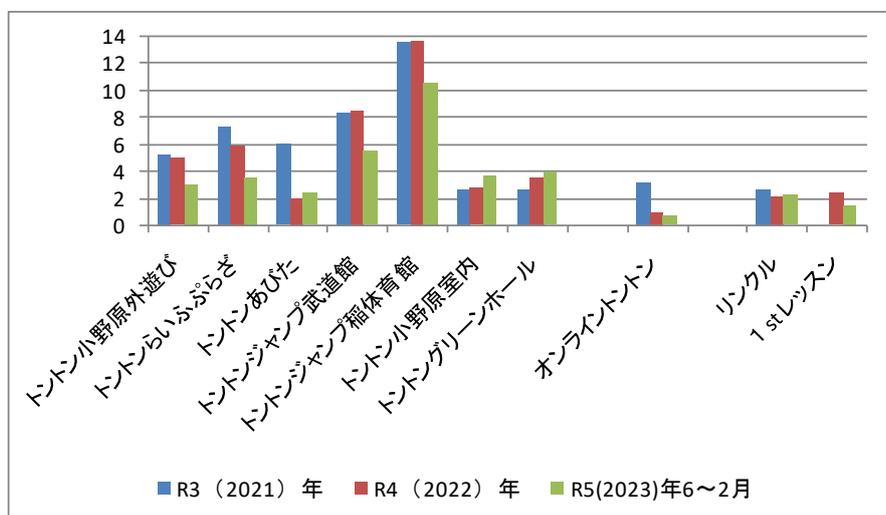
課題を見直し、箕面市内の子育て支援団体同士での関わりを深め、赤ちゃん育て世代が楽しみに出かけられる企画となるよう来年度に向けてさらに拡充を図っていきたい。

4. 地域・対象年齢を広げた活動の展開

当団体は未就園児を対象にした活動を行ってきた。近年は、おうちにおける0歳児親子の支援をスタートとして、これらの活動を案内し、保育所に入園しない幼児の親子の支援につなげている。

箕面市内で公共施設の利用や、コープこうべ・箕面東高校との連携も継続している。
主な活動

- ・0歳児対象：リンクル
- ・1歳児対象：1stレッスン
- ・歩き始めたら：トントン室内遊び・なかよしづくり・にこにこ広場
- ・運動遊び：体育館で遊ぼう
- ・サークル支援や世代間交流：出前企画・箕面東高校ふれあい授業
- ・オンライントントン



↑リンクル

1stレッスン



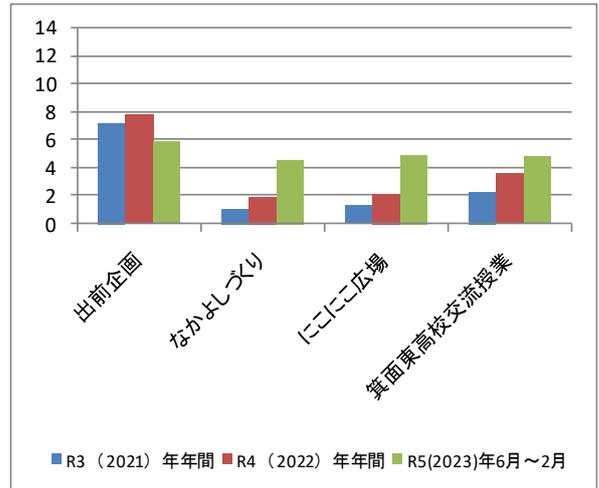
参加者数は、2021年度はオンラインや外遊び・広い体育館での遊びが多かったが、2023年度は外遊びが減少し、室内遊びが増加した。理由として、コロナ禍とポストコロナを反映していることとおうち参加者の次のステップとして室内遊びを紹介していること等が考えられた。



