

## 事業実績

### ①開催内容

虐待予備群の減少を目指すため1回2時間程度、週1回を6回連続で行う、話し合い学び合う会（ノーバディーズ・パーフェクト：以下NPと略す）を5クール開催しました。  
各クールのプログラム内容については別紙（プログラム一覧）に記載した通りです。

### ②開催日

平成24年5月25日～12月18日間 1クール全6回×5クール実施（全30回）

第1クール (金)	① 5月 25日	② 6月 1日	③ 6月 8日	④ 6月 15日	⑤ 6月 22日	⑥ 6月 29日
第2クール (金)	① 7月 6日	② 7月 13日	③ 7月 20日	④ 7月 27日	⑤ 8月 3日	⑥ 8月 10日
第3クール (火)	① 8月 21日	② 8月 28日	③ 9月 4日	④ 9月 11日	⑤ 9月 18日	⑥ 9月 25日
第4クール (火)	①10月 2日	②10月 9日	③10月 16日	④10月 23日	⑤10月 30日	⑥11月 6日
第5クール (火)	①11月 13日	②11月 20日	③11月 27日	④12月 4日	⑤12月 11日	⑥12月 18日

### ③会場

子育て支援はうす“くるまある”（岡山市南区新福1-6-22）

### ④対象者

対象者は来場できる0歳から5歳までの乳幼児を育てているお母さんです。  
参加者の定員は、8人でした。1クール目は募集日数が短く6人、最終の5クール目は7人でしたが、2～4クールは定員いっぱいでした。  
合計参加組数は37人（延べ数 母199・子235 合計434）でした。

第1クール	第2クール	第3クール	第4クール	第5クール
6人	8人	8人	8人	7人

### ⑤講師（ファシリテーター）

ノーバディーズ・パーフェクトファシリテーター資格を持つ4名が、各クール2名ずつ交代で行いました。ファシリテーターは助産師資格を持つものが2名、社会福祉士資格を持つものが1名、子育てひろばスタッフ経験3年以上のものが1名で担当しました。  
事業開始時は4名のうち1名が認定ファシリテーターでしたが、事業終了時には残りの3名も認定を取ることができました。延べファシリテーター参加数は60名、見学や写真・記録等の会場係として

22名、合計82名で行いました。

## ⑥ 保育者

初めて託児を経験する方も安心して託児を任せられるように、子ども1～2名に保育者1名で対応するようにしました。各回4～7名の保育者で託児を行いました。

延べ保育者数は134名 内訳は 保育者111名 保育ボランティア11名 ママスタッフ12名でした。保育者には助産師・看護師・保育士・チャイルド minder・主催団体スタッフ・歯科衛生士など、有資格者が必ず2名以上入るようにしました。

以前のNPを受講された方の中から可能な方にママスタッフとして託児を依頼し保育者の充実を図りました。保育ボランティアは、対象児数の割に保育者が少ない場合や咳などで集団託児が困難な場合に依頼しました。

下記に子どもの数と保育者数を表にしたものを記載しています。

\*この表の対象児とはNPプログラム参加者の乳幼児で、対象外児とは保育者・保育ボランティア・ママスタッフの小児・乳幼児です。

1クール	5/25	6/1	6/8	6/15	6/22	6/29	小計
参加組数	6	6	6	6	6	6	36
対象児	8	8	8	7	8	8	47
対象外児	0	0	0	0	0	0	0
保育者	4	4	4	4	4	4	24
保育ボランティア	0	0	0	0	0	0	0

2クール	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	8/10	小計
参加組数	6	7	7	7	7	8	42
対象児	8	8	10	10	10	11	57
対象外児	0	0	0	1	1	1	3
保育者	4	3	4	4	4	4	23
保育ボランティア	0	1	0	0	0	0	1

3クール	8/21	8/28	9/4	9/11	9/18	9/25	小計
参加組数	7	8	6	6	8	8	43
対象児	6	6	6	5	6	6	35
対象外児	1	1	0	0	0	0	2
保育者	4	4	3	4	4	4	23
保育ボランティア	0	0	0	1	0	0	1
ママスタッフ	0	0	0	0	0	0	0

4クール	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	小計
参加組数	8	8	6	5	7	7	41
対象児	10	9	8	6	9	9	50
対象外児	0	2	1	1	2	2	8
保育者	4	3	3	3	3	4	20
保育ボランティア	0	0	1	1	2	1	5
ママスタッフ	0	2	1	1	2	1	7

5クール	11/13	11/20	11/27	12/4	12/11	12/18	小計	合計
参加組数	5	7	7	6	7	5	37	199
対象児	6	7	8	8	9	7	45	235
対象外児	1	2	1	2	2	1	9	22
保育者	3	3	3	4	4	4	21	111
保育ボランティア	1	1	0	1	1	1	5	11
ママスタッフ	1	1	1	1	1	0	5	12

