

### 甲州市地域子育て支援センターあっぷっぷ（甲州市委託事業）

支援センターで常勤する中の願いは「親子で孤立しないで楽しく子育てができる環境を提供出来ればいいな」です。

利用者さんの「子育ての取り組み方や思い」はまちまち。反面ネットの子育ての情報過多は、親の選択肢を増やす片方で、消化不良のまま親が振り回されるようにも。昔なら親に訊けたことを訊かない様子も伺えるのは、今の時代特有かもしれません。

支援センターはママ達の不安に「子育ての答えは一つじゃない！大丈夫よ！」と直接伝えられる場所。ママたちと対面・双方向での活きた情報のやり取りがネット情報の良否や微調整に繋がります。「子どもと一緒に居られてよかった」「子育てっていいこと」「子育て楽しかった」と言ってくれると嬉しいなと思います。

### 一時預かり「あっぷるはうす」（甲州市補助事業）

「あっぷるはうす」のモットーは、家庭と同じ環境づくりです。1人1人の個性を大切に保育を行っています。仕事や用事だけでなく、気軽にママのリフレッシュのためにも安心して活用してほしいと思っています。「泣かせてまで預けるなんて」の声も分かります。でも核家族化の今、孫を預かってくれる祖父母は遠い存在です。ワンオペ育児で余暇もなくストレスがたまる一方のママたちが、ほんのちょっとだけ一時預かりを使うことで少し楽になれるなら・・・という気持ちで預かっています。だから、理由は一切問いません。

ママたちの中には、孤独な子育てで誰にも相談できない悩みを抱え続ける人もいます。一時預かりのスタッフは、子どもとの距離を縮めることで、ママとの関係性も縮まり、相談しやすい環境を提供できることを願っています。

### 過去の協働事業・講師派遣

「すてっぷ・あっぷる」では、様々な団体と協働した活動や、様々なイベントに幅広く講師派遣・託児スタッフ派遣を行っています。

子育て支援は、官・民・企業の枠を超えて縦に横に様々な団体と柔軟につながっていくことが重要だと考えています。

### 2018年度

- ・山梨市妊婦学級 マタニティピクス
- ・山梨市子育て応援学級 親子遊び
- ・甲州市こどもフェスタ
- ・御坂町 保育祭
- ・甲州市・山梨市小学校就学児健診親学習講座
- ・双葉幼稚園 子育て講座
- ・YSK-ecom イクメン講座
- ・甲州市マランサーズ新しい働き方講座 託児



### 親学習出前講座（文部科学省 峡東家庭教育支援チーム）

平成20年度に始まった文部科学省の家庭教育基盤形成事業を継続して、様々な学校や幼稚園、保育園、企業などで親学習の講座やワークショップを開催しています。子育てについて悩みはいっぱいある、話も聞きたい、けれど忙しくて時間が取れない、講演会などに出かけて行くのはハードルが高い、そういう保護者の声を受けて、保護者が集まる場所に出向いて行って講座を行います。2018年度は、YSK e-comで初のイクメン講座も開催しました。

東山梨では、就学児健診の際に行う「学校に上がる前に家庭でできる準備」という内容の講座を多くの小学校で継続して行わせて頂いています。子どもの年齢が大きくなるにつれて悩みは複雑になっていくのに、相談する窓口は少なく敷居も高くなっていくのが現状です。気軽に入れる玄関のように、悩みを抱える保護者が孤立しない手助けになりたいと願っています。

### 2019年度 特に力を入れていきたい事業

#### フレマタニティ支援

##### 妊産婦支援

- ・マタニティピクス、マタニティストレッチ

働く女性が多数派の今、出産直前まで働き、出産と同時に「孤独な育児」に疲れ果てるママが驚くほど多い、と感じています。私たちは、多くの妊婦や産後のママたちと関わるうち、これが原因では？と思われる共通項に気づきました。

- ・妊娠出産に関する知識が少ない

- ・少子高齢化による子育てコミュニティの少なさ

妊娠出産は嬉しいと同時に、簡単なことではありません。不安で押しつぶされそうなマタニティライフ、苦痛でしかないお産にならないために、知識とからだづくりを学ぶとともに、助産師や、妊産婦同士の交流の機会を作ることで、プレママ時代から子育ての友人づくりや、支援センターの利用を経験して、出産後にも支援につながりやすくする準備期間としての効果も得られると考えています。

##### 妊活支援

妊活支援では、妊娠しやすいからだづくりへの体質改善を中心とした支援を行っています。少子化の影に見られる「不妊・不育」の悩みは、昔と今では女性の体そのものの変化していることもあるのでは？と言われていています。明確な原因は不明ですが、多くの女性が生理不順、冷え、肩こり、腰痛頭痛に悩まされていたり、行き過ぎたダイエットブームに流されていたりして、自分自身の体の状態を把握できなくなっています。背景には現代社会の抱える運動不足もあるのでしょうか。

自立した納得できるお産を経て、妊娠出産が人生の大きな経験になり、女性としてよりよい人生を送っていく手助けをしていきたいと願っています。

#### 託児付ママリフレッシュ講座

主に乳幼児を持つママを対象に、エアロピクスやバランスボールエクササイズなどの運動系プログラム、食育講座、趣味の講座、子育て講座などを託児付で行っています。子どもといっしょに過ごすことは楽しい、けれどちょっとだけ自分の時間もほしい、というママの気持ちは決してわがままではありません。短い時間でも子どもと離れてリフレッシュすることで、また新鮮な気持ちで子どもに向き合う心の余裕が生まれます。子どもを預けることに不安を感じていても、講座の短時間なら気軽にチャレンジできるというメリットもあります。

#### 小学生企画

今、小学生を取り巻く環境や家庭の問題の色々複雑になっています。画一的な教育で苦しい思いをしている子どもたちも少なくありません。それぞれの興味・関心や特性に合わせてのびのびと学びや交流の場を提供してあげたい、そんな思いからこの活動を行っています。中・高生のボランティアの参加も増え、異年齢交流ともなっています。月に2回のキッズダンス、長期休み中の様々な企画の参加者はだんだん増えて嬉しい悲鳴です。支援者の安定的確保と保護者や子どもたちのニーズに合わせた企画の検討が今後一層求められると考えます。

#### 中学・高校生 赤ちゃん抱っこ体験・ボランティア体験

将来、保育士や看護師・助産師、教員など子どもに関わる仕事をしたいと思っても実際に身近に子どもがないという現状の中で、体験学習に勝るものはありません。ぜひ学生にそうした場を提供してあげたいと始めたこの活動も、ここ1、2年で大きな広がりを見せてきました。自分の進路を決める大切な時期に、目標に向かってモチベーションを高め、何か一つでも大切なものを見つけてほしいと願っています。

