

いつまでもパイパイ大丈夫プロジェクト

ハピネスシェア in よこはま2015



報告書

- ◇ 日程 2015年8月6日(木) 13:00~15:00
- ◇ 場所 神奈川県横浜市金沢区洲崎町2-6
アイワパークサイドビル3階(カナカツ)
- ◇ 参加費 無料
- ◇ 対象者 妊婦さん、
子育て中の方とそのご家族・お友達など
子育て支援に関わっている方々
- ◇ 参加者 大人 36人
参加者 20人(夫婦2組 妊婦さん2人 支援者2人)
スタッフ 13人(当日ボランティア 5人)
ふきのとう支援者 3人
子ども 25人
一般参加 19人
子どもスタッフ 6人(小学生1人、幼児 5人)
- ◇ 主催 いつまでもパイパイだいじょうぶプロジェクト
- ◇ 後援 金沢区役所・金沢区子育て支援ネットふきのとう

2015年9月4日

《 実施状況 》

当日のプログラム

時間	会場A 大ヶ谷有紀子写真展示コーナー	会場B
12:40～	受付開始	
13:00～	主催者挨拶、オリエンテーション	
13:05～	おはなし（おっぱいっていいね、いつまであげる？）	
13:15～	絵本の読み聞かせ・手遊び	
13:25～	参加者交流タイム グループに分けて語り合しましょう。	
14:00～	ふれあい遊び	スリング体験会
14:15～	ママのためのヨガ	
14:25～	フルーツ演奏	
14:40～	ハピネスシェア	
14:45	フルーツの生演奏の音の流れている間、大切な人と触れあいながらお過ごしください。	
	フリータイム	
	アンケートの提出お願いいたします。	
	お気をつけてお帰り下さい。	

B会場ではママカメラマンの写真展。フルーツの生演奏もあります。



講話「おっぱいっていいね。いつまであげるの？」



子どもスタッフ 3年生のお姉ちゃんが「おっぱい」の絵本読み聞かせ



親子みんなで「手遊び」



みなさん熱心に耳を傾けて。グループワークは積極的に育児談話。





「ふれあい遊び」
 ママさん先生は
 お姉ちゃんも一緒
 に参加。
 ベビーマッサージ
 は育児の必須アイ
 テムです。



授乳タイム、背中が
 丸まると首に負担が
 かかり肩こり、腰痛
 になりますね。

正しい楽な姿勢で
 育児を楽しく。お母
 さんは健康第一！
 ママさんインストラ
 クター頑張る。

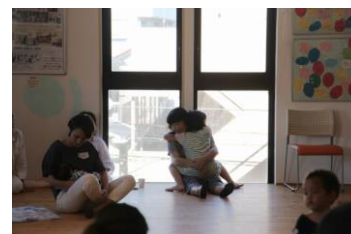


ぐっと抱きしめあった
 「ハピネスシェア」

妊婦さんご主人と相談中
 「スリング体験会」



うっとり、たのしく
 「フルーツ演奏」



会場Bではママカメラマンの
 写真展



無事に終了しました。
 ありがとうございます。

《参加者アンケートのまとめ》 枚数 13 枚

(1) このイベントをお知りになった方法

チラシ	3
口コミ	6
ブログ	
facebook	1
その他	3
合計	13

(2) 性別、年齢、お子さんの月例など

【性別】女性 13

【年齢別】

20歳代	2
30歳代	7
40歳代	
無記入	4
合計	13

【お子さんの参加年齢】

2 M	9 M	10 M	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	8 歳	合 計
1	1	3	3	3	1	1	1	1	15人

(3) 本日のイベントはいかがでしたか

とても満足	まあ満足	普通	やや不満	不満
8	5	0	0	0

【本日のイベントでよかったもの】

① おはなし	4
② 絵本の読み聞かせ・手遊び	8
③ 参加者交流会	4
④ スリング体験会	6
⑤ ふれあいベビーマッサージ	6
⑥ ママのためのヨガ	5
⑦ ママカメラマンの写真館	7
⑧ ハピネスシエアー	4
⑨ フルート演奏	1

その他の意見等

- ・赤ちゃんと沢山触れる機会があったのでよかった（妊娠中）
- ・子供連れで参加できたのでよかった
- ・全体の時間が短かった
- ・子供さんの読み聞かせはグットアイデアでした
- ・小学生の読み聞かせ心が温まりました
- ・おはなしもっと聞きたかった
- ・ヨガもっと時間が長い方が良かったです
- ・いつか写真お願いしたいです
- ・ベビマ、上の子と触れ合う時間がもててよかった

