茨城キリスト教大学紀要第44号　25
人文科学　p.25～36

親支援プログラム“Nobody's Perfect”の実践

―民間カフェでの試みから―

中　島　美那子

キーワード：親支援，Nobody's Perfectプログラム，地域，コミュニティカフェ

Ⅰ．はじめに

今日では少子化の進行や社会状況の変化に伴う母親の密室育児化などを機に，さまざまな機関・組織が多種多様な子育て支援事業を展開している。本研究で実施した「Nobody's Perfect（完璧な親なんていない）プログラム」もまさに，就学前の子どもを育てる親のための支援プログラムである。

Nobody's Perfect（以下，NPとする）プログラムは，全国で広く実施され，実績をあげているにもかかわらず，茨城県内ではほとんど行われていない（コミュニティ・カウンセリング・センター，2010）。その要因の一つとして，NPプログラムを実施することができるNP-Japan認定ファシリテーターの資格を持つ者が県内に５名（全国1,043名／2010.3.31現在）と少数であることが挙げられよう。また，支援プログラムとしての有用性が実証されてはいても，１回に20名を限度とするプログラムであるため，費用に対する参加者数の面で積極的には取り入れにくいという点も挙げられる。しかし，虐待予防，子育てスキルの向上における効果はすでに実証されており，加えて，プログラム終了後もそれらの効果が維持することも示されている（Skrypnek,B.J., & Charchun,J.,2009）。そこで今回，茨城県内において，このNPの手法を用いた母親講座を行い，その効果について検討することとした。

またこれまでのNP講座は，自治体内の子育て支援に関連する部署，保健センターなど，行政の主催によるものがほとんどであり，それ以外の実施主体としても，福祉施設やNPO法人などが主であった。このような現状のなか，本研究におけるNPは，あえて民間のコミュニティカフェが企画・運営し，これまでのような行政主催によるものではなく，民間のカフェでNPプログラムを行う意義について分析を行った。

Ⅱ．Nobody's Perfectプログラム

１．NPプログラムとは

NP（完璧な親なんていない）プログラムとは，カナダの保健省のもとに開発された親支援プログラムである。カナダでは1980年代に広く紹介され，現在では全土にわたって実施されている。対象者は，０歳～５歳までの子どもを持ち，おもに低所得や若年，地域での孤立，子育てへの不安など，何らかの支援が必要と思われる子育て中の親である。NPの目的は，親が自分の長所に気付き，健康で幸福な子どもを育てるための方法を見出せるよう

サポートすることにある。親業（parenting）教育ではあるが，決して一つの正しい方法を教えたり，一方的な価値観を押し付けたりすることはしない。

対象とする人々，目的からもわかるように，NPは決して危機的な状況に対応するプログラムではないが，そのような状況に陥ることを回避する，いわゆる虐待予防の効果がある。

日本では，2002年にカナダよりNPテキスト翻訳版の出版許可が下り，翌年にはカナダ保健省によってNP-Japanの承認を得るに至っている。つまり，我が国でのNP講座はカナダより十数年遅れてのスタートであり，本格的に活動が始まってから現在までの歴史は浅い。とはいえ，現在では全国でNP講座が開催され，非常に高い効果をあげている（柴田，2006：谷口，2009など）。今後，有効な親支援プログラムの１つとしてさらに普及・定着していくことだろう。

２．NPの実施条件

NPは構造化されたプログラムである。表１に示すように，実施する際に満たさなければならない条件がある。

表１　NPプログラム規定（Nobody's Perfect Japan規約）

実　施　者	NP-Japan認定ファシリテーターが実施すること。 原則として，全回を通して同じファシリテーターが担当すること。
時間・回数	１回約２時間のセッションを，週１回，連続して６回以上開催すること。
参 加 人 数	10人前後。多くても20人を超えない人数で行うこと。
対　象　者	就学前の乳幼児の親であること。
保　　育	必ず保育をつけ，参加者（親）だけのグループでの実施を原則とすること。

