

あなたをひとりにしない・させない！

子育て応援電話

ママパパライン[®]



子育て中の悩みや不安

何でも話せる

子育て応援電話です

全国キャンペーン 2010

2010年2月1日（月）～2月6日（土）

■ママパパラインとは

子育て中の親・養育者の悩みや不安に耳を傾け、共感的に聴く専用電話です。子育て中の孤立感や、周囲には言えない悩みは、じっくり話を聴いてもらい、行き場の無い気持ち受け止めてもらうことで、少し気持ちがラクになり、前向きな気持ちになれることが多いものです。子育て中の方の気持ちを支援することで、過剰なストレスが子どもに向かう虐待や育児放棄を防止する効果があります。

電話の受け手は、専門の研修を受けた市民ボランティアです。気のおけない身内か近所の先輩ママのように、温かく電話を受けます。

匿名で、子どものことに限らず、自分自身のことなども話して良い電話です。専門家の相談とは違い、分析やアドバイス、指導をするものではありません。民間団体の気楽な電話なので、どこにかけてよいかわからないようなことや、ただ愚痴や不安を話して聴いてもらいたいということでも良いのです。

詰まっている重い気持ちや不安を、十分話して聴いてもらえたかけ手は、気持ちが軽くなり、自ら持っている解決への力を取り戻します（レジリアンシー）。ママパパラインは、傾聴によるエンパワメントなのです。



■2009年のキャンペーンでは

全国の6ヶ所5日間で、約100本、43時間の電話がありました。

ママ・パパ・祖母から、乳幼児だけでなく、小中学生の子どものことなど、幅広い内容でした。子どものことだけでなく、親自身の仕事や人間関係などの悩みや不安も多く、特に誰も話せる相手がない場合に、ひとりで深刻に考えて行き詰まり、イライラや不安を子どもに向けてしまうことも多いようです。

最初は怒りや泣き声であったかけ手の声が、たくさん話して温かく受けとめられるうちに徐々に落ちついた明るい声に変わり、約80%は満足したように感じています。

問題に共通するのは母親たちの孤立であり、「ママパパライン」の必要性が改めて確認できました。

今後も「ママパパライン」の常設・キャンペーン実施や開設支援等を通して、子どもたちの健やかな成長のために、母親たちの一助となることをめざしていきます。

■ママパパラインの仕組み

役割分担したボランティアのチームです。

受け手：市民ボランティアとして電話を受けます。

支え手：受け手が安心して電話できるよう支えます。

アドバイザー：カウンセラーや医師など、専門家がバックアップします。

その他、広報や渉外などのスタッフ、地域の行政機関や専門機関との連携、全国のママパパライン実施団体のネットワークなどに支えられています。

■経緯・実績

2002年に東京で初めて開設されました。

それ以降、全国で常設団体が少しずつ進んでいます。

賛同団体の全国キャンペーンも毎年開催されています。

2002年 2月 東京都内で初めての開催

2003年 10月 全国8箇所で開催

2005年 2月 千葉・仙台・東京で開催

2006年 4月 千葉市で週1回常設開始

2007年 2月 全国6箇所で開催

2007年 3月 仙台市で週1回常設開始

2008年 2月 全国6箇所で開催

2008年 3月 「ママパパライン」の商標取得

2008年 4月 東京都で月1回常設開始

2008年 10月 和歌山市で週1回常設開始

2009年 2月 全国6箇所で開催

2009年 4月 名古屋市で週1回常設開始

ママパパの声

夜、ねてくれなくて 私が泣いてしまうんです

● 子どものこと ●

- ・母乳をやめさせたいけど、泣き喚いてうまくいかず疲れ果ててしまった。
- ・上の子が下の子をいじめる。私の育て方が悪かったのかと悲しい。
- ・言うことをきかない子どもの顔を見ると、吐き気がする。
- ・発達障害と診断され、ショックを受けた。周りの子を見ると、なぜうちの子だけがと悲しくなる。
- ・外出しても動き回り、追いかけるだけで疲れてしまう。病気ではないか。
- ・離乳食を食べてくれない。姑や夫にいろいろ言われてイヤになってしまう。
- ・散歩がいいと聞いたのでさせているが、寒くてもさせていいんですか。
- ・一日中しゃべっている。いらいらして可愛いと思えなくなる。
- ・夜泣きで困っている。何をしてもダメ。どうしたらいいか？
- ・保育園に行きたくない、いつも泣く。
- ・2人の子の育児で、気の休まる時がない。
- ・子どもが学校で仲間外れにされている。
- ・孫が競争意識がない、塾を変えたほうがいいか。
- ・子どもの言葉遣いが悪く、聞くだけで嫌になる。