《交流会で出された意見・感想及びスタッフの感想等》

関美英さん（総合司会担当）

【参加者4組 2児の母、2歳児の母、育児支援者】

良かったこと

- ・姉妹仲良く遊んでくれるようになりゆっくり過ごす時間が持てるようになった。
- ・兄弟仲良く遊んでくれるようになった。
- ・今までは保育園に入れていたが退園し、今は一緒に過ごす時間が増えて嬉しい。

（2才児の母）

- ・今までの経験を活かせる教育を通して、人とのコミュニケーションが取れる事が嬉しい（育児支援者）

困ったこと

- ・下の子（2才）のべったりやわがママがまた始まったこと。（4才、2才 二児母）
- ・2ヶ月の子のうちの世が大変。（3才、1才、0才 三児母）
- ・イヤイヤ期なので、子育て広場等でほかの子と取り合いになってしまうのが心配。

（2才児母）

- ・広場をうまく作っていく方法がわからない。（育児支援者）

以上の事を話合いました。

（スタッフの感想）

お子さんの年齢によってさまざまな話が出てきました。実際子供同士が玩具の取り合いをして、ママの手助けで解決しました。親子にとってよい経験になったのではないかと思います。

全体の反省としては、内容に時間的なゆとりを持たせていなかった事です。人員配置をもっと明確にすべきでした。

プレイスペースもおもちゃ、マイク等準備しておくべきだったことも反省しています。

イベントを企画、主催が初めてで、色々至らぬ点があり皆様にはご迷惑おかけし申し訳なく思っています。そして、みなさんと一緒に形にしていく楽しさや今後に向けて良い経験をさせていただきました。色々な経験は財産になりますね。
本当にありがとうございました。

岡田恵美さん（手遊び・ベビーマッサージ担当）

【参加者 妊婦さん（品川から1組）2名・4人のママさん・子育て支援者】

最近嬉しかったことは・・・

- ・妊娠がわかったこと。3人目がほしかったので嬉しかった！
- ・妊婦健診で主人が休んで検診に一緒に来てくれたこと
1歳2か月の娘がやっと離れて遊んでくれたので、自分の時間が少しできた。
- ・4歳の娘が、お手伝いをしてくれるようになったこと

困ったことは、皆さん妊娠中でわくわくしてたり、ベテランのママさん2人で特にありませんでした。出産のときのエピソードを話したり、マタニティーヨガ良かったよ・産後はこんなサポートが横浜市は受けれるよ！など、出産の事で盛り上がりました。

（スタッフの感想）

おもちゃがあると、ヨガの時間、お子さんが集中したかな？ということと、私は、ベビーマッサージの最中、子どもをスタッフが見ていてくれて、個人的にすごく助かりました。

保育の面の課題もありますが、臨機応変に動いて下さった方もいて感謝しています。

また、金沢区でこのような機会がもっと増えたらいいなと思います。

育児教室の代わりに半年に一回でも！！

朝倉先生・スタッフの皆様ありがとうございました。

一橋裕子さん（受付担当）

【参加者 4組】 出産前夫婦、2ヶ月児と両親、お子さん3人連れ、9カ月の親子（心配ごと）

- ・おっぱいが出すぎる（2ヶ月のママ）
- ・現在6ヶ月なので何が心配だかはまたわからない（妊婦）
- ・夏休みなので大変（3人のママ）
- ・離乳食がすすまなく、おっぱい大好き…でも今だけだと思って続けます（授乳について）
- ・それぞれの体験談→それぞれの時期にいろいろ気になる事が出てくる。

自分だけの悩みでないと感じ、いろいろ聞いて良かった。

（お産について）

- ・立ち会いを経験したパパの話をこれからパパになる方が聞いた。まだ実感がなくてわ

からない事ばかりだが、話を聞いて良かった。(他の方々の体験談も含め)

まとめの発表は9ヶ月のママがしました。

- ・初めの頃は何もかも解らず 先輩ママにいろいろ話を聞いて「過ぎればあつという間」が最近わかってきた。いろいろな体験談を聞いて 自分にあう育児を参考にしていきたい。

