



佐伯地域
佐藤 博子さん

佐伯地域では、年間で10人前後の訪問をしています。年々減ってきているのは寂しいですが、その分1人1人をよく見ることができず、保育園に勤めていたときに受け持っていた子が母になり、佐伯で子育てをしているところに訪問したときは、感慨深いものがあります。佐伯でも大家族は少なくなっています。子育てのことを聞く人が周りにいなくて困ったときに、すぐに頼ってもらえる存在でありたいと思っています。



大野地域
松本 順子さん

母子保健推進員（ママフレンド）と言っても、子育ての方法を押し付けるのではなく、とにかく話を聞くことを大事にしています。今と昔の子育ては違うことばかりですが、食の大切さは変わりません。大野地域では、健診のときに母子保健推進員が手作りしたおやつを振る舞っています。忙しいお母さんでも簡単に作れ、栄養満点のものを紹介しています。健診で泣いていた子が夢中で食べている姿を見ると思わず笑顔がこぼれます。

あなたの近くの ママフレンド

現在、市内で活躍しているママフレンドは55人（廿日市24人、佐伯2人、吉和1人、大野27人、宮島1人）います。赤ちゃんが生まれて4カ月経つまでにすべての家庭を訪問していますので、気軽なことを気軽に相談してください。



吉和地域
吉岡 真理さん

吉和の自然の中で子育てをしたいと他の地域から移住して来る人もいます。ママフレンドとして予防接種や病院などの情報を伝えるのはもちろん、買い物や学校のことなども聞かれることが多いです。私の子どもも吉和の内外で学校生活を送っているのですが、そちらの地域にも今後乗れるのかなと思っています。同じ地域に暮らす仲間同士、住み心地が良くなるよう、子育てを掛けたいです。



宮島地域
松原 雅子さん

宮島内では、年に5、6人訪問しています。島内は商売をしている家庭が多く、日頃からつながりができており、ママフレンドの活動もしやすいところなんです。しかし、島外から移住した人も多くなくなってきているので、ランチに誘ったり、情報を交換したりして、島内の人たちと結ぶ懸け橋になれたらと思っています。2人目・3人目の訪問に行くとき、しっかりお兄ちゃん・お姉ちゃんらしくなった姿を見られるのがうれしいです。

こんにちは、赤ちゃん！

お母さんたちの手助けになりたいとの思いで勉強会を重ね、平成19年に母子保健推進員が結成されました。より身近に感じてもらうため、名称を「ママフレンド」とし（※）、赤ちゃんが生まれたすべての家庭を訪問しています。
※大野地域は昭和43年から活動しており、名称は母子保健推進員です



写真上・毎月開催される勉強会の様子。中・手作りのおやつが配られる大野地域の健診。下・結成10周年を記念して作られたオリジナルののぼり。

— お母さんたちに訪問を受けた感想を聞きました —

ママフレンドさんとはとても明るくて気さくな人なので、とても話しやすく、心強い存在です。1人目の子育ては、何もかもが初めて経験することばかり。特に予防接種は子どもに直接関係するので、スケジュール管理などが一番不安なことでした。けれども、ママフレンドさんがいるという資料を持って来てくださり「大丈夫よー」と声を掛けてくださったので、安心して子どもと過ごす貴重な日々を楽しむことができています。

内田 洋子さん
咲奈ちゃん（6カ月）



廿日市で生まれ育つても、健診や幼稚園のことなど、子どもを授かるまで知らなかったことが多くありました。1人目のときは毎日必死だったので、離乳食の作り方や予防接種の時期などを忘れてしまっていました。日中は子どもとバイスしてくれるので、安心しています。訪問で人生の先輩に話を聞いてもらえるだけで、とてもうれしいです。

福重 侑子さん
小春ちゃん（3歳）・諒真くん（8カ月）



ママフレンド（廿日市地域）
井町 佳世子さん



子どもが小学校に上がると親も自然と地域に出て行くようになりますが、小さいうちは「周りに迷惑を掛けてしまうかも」と外出しづらく感じることもあるようです。訪問して直接話を聞くと、スマホやインターネットなどを通して数多くの情報が入ってきたり、自分の子どもとだけ向き合う時間が長かったりして「私の子育ては大丈夫かしら」と悩んでいる人が多いことがよく分かります。私が開催するサロンのほかに、子育て支援センターや児童館などママたちが情報交換できる場がたくさんあります。話してみると、意外と自分だけの悩みではないことに気付くはず。一人で抱え込まず、ママフレンドを始め、いろいろな人に相談してみてください。

何かあれば相談してください

私自身、子育ての時期は夫の転勤が多く、寂しい思いをしていました。その土地に慣れるため、子どものために「まずは私が地域でデビューしておかない」と思って地域に出て行くうちに、気軽に話ができる友達がいることに心強さを感じました。子どもたちが独立した後、3人の子どもを育てた経験をかせればと廿日市市で主任児童委員を1年間務めました。現在はママフレンドとして活動しながら、阿品市民センターで「0歳児のママのための茶話」やサロンも開催しています。ママフレンドの活動は、定期健診や子育てに関する情報を一人一人に説明することですが、まずはさまざまな機関やスタッフのサポートがあるということを知ってもらおうことが大切だと思っています。