トントン室内遊び



トントン外遊び



体育館で
遊ぼう



高校生との
触れ合い授業



出前企画

↓なかよしづくり



Ⅱ. 今年度の成果

1. 小さなトラブルから考える多様性の許容

日々のアンケートのコメントの大半は感謝や楽しさに関するものであり、「居心地の良い場」という目的はかなり達成できていると評価している。しかし、ごく一部でも批判的な意見が書かれていると、スタッフの受け止め方は人によって様々で、なかには重く受け止め、書いた人への警戒心を持つ場合や万事防衛的になる場合も生じる。

参加人数が少ない場合と多い場合、月齢が異なり動きが違う児が集まった場合など、日々状況は変化する。保護者も常連利用者と新規参加者、子どもと離れたい人と離れたくない人、すぐ打ち解ける人とスマホを見ている人など様々で、スタッフも午前午後と入れ替わり、全く同じメンバーという日は少ない。こういったなかで、よく泣く赤ちゃん・きょうだいの遊び相手にスタッフが時間を費やした・おもちゃの取り合い・ママを噛む赤ちゃん・ポツンと他とおしゃべりしないママなど、小さな「その時、どうする？」といった出来事に遭遇することもよくある。出来事をトラブルと捉えるかどうか個人差があり、時代の差もある。

大事なことは、問題が生じないことではなく、問題を言葉にして「どうする？」と話し合い、正解がないなかでそれなりの解決策を見つけようとする姿勢と考えるようになった。多様性を認め合うという観点と言えるだろうか。

今は子どもの事故防止が大きな関心事になっている。危険防止は大事であるが、守ることだけが育てることではなく、「育ち」の観点はブレないようにしたい。この軸を大事にしながら、その場にいる大人として子どもへの関わり方はできるだけ共有するようにしたい。スタッフや保護者の気持ちを尊重して下記のような案内を作成してみた。解決策になるか否かは、今後の課題である。

「痛い」を大事に。

「危ない」とは違う貴重な体験

痛い・不安→ママの充電で安心！…愛着形成
痛い→さすって痛みが飛んで行く…信頼感に
痛い→相手を見ようとする
…自と他の区別する心が育つ

危険でないとと言われても

こんなときはどうすればいいか共有しておきましょう

★子ども同士がごっつんこ



動き出した0歳児～2歳児同士のごっつんこで大けがは起こりません。

痛くて泣くので、抱っこして安心させ、

「イタいね」の言葉を教えて、周囲をさすって「イタいの飛んでけ！」

次は気分転換で、遊びに誘いましょう。

おうちには、心配性スタッフと楽観的スタッフがいます。
気持ちがわかる人を探して語り合いながら、
子どもの成長を見守りましょう。

2. 多職種連携による受け入れ幅の広がりと配慮

この活動には、専門職と先輩ママスタッフが関わっている。専門職として親子の問題に取り組むときに見えていなかったことや限界を感じていたことに対して、新たな展望が開けることがある。同じ場で話し合いながら、母子を見守ることができるのは、大きな利点である。おうちで経験したいいくつかの連携について述べる。

☆小児科医と助産師の連携

小児科医として感じることは、新生児期～乳児期早期の赤ちゃんの成長発育には授乳や抱っこなど母親との相互作用が重要で、母親への具体的な指導や支援は助産師の力が大きい。

助産師からは「母からの質問に助産師として答えられるのは母の身体や精神面、新生児～乳児期の早期に限られ、それ以外のことは経験による回答などになっていたが発達などは特に根拠をもってお話いただけとても安心」と言われている。

例えば、新生児期～乳児期早期の体重があまり増えない場合

- ・小児科医として行うことは、疾患の鑑別、発達発育の評価であり、乳の摂取量の計算等の知識で対応していたが、
- ・助産師は、授乳の指導として、量だけではなく、母乳の吸わせ方（ラッチオン）や抱き方、授乳のタイミングや時間の調整、母体側の要因への対処など、母乳やミルクを選択する母の気持ちにも配慮して、指導を行なう。