(スタッフの感想)

- ・今回ケースが様々で幅広い話が出てきた。
- ・個別にどうしても聞きだいたいと思う方がいなかったのでこのグループで良かったと思う。

市川真奈美さん (スリング体験担当)

【子どもの様子】

- ・子供 2歳7か月 去年のハピネスシェアに参加して断乳を考えていたけれど思いとどまることができた。卒乳を目指している。プールと一緒に参加できるようになった。
- ・小学生 この暑さの中ランドセルを背負って頑張っていることを認めてあげなきゃと思えるようになった。
- ・1歳半 外でも歩けるようになった。兄は保育園児になりいろいろと手放すことができるようになった。大事なことを厳選して手放すことができるようになった。
- ・5歳、中学生、高校生 反抗期が落ち着いて平和な日常が戻ってきた。

【困っていること】

2歳のいやいや期に対応できない。

いやいや期は何度もまわってくるので7歳の小学生ママも対応中だし、中学生の反抗期なのでみんな渦中だね。

お母さんに余裕がないと同じことを言われても対応できるときとできないときとあるよね。今やらなくてはならないことを厳選していろいろ手放すことをできるようになると楽になる。

大人もだけど睡眠が足りていないとグズグズなるのでお昼寝や夜早く寝かすのも有効。実家が遠くて頼れない。いろいろなところ、「子育て拠点とことこ」や「プレイルーム」などに顔だして解消している。

【スタッフの感想】

とても楽しく参加させていただきました。

このつながりを作っていただきご縁もできてありがたい限りです。

これからもママの笑顔が増えるように応援していけるこの仕事を踏ん張っていきます。

大ヶ谷有紀子さん（写真担当）

【参加者3組 1歳、2児の母、2児の母】

- ・子どもが生まれて、新しい友達もできたけど、行けないところも増えたとし、世界は狭くなった。
- ・おっぱいの出が良くないので、完全ミルクで育てている。
- ・混合栄養。外出時はいつもミルク。ミルクの方が母乳よりあげやすいし、預けることを考えると混合栄養が良い。
- ・ママ友たちと育児サークルを立ち上げた。
- ・完全母乳。次男妊娠中も断乳せず、いまでも長男はおっぱいを続けている。いつでもどこでもあげられる母乳最高。

（スタッフの感想）

完全ミルク、混合栄養と、ミルクを利用されている方の参加がありました。「なぜ参加したの？」との問いには、助産院でランチを食べていたらチラシをもらって・・・とのこと。

今日は、ママたちのパワーを感じられるイベントで、とても良かったと思います。岡田さんのベビマも大内さんのヨガも、さすがの内容でした。関さんの司会も、やさしい雰囲気ながら良くまとまっていて、安心して参加していただきました。

フルーツもスリングも、なかなかない機会でも、みなさんに楽しんでいただけたと思います。

保育については課題があると感じました。

長男は、ある2歳の男の子からともしつこくされていて、逃げても追いかけてくるし、かといって叩き返すわけにもいかず、困っていました。また、次男をお風呂に入れた際、わき腹に8本の歯型がくっきりと残っており、強く噛まれたようで歯形の内部が内出血していました。

どうして泣いているのかわからない状態で泣くことが何度かあったのに、気づいてやれなくてかわいそうなことをしました。こういうイベントの際にはよくあるトラブルだと思いますが、お手伝いに来られた方のなかにはこれといった役割のない方もいます。子どもたちに目をやることを専任とするスタッフを何名か設けて、どのように保育するのか、ある程度決めておく必要があるかと思いました。

とはいえ、今回のイベントで新しい出会いやご縁をいただき、声をかけていただいたことにとても感謝しております。子育て中ならではの楽しい時間になりました。

参加させていただいて、ありがとうございました。

大内順子さん（ヨガ担当）

担当時間 10 分だと聞いたときは正直驚きましたが、あの状況ではまあ 10 分位が妥当かなと実際やってみて思いました。持ってきた音楽が全く、聞こえず...タイトなロングスカートの方もいて。

