

事例

産後の孤立をなくし、命と希望を明日へとつなげる
「赤ちゃん食堂」の取組

NPO法人 赤ちゃん食堂プロジェクトままな（神奈川県）

NPO法人赤ちゃん食堂プロジェクトままなでは、助産師や看護師、保育士をはじめ、地域の先輩ママを中心に、産後の母子と、地域・人・もの・環境をつなげ、誰もが孤立しない社会を目指して活動しています。具体的には、離乳食完了期までの乳児とその家族の「食と育児」の駆け込み寺として、離乳食を無料で提供する「赤ちゃん食堂 ままな」を運営しています。離乳食のほかにも、親向けに安価な値段で地場産野菜等を使用したワンプレートの食事を提供し、食事の最中はスタッフが子供の託児をするなど、産後の親子が孤立しない居場所づくりを行っています。

活動のきっかけとなったのは、コロナ禍により産後うつ等が増加していく中で、令和4（2022）年に産後ケアを主とした「助産院^{ままな}house」を立ち上げる際に実施したアンケート結果でした。およそ800世帯を対象に実施したアンケートでは、産後のママの悩みとして多かったのが「子供のことから少しでも離れる時間が欲しい」、次いで「誰かほかの大人に悩みを相談したい」、「体を休めたい」、「子連れでも外食したい」といった声でした。比較的行政の助産師等の目が届きやすい産後1か月まで以降、保育所に入る前までの、支援が行き届かず取り残されていることが多い2歳未満の子供を持つ親を対象に、親子で安心して過ごせる場を提供したいと思ったことから活動がスタートしました。

「赤ちゃん食堂」は予約制で、子供の月齢やそれぞれの段階に合わせた離乳食を提供しています。食物アレルギーの特定原材料を使用せず、極力シンプルな調理法で調理したメニューを提供しており、家庭でも簡単に実践しやすくしています。また、離乳食期の同じ悩みを抱える親や助産師等と話しながら、子供の心配をせずにママが食事を食べられることで、産後の悩みを打ち明けたり、気が張り詰めていた孤独な育児の時間から解放されたりと、有意義な時間に行っています。何より、育児中の親同士が実際に同じ食事を囲むことで自然と一歩踏み込んだ会話が生まれ、親同士の交流が深まるきっかけになるなど、期待していた以上に食の力を実感しています。実際に参加した方からは、「自分以外の人で作った温かいごはんを食べてありがたい」、「離乳食が進まなく悩んでいたが、ほかの子供の様子に興味を持ち、次第に食べるようになった。」といった声も聞かれ、産後の集団ケアを行う意義も感じています。

「赤ちゃん食堂」以外にも、子育て中の生活困窮世帯向けに育児用品や食品を届ける「ベビーパントリー」を行っているほか、育児の悩みを抱え危機的な状況にある親子の需要に対して受け皿となる場が圧倒的に少ないため、同様の「赤ちゃん食堂」設立を支援する取組にも力を入れています。活動に当たっては、「赤ちゃん食堂」で提供する食材を提供してくださる地元生産者や食材宅配業者をはじめ、寄附をいただける地域の方々の連携・協力が欠かせません。今後も支援が抜け落ちてしまいがちな年齢の子供を持つ家庭や困窮世帯へ支援が届くよう、活動を続けていくとともに、支援の輪を全国へと広がっていきます。



「赤ちゃん食堂」の様子



月齢に応じた乳児向けの離乳食



地場産野菜等を使用した親向けのメニュー