☆栄養士と助産師

離乳食が始まってからの母乳について、助産師はその時期に関わることが少ないため、母乳について母の体側はアドバイス出来るがこどもが食べる量や栄養、進め方などとの関連は実際のところよくわからないことが多い。

母乳をたくさん飲むことでお腹が減らず離乳食が進まないなどは、助産師と栄養士が一緒にお話する事でより具体的な1日の生活シーンを提案出来、喜ばれている。

例えば乳児期早期における指導

- ・助産師は、授乳の姿勢、児の栄養状態の評価、母乳やミルクの相談、生活リズム
- ・栄養士は、母の栄養指導、哺乳～離乳食開始に向けて授乳姿勢の重要性の話や口周辺の刺激・グッズの準備等

卒乳の時期における指導

- ・助産師は、母乳を止めたい/止められない理由の聞き取り、児の発達状況や食への関心、母乳の出方・母の苦痛度の評価、乳房ケア、生活リズムや生活への対応
- ・栄養士は、離乳食が進まない理由、食形態・口の動かし方、調理や味付けの工夫、食事姿勢や雰囲気などの具体的な提案

短期間で、問題が解決に向かった典型的な事例を示す。

栄養士と助産師 事例

11か月 女児 第二子

心配なこと：**食事が進まない・母乳しか飲まない**
体重が増えない(6か月:7600g→10か月:7940g)

4月から入園予定

相談当初 1日3回食（ご飯：**どろどろお粥半分**しか食べない）
授乳6+α回（日中4回・就寝前・夜中2～3時間毎）

相談日程 **3/6：栄養 3/7：授乳（+栄養士） 3/18：栄養**
3/6 聴き取り：手づかみしたがる・パンバナナ手づかみ可
3/7 日中の母乳を極力控える・食物の形状UP・手づかみ奨励
アレルギー不安で、好きなヨーグルトも制限していたのを解除
外出時の食物や魚の種類調理方法の具体的な指導
日中ぐずった時に授乳ではなく遊ばせる等の指導
3/18 赤ちゃんせんべい：**前歯で捕食を確認・日中の授乳ほぼなし**に
ご飯の形状や魚料理の方法の具体的な相談

☆睡眠コンサルタントと小児科医・助産師

CISA 小児睡眠スリープコンサルタントから、2023年10月30日にねんね講座の考え方や指導方法についてスタッフ研修で話してもらった。

睡眠の重要性や方針について理解を深め、睡眠に悩む保護者に積極的にねんね講座を紹介するようになった。乳児期早期に睡眠の重要性について教えてあげたいという声も出て、赤ちゃんレッスンの一コマに入ることになった。

小児科医として、睡眠についての相談は多く継続的な取り組みが必要な場合も多いので、最近では、まず睡眠時の環境調整と生活リズムの確認や指導をして、それで改善しない場合や保護者の負担感が強い場合はねんね個別講座を紹介している。

睡眠コンサルタントからの意見では

睡眠で悩む方は授乳で悩んでいる方も多く、特に夜間授乳の回数等を気にされる方も多かったので、助産師さんに意見を伺ったりできたのがとても良かった。

助産師さんの中では、夜間授乳について無理になくさず、お子さんに合わせると言う考えの方もおられますが、私としても**親子が幸せであれば**こうしなければならないという決定的な部分はないと思っています。

とのことであり、夜間授乳については様々な意見があるが、こだわらない対応が連携に際しても重要と思われる。

☆助産師と保育士

助産師など医療職には何かあるときでないと話かけにくいと感じている方が多いが、保育士が手遊び、童歌、絵本などママ達を巻き込んで子ども達と遊ぶことで楽しいホッとする居場所にしてくださってるので、何気ない会話からお困りを解決でき、ウェルビーイングの向上に繋がっている。

☆専門職でないスタッフとの連携

この活動の大きな特徴は、専門職以外のスタッフがいることである。親になる条件は子どもができることであり、専門性を学ぶことではない。親同士という同じ立場の人が居ることは大きな強みであり、親と専門職の間をつなぐ重要な存在である。

