

1 ママカフェ（ワークショップ）の取組

各会場 10:00-11:30 に実施
8/8 磯部子育て支援センター
9/12 志摩子育て支援センター
10/2 浜島子育て支援センター
11/2 志摩市保健センター



2 ワークショップの様子(平均参加者5名)

目的・・・子育て中の不安や悩みなどを軽減し、楽しんで子育てできる保護者が増えるとともに地域の育児力の向上を目的とする。

スタッフ・・・全体進行役(志摩市職員、県職員)、グループ進行役(志摩市職員)
託児ボランティア有(志摩市母子保健推進員)

活動の流れ(90分)

- ① あいさつ・オリエンテーション(5分)
- ② アイスブレイキング(20分)・・・四角三角、すりすりトントン、後出しじゃんけんなど子どもとも遊べる内容で参加者の気持ちをほぐす
- ③ グループワーク(50分)・・・自己紹介の後「うちの子は〇〇です。」をテーマにスマイルワークを活用し、情報交換や話し合いを進める。
- ④ 質問タイム(15分)・・・子育てに関する疑問等を保健師や栄養士等に質問する。

【参加者の感想】

- ・自分だけではないんだと思え、心が軽くなりました。悩んでいたことが解決できてよかったです。
- ・みんなの意見がすごく前向き。子どもの良さを話してくれたので、自分もそうありたいと思いました。

3 スタッフの感想(振り返りや今後に向けて)

○参加者同士で、お互いを認め合うような声掛けも出ており、ピア効果が得られ、自分の子育てを振り返る機会にはなったと思う。

○事業終了後、その場に残って話をする人やLINEを交換する保護者がいたり、他の保護者との継続した交流につながる人もみられた。

○実施場所を子育て支援センターでも行い、参加しやすい工夫を行ったが、託児を実施し多くのスタッフを費やしているにもかかわらず、参加者数が少ない状況であり、費用対効果は良いとはいえない。

○グループワークや質疑応答で聞かれる質問等は、乳幼児相談で対応したり、子育て支援センターへ出向いて出前教室として情報提供していくことは可能であるため、今後は母親たちが自然に集まり、情報交換などを実施している子育て支援センターや育児サークルにおいて、ママカフェの手法を使ったグループワークを実施していけると、自然な流れで気負いせず参加できるのではないかと考える。