

ママ解放区プロジェクト

ママの「気持ち・時間・場所」からの解放を目的としたプロジェクト



ママ解放区プロジェクトとは・・・？

母親の「気持ち・時間・場所」からの解放を目的としたプロジェクトです。

児童館に馴染めない・孤育てに陥っている・不安を抱えている・・・
そんな乳幼児の母親に対し、自己肯定感が低下する思いを解消し、心の拠り所となるような交流の場・空間を提供・提案しています。

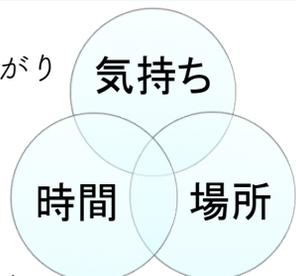
母親の気持ちに寄り添い、自分を主語にして話せる場としての「ママ解放区ツキイチ*交流会」を毎月開催。

また、母親の気持ちを理解し、お互いにサポートしあえることを目的とした「ママ解放区ファシリテーター養成講座」を実施。

このプロジェクトは、一般社団法人 ブルーミング・ママが2013年に団体として発足した当初から定期的で開催する母親交流会で、子育ての現状を訴える声から生まれました。

産後に現れる変化

- ・もやもや
- ・社会とのつながり
- ・環境の変化
- ・睡眠不足



- ・24時間使い方
- ・夜泣き
- ・離乳食・食育
- ・スケジュール管理

- ・ベビーカー
- ・泣き声
- ・電車（移動の困難さ）
- ・レストラン

新宿子育てメッセ実行委員会の取組

子ども家庭部経営会議

人材養成の取組み

研修会の実施

事業の評価・検証

家庭教育支援チーム
(新宿区子育てメッセ実行委員会)

子育て関係団体、PTA役員等

子育て中の家庭等へのアプローチ

子育て支援情報の提供及び
親子で学べる講座の実施

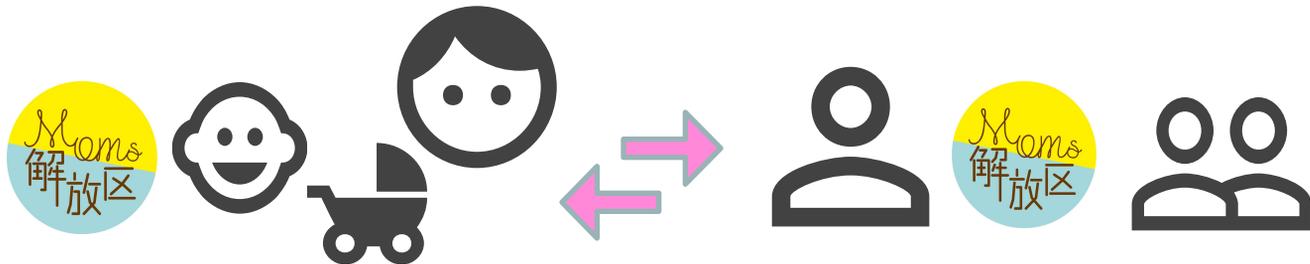
子育て支援情報の提供

新宿子育てメッセ
の開催

実行委員会の開催
ブログ等の運営



ママ解放区マークの使用法



ママが身につけている場合

ママが身につけている場合は、温かく見守ってほしい・手助けして欲しいというメッセージがほとんどです。
 駅などで、階段を登り降りするときにベビーカーと一緒に運んでもらえたり、飲食店でトイレに行きたいときなどの数分間に赤ちゃんを抱っこしてもらおうなど、とっさのサポートをしてほしい時や、声をかける勇気、サポートを受ける素直な気持ちを与えてくれます。
 例) エレベーターに乗りたい・トイレに行きたい・話を（気が済むまで）聞いてほしい

赤ちゃんと一緒に居ない方の場合 (男性・学生・既婚・未婚の方など)

赤ちゃんと一緒に居ない方が身につけている場合は、「ママ解放区のサポーターだから気楽に声をかけてね!」というメッセージだったり、「荷物運びましょうか?」などという声かけが自然にできるような後押しをしてくれるマークとして役割を發揮します。
 声をかける勇気がなくても、ママを応援しているよ。というメッセージにも!
 例) 「大丈夫ですよ。」「お先にどうぞ。」「どうしますか?」「ママも泣きたいよね。」など

パソコン・スマートフォン・手帳・カバンなど、所有物に貼っていただき、サポーターであることを示します。
 育児中のママ・パパだけでなく、おじいちゃん・おばあちゃん・学生さん・プレパパ・プレママなど、あらゆる世代の方に利用していただくことを目的としています。

カフェなどの飲食店や企業・公共交通機関や行政などでの理解を示すマークとしての利用も考えています。
 それぞれの願う「ママ解放区」にとってのコミュニケーションツールとして活用いただけることが私たちの願いです。



もし目に入るところに貼っていないとしても、持っていることがご自身にとっての意思表示の表れです。
 このような相手を思いやるコミュニケーションが生まれ、「大変だよね」「頑張ってるわね」という声かけをもらえるだけでも、閉塞的になりがちな母親の気持ちを和らげ、日々の育児疲れが軽減されることが多いからです。
 日本中で育児に奮闘するママと、その周りの人たちとの架け橋になるマークとして普及を目指しています。

ママ解放区 ツキイチ*交流会

場所：東京都新宿区
 戸塚地域センター
 時間：10時～12時（平日）

- <テーマ例>
- ・児童館に馴染めないママへ
 - ・自分のことを話しませんか?
 - ・5年後の私を教えてください
 - ・今さら生理の話しませんか?
 - ・ママのプチ起業の実態は?!



ママ解放区 ファシリテーター養成講座

身近にいるママの気持ちに寄り添い、お互いを尊重しながら、育児の大変さも楽しさも倍増するようなものになることを目的とし、母親だけでなく、むしろ母親の周りにいる家族・職場・企業・学校など、関わる全ての方達に役立つ知識を盛り込みました。

例) 実は席を譲って欲しいのではなく、電車のドア付近でベビーカーを置かせて欲しい。(周りの人の邪魔にならないように。いつも思っている)