例えば、親同士のたわいのないおしゃべりの中で

「こんなこと相談してもいいのかな?」「今のしんどさは、母なら当たり前?」といった発言が出たときに、その人のしんどさ具合や期待を推し量ると同時に、対応の当事者ではないので、無理のない案内ができる。

「この問題は、誰に聞けばいいの?」「〇〇講座はどんな感じ?」には、それぞれの講座の内容の説明や講座で話を聞く程度でいいか個別相談が必要か、気軽に一緒に考えることができる。

講座や指導の後、オープンスペースに参加された利用者さんの感想や理解を聞き取り、専門職にフィードバックしてくれる

こういったことが日常的に行われ、リラックスした雰囲気の中で必要な学びにつながる良い効果を生み出している。

助産師も連携の利点を感じている

- ・多才な方々が来た人を丸ごと受けとめて話を聞いておられ、専門職の教えたがる私にとって、とても勉強になります。のんびりゆったりとした雰囲気を上手く作ってくださるのはすごいです。
- ・スタッフの方同志の連携がうまくできていて、その中にうまく入れてもらって感謝です。又、オープンスペースでは助産師の対応が必要かどうかの見極めもしっかり判断してもらえるので、とてもやりやすい。



一緒にストレッチ



ドア面にスタッフ紹介

☆専門職とスタッフが配慮すること

専門職は勉強して資格を取っているのだから、物の見方や考え方に基準が生じる。必要なことだが、職業意識が高い場合幅が狭くなりがちなので、学びと経験知や学びと現実が相容れないときには、なぜ今この知識が通用しないのか一歩引いて冷静に考える姿勢が必要と感じる。

医療は病気や異常に対処する分野であり、医療系職種は病的や異常や困り事を何とかしてあげたい意欲が高く、弱みに焦点を当てる傾向があり、注意を要する。その他領域の専門職も概ね学ぶことに価値観が高いが、専門的知識は時代の発展の中で大きく変化し、その際過去の指導を全否定することも起きている。報道にもブームがあり、巻き込まれない冷静さも必要と思われる。

例えば、過去 40 年ぐらいの間に以下のような出来事があった。

180 度転換される指導・・・日光浴 vs 紫外線は敵

その時代の危機意識・・・ダイオキシン・環境ホルモン・母乳は大丈夫か？

子育てや幼児教育の流行・・・アドラー・親業・ペアトレ・モンテッソーリ・

シュタイナー等

教育の流行・・・・・・・・地域連携 vs 防犯・不審者対策

詰め込み教育 vs ゆとり・総合学習 vs カリキュラム増

子育ては 10～20 年の期間を要するため、大人の教えがコロコロ変動する場合信頼感は培われにくいのではないだろうか。理想や危機感を学ぶこともいいが、保護者の現実の一步先を支えるために、目の前の親子とその周囲の事情や考え方を大事にして、押し付けない矜持が求められるだろう。

また、子ども関連の職種は、基本的に「子どもの味方、親への要求」になりがちなのにも、注意が必要である。

一般スタッフにとって、共有すべきことは

- ・気軽に保護者の話を聞くこと
- ・子どもの成長を楽しみにすること
- ・場の居心地の良さを求めること

などが考えられるが、実際に活動してみると、案外難しい。

ファシリテーション講座を開催し、つながりづくりについて学ぶ機会を設けた。各自の今後にも役立つと感じている。



人との関係において「気にかけるが、立ち入らない距離」をどのように測るかは、個別に違うので、全体として多様性を認め合う関係をつくるためには失敗してもいい空気感が大事と考えている。

上下関係ではなく、同じ立場や横や斜めの関係にいろいろな人がいることで、人によって違うという考え方が現実的に有用である。親同士や地域の人の話は、聞いた人が楽に取捨選択でき、この自由度が雰囲気作りに貴重と感じている。

