

赤ちゃんもリラックス



初めての赤ちゃんとの生活は誰もが戸惑うことばかり。そこで倉吉市は、赤ちゃん(2~5カ月児)を初めて育てている母親を対象に、安心して子育てを学び、相談できる「親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!(BP)」を開いている。参加者は子育て仲間と一緒に、赤ちゃんとの生活について聞いたり、話したりすることで、子育てのストレスを和らげることができ、家庭でのよりよい親子関係の構築につながっている。(中部本社・荒木隆宏、吉浦雅子)

倉吉市「親子の絆づくりプログラム 赤ちゃんがきた!」

平成 26.6.25

新人ママご案内

親子の関係をぐっすり応援♪ママ友出合いの場にも

「1人で育児しているような感じで切なかつたが、(子どもに)向き合うようにしたい」「自分の思いを共感してもらえなくてよかった」「泣きが激しくてまいったときもあったけど、イヤイヤを子どもにぶつけないようになりたい」「今度で最後というのはさびしい」。

20日に同市上灘町の市子育て総合支援センター「おひさま」で開かれたBPには12組の親子が参加。フリートークの時間では、経験豊かな保育

気持ちを楽に

士や保健師などが務めているファシリテーターの進行で、子育ての悩みを打ち明け、気持ちを楽にしていた。

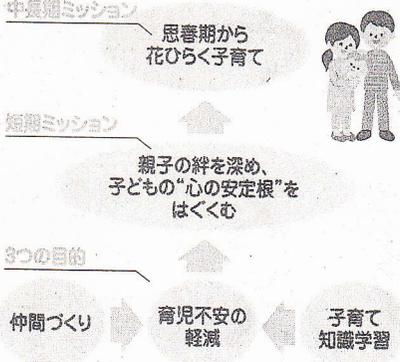


お母さん同士の会話が弾む

全員に呼び掛け

歓声があがる。一方、赤ちゃんもお母さんのリラックスが伝わるのか、2時間のBPの間、大泣きする子どもはおらず、おっぱいをもらったり、おむつを替えてもらったり、すやすやと眠る子どもいて、自宅と同じように過ごした。

親子の絆プログラムの目的とミッション(使命)



BPは、核家族化など社会の変化で「子どもとの関わり方が分からない」親が増え、おび、悩みを気軽に相談できる場所が求められている中、

倉吉のBPは1カ月で4回(1回2時間)のプログラムに参加し、「修了」となる。BP独自の親用テキストと子育てに必要な知識を整理したDVDを活用。お話しタイムが長めにとられており、一方的な講義はない。BP終了後も母親同士の親交は継続するのも大きな特徴だ。ファシリテーターの山下啓子さん(33)と青木和佳さん(41)は「市が年代別に行っている子育て講座と一緒に参加したり、交流会を開く人も多い」と話しており、参加者はBPをきっかけに長く付き合い合える、子育ての相談相手を見つけている。

作られた。カナダ生まれの参加型親支援プログラム「完璧な親なんじゃない」を原型に、この子育てインターナショナル関西(奈良県斑鳩町)が独自の手法を入れて全国に広がっている。主な目的には、仲間づくり、育児不安の軽減、子育て知識学習の3点がある。県内では倉吉市が唯一、BPを実施。2011年に希望者を対象にスタートし、ことしからは初めて育児するすべての母親を対象にし、参加を促している。