#### ⑦ 広報

チラシを作成し 岡山県助産師会、岡山市保育課、岡山市保健所、保健センター、公民館、児童館、子育て支援センター、子育てひろば、小児科、幼稚園、倉敷保健所、倉敷保健センター、成人病センター、そして子育て応援遊里のイベント で配布し、自然育児友の会会報に同封しました。チラシ以外では NP おかやまスマイルピーチのつながりや岡山市子育てサイト「こそだてぼけっと」への掲載し、HP 作成([http://kosodate-yuuri.com/modules/aboutus/index.php?content\\_id=36](http://kosodate-yuuri.com/modules/aboutus/index.php?content_id=36)) で広報しました。

#### ⑧ 会議

会議は、準備から開始前の調整、申し込み状況確認、各クール終了後の反省、まとめと次回クールに向けての準備、事業の全体的総括および報告書作成などで9回開催しました。

## 事業成果

### ① 実施体制・実施過程について

1 クール目で「子どもの情報として連絡ができるカードがあれば・・・」ということで、2 クール目以降は保育連絡カードを作成しました。保育中の状態を知ることができ、大切に扱われていることが分かって安心できましたなどの感想をいただきました。

予定していた保育スタッフが急遽休まなければならなかった時、以前の NP 受講された方の中から可能な方に託児を依頼しました。その後継続してママスタッフとして来ていただき、保育者の充実を図ることができました。

### ② アンケート集計及び自由記述（アンケート回収のべ人数199名・参加者37名）

アンケート述べ回答数：199 回収率：100%

本日のノーバディーズ・パーフェクトの内容全般について、ご満足いただけましたか？という問いかけに、とても満足が 86.4% 満足が 13.1%で計 99.5%が満足とご回答でした。

また、「とても満足」「満足」の場合どのような点が良かったですか？という問いに対し、他の参加者との交流・情報交換が図られた 24.9%、役立つ情報が得られた 17.4%、日頃の生活や活動に役立った 15.5%、抱えていた問題・不安の解消につながった 15.2%、スキルアップにつながった 7.1%その他 20.0%であった。その他の内容としては

- ・ 託児があって安心して話せました
- ・ 同じような問題で悩んでいる、悩んでいるのは私だけじゃないと思えました
- ・ 共感の力ってすごい、気持ちが楽になりました
- ・ 話すことで自分の気持ちが整理され、スッキリしました

などが多くありました。

やや不満の 0.5%はその他に書き込みがあり、

- ・ 自分の悩みは当てはまらないかと思うととても話し合いづらいというものでした。

アンケート集計結果より、全クールを通じて NP を受講した方の満足度は高く、参加することを楽しみにしている様子が伺えました。また、同じような悩みを持っていることがわかり、共感し安心することができていました。

毎回のセッションでは、始めと終わりに一人一言を実施しましたが、その言葉をおおまかな項目に分けてみると、「じっくり考えた・見つめ直した」「いろいろな考え方・視野の広がりを感じた」「悩みの芯になっている自分の特徴に気づいた」「自分との折り合いをつけることの大切さに気づいた」という意見が 15.4%で、様々な価値観の方が集まっているため、多くの育児方法や色々な考え方に触れることが自分の気づきになっていました。また、「ちょっとした気持ちの変え方で楽になった」「前向きに頑張ろうと思った」「完璧な親なんていないことが分かった」「自分のよい所に気づいた」「自信ができた」が 16.3%あり、自分の育児に肯定感を抱くことができ、認知面での変化を自覚できているようでした。さらに、NP の目標にもなっているくつろいだ雰囲気を楽しむことができる中で情報を交換し合うこともできていました（14.5%）。

そして、どのクールでも子どものことがテーマとして挙がり、子どもの発達段階に応じた育児の仕方・対応方法があることを知り、子どもの発達について理解を示し、育児の具体的な方法を知ることで日常生活でも役立ち、スキルアップに繋がったと評価していました（16.7%）。

参加者が0～5歳までの子を育てている母親のため、自分の子どもより月齢の高い子を育てている先輩ママの話を聴く機会にもなり、今後の子育ての起こりうる問題や子どもの成長の見通しができるようになっていました。

話すこと・聞くことで自分の気持ちが整理され、グループ内で共感が起こり、相互サポートの関係が出来つつありました（12.6%）。

わずかですが、心配になった・困惑した・反省したという内容（1.5%）と、居心地の悪さを感じたという感想（0.2%）もありました。

### ③ 考察

この NP 実施の効果としては以下の内容があげられ、自己肯定感が向上し、孤立感が軽減され、虐待予備軍の減少が図られたと考えられます。

#### 1) 自分を見つめなおし視野を広げることで、今の自分でよいと気づき、前向きに受け止める

→自己肯定感の回復

- ・参加者の子育てについての不安や悩みが軽減
- ・母親同士がグループで話し合い支え合うことで、参加者のそれぞれの価値観や子育て観を知り、自分の子育てについて振り返りや気づきができていました
- ・グループで安心して共に学びあうことによって、それぞれが抱えている問題の解決方法をみつけることができていました
- ・また、先輩ママの話を聞く中で、子どもの発達段階でも問題等を見通すことができているため、不安感が軽減