子育て支援の場は何らかの異常や発達障害を見つける場ではない。個々の親子が居心地よく人と関わることができる場であることが重要であることを強調したい。

3. イベントの意義

昨年度赤ちゃんフェスタみのおを開催し、今年度は第2回を開催することができた。前年度はスタッフ間の話し合いも少なく手探り状態であったが、今年度は経験を元に、受付・時間配分等いろいろな点を見直した。

今回感じた意義として

- *今年も参加したという声があり、会を重ねて周知度が上がった
 - *赤ちゃんの親子が当団体について知る機会となり、その後活動への参加者が増えた
 - *はんもっくのおうちの卒業生が、同窓会的にスタッフや他の親子と再開を喜んだ
 - *参加できるスタッフが一同に会して活動し、達成感が得られた
 - *他の団体と交流ができた
 - *他の団体に、当団体の活動を案内できた
- などが挙げられる。

課題として、他の団体を盛り上げる役割は十分と言えず、事前の会議を減らしたこともあり団体同士の交流も前回より物足りなかった。他団体に対し、当団体のイベントのゲストとして招くか、一緒に作るかについて、方針や方法の検討が必要である。

4. 児の成長に合わせた親子関係のステップアップと場のあり方

産後ケアから3歳児までの支援を行っている、児の成長とともに親の役割や支援の方法が変わることを実感する。

産後・新生児期は、児は胎外環境に慣れ、母は体力の回復と新たなホルモンバランスを受け入れていく時期であり、母子ともに保護が支援の主体となる。

2～4 か月は生活リズムが出てきて人としての関係性が芽生える時期であり、疲弊した母には休息が、元気な母にはお出かけや人と会える場が、児には安全に過ごし触れ合い語りかけてくれる人の存在が必要である。

5 か月を過ぎる頃には児の人や物への興味関心は広がり、動き始め、次第に親を認識し始める。乳児期後期に児は動きが活発になり、安心できる人と離れて生じる不安感とすぐその人の元に戻って安心を取り戻すことを経験し、愛着を培うとされている。親子と一緒に他の人と過ごすことが出来る場、児には気持ちの共有や揺らぎなどを経験し、言葉かけが得られ、安心して遊べる場を提供することが、支援として重要な要素と考えられる。

1 歳前後で歩き始め、自我が発達し始めると、親は子どもを制することも必要となる。子どもの遊ぶ力を伸ばす取組も重要である。子ども同士はまだ良い関係性を構築できないので、楽しさやもめた時の対処を体験できる場が必要となる。

Ⅲ. 今年度の課題と今後に向けて

1. 質・量ともに不十分な支援

0 歳児の発達が目覚しく、先述のように月齢に応じて支援の場の必要性も変化する。乳児期早期には医療主体の関わりが、後期には地域の居場所が求められる（下図）。当活動はこれらを満たし一定の成果を上げていると感じているが、1 歳児には動きも遊びも質が変わり、関わり方や子どもが楽しめる場が変わることについて保護者へのガイダンスが必要と感じている。意義や楽しさなどを、できるだけ発信していきたい。

月齢・年齢に合わせた支援を		月齢・年齢に合わせた支援を	
産後・新生児期	母子の保護・未知の世界への支援	産後・新生児期	医療（助産師・医師・心理士） 家庭支援（家事・きょうだい支援等）
2～4か月	母・家族の適応・人への入口を支える	2～4か月	医療（保健師・助産師・医師・心理士・PTOT・他） 福祉（保育士・支援職他） 家庭支援・地域
5～7か月	母・家族の生活の安定・動き/関心↑	5～7か月	地域の居場所・家庭支援
8～11か月	家族+社会の関わり・自と他の始まり	8～11か月	福祉（保育士・支援職他）
1歳～1歳半	身近な社会の構築・人としての育ちへ	1歳～1歳半	医療（保健師・助産師・看護師・医師・心理士 ・STPTOT・他）

産後ケアのニーズは多いが、予算が足りないという声はよく耳にする。次ページの図は子どもの看病に関する現状を表したものだが、核家族化が3世代～4世代に達する現代では、ほとんどの親が乳幼児の養育は未経験である