● 自分のこと ●

- ・他の人は上手に子育てをしているのに自分はうまくできない。
- ・ママ友とのつきあいにもんもんとしている。
- ・子どもに怒ると歯止めがきかなそうで、怖くて怒れない。
- ・子どもと向き合うと、どうして良いかわからない。
- ・育児休暇明けだが、両立できるのか不安。
- ・子育てに自信がなく、他の子と比べてしまう。
- ・家族にも友だちにも、話し相手がいない。
- ・イライラすると、つい叩いたり、傷つくようなことを言ってしまう。
- ・ママ友が出来ない。孤独。孤立感。
- ・ゆっくり寝られなくて、疲れがたまっている。
- ・昔自分がいじめにあった体験があり、幼稚園のお母さんづきあいが不安。
- ・子育てがとても大変で時々やめられないかと思う。
- ・イライラしてすぐと怒鳴ってしまう。自信がなくなり、落ち込む。
- ・子育てに疲れた。誰か代わって助けてほしい。自分の時間がほしい。
- ・うつで通院している。とにかく不安。

● 家族や地域などのこと ●

- ・夫にイライラして子どもに当たることもある。
- ・夫に相談しても、すぐケンカになる。
- ・夫の暴力で別居している。
- ・誰にも頼らず、自分ひとりでがんばっている。
- ・孫が虐待をうけているのではと心配
- ・舅が孫に甘く、しつけが気になる。
- ・地域の支援センターは、実名なので話せない
- ・保育に登録したが、発達障害で預かってもらえない。
- ・復職するのに、保育園が全部ダメだった。こんなに状況がひどいとは思わなかった。
- ・遅くまで預かってくれる保育所が近くになく、遠くまで預けにしている。