#### 2) 参加者の孤立感の軽減

→グループの形成

- ・セルフグループ（仲間作り）を育成することができ、安心して自分の不安や悩みを吐き出せる場となり、孤立感が軽減していました

#### 3) 心身ともにリラックス

→育児負担感の軽減

- ・自分の思いや悩みを吐き出すことで、リラックスし心に余裕ができていました
- ・さらに、その余裕が次のセッションまでの力となり、前向きな子育てや夫とのよい関係を維持することができていました

#### 4) セルフヘルプグループへの成長

- ・NP 参加者は NP 終了後も各グループで集まり、グループ内で情報交換や自分の思いなどを共有してもらうことでグループが成長し成熟してきている様子が窺えました

#### 5) 託児室に子どもを預ける

- ・初めて子どもを預ける方には、保育者に任せる経験をすることができました。
- ・託児により子どもが成長し、母もその姿を見て安心することができました。
- ・短時間でも子どもと離れることで母のストレス解消にもつながっていました。

- ・託児についてのアンケートでは、非常によかった86.1%、まあまあよかった5.5%、無回答8.4%で、よかったという評価が91%以上でした。
- ・主催団体に参加していた方からは「顔見知りの託児者に預けることができ安心して安心だった」という記述もありました。

#### ④ 課題

セルフグループが形成され、互いをサポートする体制ができつつある中で、グループ内での成熟度が各グループによりばらつきがある現状が課題として考えられます。ファシリテーターの最終目標が、各グループが成熟することであるため、再会NP（追加のNP）が必要です。そして、終了後のグループ相互作用に任せてしまうのではなく、時折状況を聞き、必要性があれば介入したり保健機関につなげたりするフォローが必要になると思われます。

NPは公募での募集で、来場できる人を対象としており、アウトリーチ性はありません。

#### ⑤ 波及効果

##### ① NP-Japan 認定ファシリテーターの誕生

- ・この事業にて、NP-Japan 認定ファシリテーターが3名誕生したことにより、ファシリテーターのスキルアップにつながりました。

##### ② ママスタッフ活用の相互作用、及びママスタッフの自信へ

- ・ママスタッフとして起用した結果、そのママの良いところを認めるような声かけやサポートをすることができました。また他の子どもの遊び方を見たり、自分の子どもと遊ばせたりすることが母親としての経験にもなっているようでした。さらに、自分自身が必要とされ、役に立ったという実感から、子育てへの自信やエンパワメントへつながった様子がみられました。
- ・ママスタッフの起用で保育者数が充実し、参加者や対象児には好評でした。
- ・また夏休みには保育スタッフの小学5年生が加わって、幼児と仲よく遊び、幼児たちも慕っていました。思春期前に乳幼児と関わる体験にもつながっていました。

##### ③ 参加者により NP 宣伝効果（口コミ効果）

- ・参加者の満足度により、広報が口コミとなり最終クールまで参加人数を確保することができました。

##### ④ 行政への働きかけ

- ・保健機関各所へチラシを置かせてもらいNPを周知することになりました。
- ・岡山市の子育てサイトにチラシを掲載してもらいました。

##### ⑤ NP おかやまスマイルピーチとの協力体制

- ・メーリングリストでの呼びかけを行うことで広報につながりました。
- ・岡山市でのノーバディーズ・パーフェクト開催の場として基盤が作れました。

##### ⑥ 主催団体のイベント参加への促進

- ・NP参加者がグループを形成し、再会できる場として主催団体のイベントへ参加することがありました。

#### ⑥ 今後の展望

- ・主催団体の中でも参加者からNPという言葉がよく聞かれるようになり、その評判から参加者以外

からも受講してみたいという要望が出ているので、来年度以降も継続して開催していければと思っています。

- 各グループにおいて成熟度のばらつきがあることや 6 回では話しきれないという要望には、5 クールの全受講者同士が交流し、新たな関係を構築できるような会を企画する見込みです。(再会NPとして今年度参加者を対象とした追加の NP や実母との関係が悪かった方同志の NP の開催を行っていきます)
- NPプログラムだけでは対応できない個人的な問題に対して、個別に対応できるようなカウンセリングや電話・メール相談の体制を今後は整えていくことを検討しています。
- 来場できない新生児期やまだ小さいお子さんをお持ちのお母さん方には訪問による支援なども考えていければと考えています。