核家族化対策として考えれば産後ケアはすべての産後の家族にとって必要な支援と想定できると思うが、社会の中でこの理解は現時点では見当たらない。

人を育てるには人の存在が欠かせない。多くの親が赤ちゃんと関わった経験がなく、祖母の乳幼児の養育力も高くない状況下で、寄り添う支援やモデルがなければ、情報があっても、困惑するのは当然と言える。



例えて言えば、自動車を運転するのに、教習所にも行かずいきなり車を与えられて公道を走るようなものと言えるだろう。

「ここにアクセルがあり踏んだら前に進む、

こちらはブレーキで踏んだら止まる、

ハンドルを回せば方向が変わる、

道案内はカーナビがあれば大丈夫、

だから頑張れ、ドライブは楽しいよ」

と言われても、怖くて仕方がないだろう。

運転経験がない父親が助手席に居たも運転を交代しても、状況はそれほど変わらない。

こういった状況を理解した上で、個々の親が誇りを感じて養育できるような指導や支援をと考えると、現状は心許なく、安心して育てられる環境とは言い難い。

保育所にももっと人の配置が欲しいが、親支援にも人材の育成と配置が欲しい。



2. 待ちの姿勢から、迎えに行く姿勢に

活動を通じて感じていることとして、拠点があっても交通手段が使いにくいと継続した利用は困難である。今後は、送迎の手段も検討し、一人でも多く、楽しい子育てができるように支援を行ないたい。

当団体に訪問支援を行う余力は無いが、すべての人への切れ目のない支援を謳うのであれば、「人を頼っていい」という発想が浸透するような丁寧な訪問支援が展開されることを期待したい。

3. 共助をどう創るか

子どもが育つには、安心できる親子関係と家族以外の様々な人との出会いが大事である。

親が子どもを育てるには、子どもを育てる体力と経済、子どもを愛おしいと思う気持ち、社会の一員としての自分の尊厳が大事である。

子どもが成長し、対人関係を学ぶには、いろいろな人との出会いが欠かせないと思うが、この50～60年で地域のコミュニティは大きく変貌した。15年～20年前に各地に自然発生した子育てサークルでは、お互い様の関係性のなかで一緒に子育てしようといった雰囲気があったが、箕面市内ではサークルは激減し、それ以外の方法でお互い様の関係づくりが進んだという話は聞かない。保育所はこどもが日中安心して過ごす場であるが、家族以外の人と出会う機会は限られている。

子どもの周囲に出会いの場を作るには共助の体制を新たに作る努力が必要と感じている。そこで、今の時代に合った子育てをシェアする楽しさをいっしょに作りたくて考えて、親子参加で活動する会員を募集することとした。

地味にすぐそばにあって、自分たちの日常に取り入れやすく、ささやかで身近で継続する活動として受け入れられる人が増えることを願っている。

今のメンバーも新メンバーも、子どもに関わることで日々の生活がほんの少し楽しくなる、そういった活動を積み重ねていきたい。

子育てに支援の仕組みが必要

- *子どもに対して
- *親に対して
- *親子関係を
- *地域作り（家族以外の人との出会い）

募集 はんもっく 親子スタッフ

一緒に活動してみませんか？

親子スタッフ

★有償ボランティア：3000円/時
 (申し込み開始日から3ヵ月以内に6回以上参加すること)
 (3ヵ月間は参加費無料、以降着札発生)
 対象：保育園・幼稚園へ入園前の親子

★活動内容：親子でプログラムへ参加

- ・親は率先してプログラムに参加する。
- ・子どもの遊ぶ様子や自分の居心地などプログラムへの意見を出す。
- ・親子共に慣れてきたら、お片づけを手伝う。
- ・子どもの希望に合わせて参加する。

*要：年会費3000円(ボランティア保険料含む)