2009 キャンペーン実施結果 概要

期間 2009年2月16日(月)～20日(金)の5日間 13時～16時

着信 96件 通話時間 42時間50分 平均 26.7分

主催 特定非営利活動法人子どもNPO・子ども劇場全国センター

共催・実施 全国6ヶ所のママパパライン

全国ネットワーク推進会議 主催者・実施共催団体代表、有識者のアドバイザーで構成

後援 厚生労働省(全国)、北海道、石狩市、宮城県、仙台市、千葉県、千葉市、東京都、江東区、愛知県、名古屋市、和歌山県、和歌山市、他各地の支援団体

広報 電話カード・ポスターの配布、新聞、インターネットなどへの告知

受け手ボランティア研修

各地で、受け手養成のための研修を実施しています。

カリキュラム例

●今なぜ子育て支援が必要か

～ママパパラインとは～

地域のママパパラインスタッフ

●子育てと養育者の現状

～なぜ親が子を虐待するのか～

子どもの虐待防止センター理事 広岡智子

●乳幼児の発達

～発達成長と子育ての悩み～

地域の小児科医、助産師、保健士など

●自分を知るワーク

～掛け手と向き合うために～

カウンセラー 西田葉子

●傾聴とは

～受容と共感のワーク～

カウンセラー 西田葉子

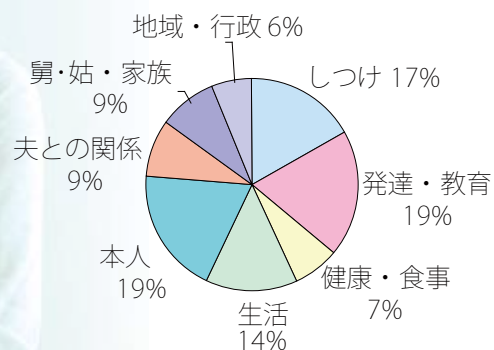
●まとめと実践

～ママパパラインの受容と共感～

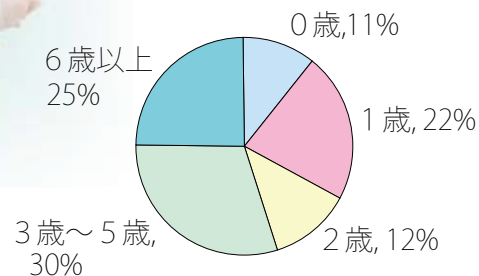
地域のママパパラインスタッフ



電話の内容



子どもの年齢



子どもたちのためにお母さんを支えること

子どもを育てる母親たちの声に耳を傾けようとする【ママパパライン】。1990年代の半ば、子ども虐待や子育てに困難を訴える母親の増加が社会問題として取り上げられるようになって以来、行政の対策も増え、あちこちに子育てサロンや母と子の遊び場や、訪問事業なども展開されるようになりました。しかし、あいかかわらず、母親の精神的ケアとなると、数字や評価にはなじまない部分があって、対策は後回しの感がぬぐえません。今や、世の中は不況の嵐、働き盛りの若い父親が失職して生活に大きな不安を抱きながらの子育てや、一方では幸せに見える母親たちが、格差社会や競争社会の名のもとに、言葉にしがたい閉塞感やフラストレーションにとらわれて、母親自身や子どもたちを追い詰めています。

子育てが楽でないことや、喜びと悩みが共にあることはいつの時代も同じでしょう。しかし、情報化社会と言われながら、今日ほど母親たちが孤立し、孤独な子育てを強いられている時代はなかったとも言われます。根本の問題が解決されなくても、悩みを話すことで心が軽くなり、ゆとりがもどってくると、不思議と子どもにやさしくなれることは、誰もが認めることです。母親や父親の内面の苦しみを「うん、うん」と誠実に聴き続ける、そんな【ママパパライン】は、人と人の絆が薄まったこんな世の中だからこそ、ささやかでも大切な人の心ががよい合う電話相談です。

社会福祉法人 子どもの虐待防止センター理事・相談員 広岡智子



実施団体

●ママパパラインほっかいどう

TEL：080-6062-4735 常設：毎週月曜（祝日除く）13時～16時

実施団体：(特) こども・コムステーション・いしかり（連絡先 0133-64-5640）

●ママパパライン仙台

TEL：022-773-9140 常設：毎週金曜日10時～16時

実施団体：(特) せんだい杜の子ども劇場（連絡先：022-375-3548）

URL：www.hi-ho.ne.jp/terra/

●ママパパラインちば

TEL：043-204-9390 常設：毎週金曜日13時～16時

実施団体：(特) 子ども劇場千葉県センター（連絡先：043-301-7262）

URL：www4.ocn.ne.jp/~kidchiba/mamapapaline

●ママパパライン東京川の手

TEL：03-3633-0415 常設：毎月第3金曜日13時～16時

実施団体：こうとう親子センター（連絡先：FAX 03-3634-4085）

URL：www.kotooyako.com/mamapapaline.htm

●ママパパラインあいち

TEL：052-203-8655

常設：21年4月より開始予定 毎月第1・3水曜日13時～16時

実施団体：(特) 名古屋おやこセンター（連絡先：052-205-8881）

URL：www4.ocn.ne.jp/~nagoyact/mamapapa/

●ママパパラインわかやま

TEL：073-432-3690 常設：毎週火曜日13時～16時

実施団体：(特) 子どもNPO 和歌山県センター（連絡先：073-432-3664）

URL：http://kodomonpo.kt.fc2.com/mamapapa.html

子どもNPO・子ども劇場全国センターについて

「子どもNPO・子ども劇場全国センター」は、子どもと大人のパートナーシップで、子どもたちが、夢と希望を持てる社会をめざす、民間の非営利法人です。

子どもたちの様々な遊びや芸術体験、社会参画の企画や、子育て支援を通じ、子どもも大人も豊かに育つ、子どもの生活文化環境や市民社会づくりの基盤整備に貢献しています。



ママパパライン®

あなたをひとりにしない・させない
「ママパパライン」全国キャンペーン 2010

改訂版 : 2010年2月1日

発行者 : 特定非営利活動法人 子どもNPO・子ども劇場全国センター

〒160-0022 東京都新宿区新宿 1-29-5 グランドメゾン新宿東 902

TEL : 03-5369-2811 FAX : 03-5369-2812

Eメール: info@kodomo-npo.org

この報告書の内容を無断で引用・転載することは固くお断りいたします