マイクは、あった方がよかったのではと思いました。最後の生演奏素敵だったので、生演奏の中でヨガやってもよかったなあ～なんて、思ったりもしました。

前回とても良かったのでまた参加しましたという方、いらっしやいました。

無料で、子連れで参加できるイベントは、暑い時期でも外に出るきっかけになり、籠もりがちな育児の息抜きになるのではと思います。

今回参加されたスタッフさん、素敵な方ばかりで、いいご縁を頂きました。お声をお掛け頂きありがとうございました。私自身いい勉強になりました。

礒部友美さん（フルート奏者）

私自身が今回あまり内容を把握できていないままの参加で、大変申し訳なく思いました。演奏している時は、お母様もお子様も凄く音に耳を傾けて下さり、嬉しい気持ちと感謝の思いでいっぱいです。

最近では、小さなお子様と一緒に聴けるコンサートも増えてきてはいると思いますが、まだまだ少なく、「子供が小さいとコンサートに行けない」という声も沢山耳にします。

そういう面から見ても、身近に生で音に触れてもらった事、とても嬉しく思います。

至らない点多々あったかと思いますが、皆様のお陰でとても貴重な経験をさせて頂きました。本当にありがとうございました。

イベント終了後の感想（朝倉きみ子）

一緒にイベントを実施したお母さん達は、忙しい子育て真っ最中のお母さん達でした。

前向きに取り組む姿勢には感銘を受けました。忙しいけど今やっておかないと意味がないもの、この時期だからこそできることがあると思います。

今回のイベントでは子供さんの保育について運営上問題があり今後の課題が残りました。今後この経験を生かしたいと思います。

イベント終了後に参加したお母さんから以下のようなメールが届きました。

先日はありがとうございました！ハピネスシェアとても楽しかったです。

日頃忙しくてゆっくり体を伸ばすこともおろそかになってしまっていますが、ヨガでストレッチできたのも良かったです。

そして、同じ子育て中のママさんたちが意欲的に活動されている姿も刺激になり、元気をもらえました。またイベント等楽しみにしてます。ありがとうございました♪

金沢区役所の後援を頂き、併せて金沢区子育て支援ネットふきのとうからはスタッフが参加くださり中心的にイベントづくりに参加、協力して下さいました。この地域の若いママたちの力を継続して地域の中で育み根付かせることに微力ではありますが、尽力していきたいと思っております。

若い子育て中のお母さんたちの「能動的な生き方」にふれ、また私も皆さんに寄り添える活動が出来たことをとてもうれしく思います。

私ごとではありますが、月1回南区のタウンニュースに子育て講話を連載しております。9月4日付でハピネスシェアの報告をさせていただきましたので、紹介させていただきます。

母乳育児支援コラム②④

抱いて、見つめて、 話しかけて

保健師 朝倉 きみ子
〈ハピネスシェア〉

8月1日から8月7日は、ユニセフとWHO（世界保健機構）が定める世界母乳育児週間です。

子育て支援イベント

すべての子どもが母乳で育てられることを願って、有志のお母さんと一緒に「いつまでもパイパイ大丈夫プロジェクト」を立ち上げ、子育て支援イベント「ハピネスシェアーンよこほま」を実施しています。今年も生懸命子育てをします。

8月6日、金沢区洲崎町にある青少年の地域活動拠点「カナカツ」で行いました。「子育てが『孤育て』にならないように」が言葉です。赤ちゃんがお腹に宿ったと分かった時、お母さんとお父さんは嬉しさに満ちあふれていたことでしょう。そして、生きる力が湧いてくることを実感します。子どもの命はすごい力を持っています。どつきどころかお母さんはお腹の中で小さな命を育み、その時が来ると大きな力に後押しされて生まれてきます。

宿った時からお母さんはお腹の中で赤ちゃんを育て続け、生まれてからも赤ちゃんとひとときも離れることなく、昼も夜も一日中子どもを気にかけて、守っています。自分のことは後回しにし、毎日毎日一生懸命子育てをします。



<筆者プロフィール>

1950年、広島県生まれ。保健師として32年間、横浜市に勤務し、母乳育児支援を行う。在職中から勉強会を立ち上げ、「おっぱい保健師さん」と呼ばれる。相談活動を続けながら、2011年、母乳育児・子育て支援スペース「風の学校」を開設。六ツ川在住。

命の尊さ実感

忙しいとつい怒りがちなお母さんですが、ハピネスシェアタイムの1分間はフルト演奏の音色に身を任せ、子どもを抱きしめました。命の尊さを感じ合えた1分間でした。

忙しい子育て中にぎゅゅと抱っこする——こんな心のオアシスが沢山あるといいですね。