スタッフさんの声
 自分も楽しく、子どもも
 色んな方に可愛がって
 もらって楽しい時間を
 過ごしています！

スタッフ
 さんの声
 気軽に親子で
 楽しめる機会が増えて
 うれしいです！

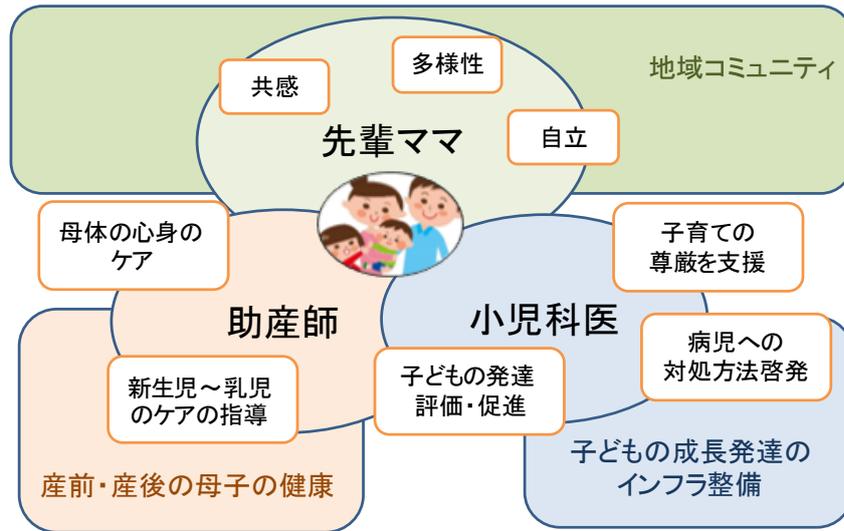
スタッフさんの声
 一緒に遊んでおしゃべり
 して..親子で楽しめ
 る時間を過ごさせて
 もらっています！

NPO法人 はんもっく
 申込方法：メールまたはHPメニューの
 「お申し込み・お問い合わせ」から
 E-mail : https://npo.hannomoku.or.jp/free
 TEL : 072-703-4588
 (火～金) 10時～15時

Instagram はんもっくHP

おわりに

2020年に、はんもっくのおうちを始めたときに作成した下図は今も基本となっている。さらに関わる専門職が増え、スタッフも経験を積んで、支援力は向上した。来所されて元気になっていく母たちを見ると励みになるが、疲弊しきった状態で産後ケアに来る人や、ちょっとしたことで落ち込んでしまう人に出会うと、育児の大変さや制度が支える重要性は理解されていないと感じる。



先輩ママと助産師と小児科医の連携

現代日本社会は、簡単・便利・効率性やスピードを重視し、過去に比べ快適な生活を過ごしている。しかし、このような考え方に基づく生活環境が、子育てに合わないことはあまり知られていない。子どもの成長には10～20年の年月が必要であり、人を信頼し助け合い自立した考え方を持つ大人を育てるには、人との関わりや様々な体験が必要である。便利とは手間をかけないことであり、子どもが日常生活で動き考える作業は激減し、人と出会う機会も縮小した。子育ても、できるだけ人手にかかるコストを削減し、簡単で手間を省いた効率のよい方法で育てたいといった風潮を感じることもある。

子育ては未来を育てる創造的行動であり、未来社会に向けて人も時間もお金も投資する価値がある。今の社会の中に、子どもが育つ環境を創ることが必要で、手間をかけることや人と関わることを楽しめる工夫が求められている。赤ちゃんを育てるにも、人を通じて学ぶことが必要という考え方を広報し、赤ちゃんに関わることは楽しく意義のあることという認識を社会で共有したい。今ある地域と専門職の連携が、母子を支える環境整備ができるよう、これからも励んでいきたい。

2024（令和6）年3月
福井聖子

作成：2024年3月

編集：NPO法人 はんもっく

<https://minoh-hammock.jimdo.com>

問い合わせ：E-mail:hammock_minoh24@yahoo.co.jp