３．セッション構造

NPが構造化されたプログラムであることは先に述べたが，それは１回毎のセッションにおいても同様であり，ある程度固定化された一連の流れがある（図１）。

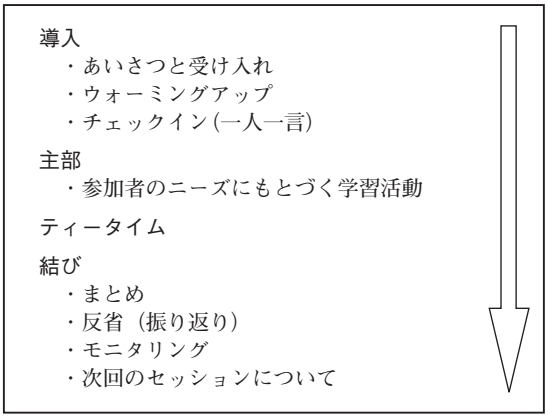

図１　１回のセッション構造（キャタノ，2002）

４．NPプログラムの特筆すべき点

すでにNPの親支援プログラムとしての独自性は述べたが，次の特徴的な手法もここに付け加えておきたい。

まずNPは，子育てのスキルを習得するプログラムであるにもかかわらず，正しい方法を教授するという手法は取らず，あくまでも個人の価値観を尊重する。プログラムを実施するのは，ファシリテーターと呼ばれるいわば進行役である。ファシリテーターは，講師や中心的話者，そしてリーダーでは

ない。あくまで参加者たちが自分自身に備わっている力を自覚できるようサポートする役割を担う。つまり参加者は，ファシリテーターのサポートのもと，子育てとは唯一正しい方法があるわけではなく，それぞれの考え方や環境によって取り得る方策が違っても良いことを知る。

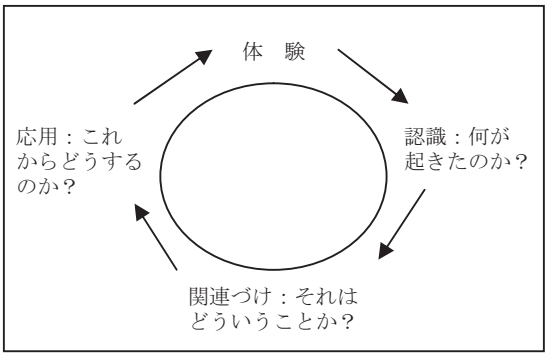

図２　体験学習サイクル

またNPにおける学びは，体験学習サイクルに基づいて考えられている。体験学習サイクルとは図２に示すように，日常自分に起こっている体験を明確に「認識」し，そのことは自分にとってどういうことなのか（どういうことだったのか）「関連づけ」，そしてこれからはどうするのがよいのか「応用」できるようにするという，個人の体験を円環のプロセスで捉え直すものである。NPプログラム参加中にこの思考プロセスが身につくことで，実際の生活のなかでの困惑する状況下においても，これまでとは異なった対応が可能となる。

最後に，NPの特徴として終了後のネットワークづくりを視野に入れている点を挙げたい。NPは，連続６回から10回程度のセッションをもったのち，終了を迎える。参加者のほとんどが，回（セッション）を重ねるごとに互いの心理的距離を縮めていく。そこでNPは，終了後も参加者たちがネットワークを築き，サポートし合える関係づくりを目指す。たとえば，プログラム終了後の関係継続に向けた具体的な方法を話し合ったり，連絡先を載せた名簿や連絡網を作成したりすることで，「その後」の関係を可能にする。

５．日本での実施状況

日本にはNPファシリテーターを養成し，NPプログラムの質を維持していく組織が３団体あり（CCC：NPO法人コミュニティ・カウンセリング・センター，KKI：NPO法人こころの子育てインターねっと関西，KRC：子育て研究リソースセンター），これらの各組織でトレーニングを積んだファシリテーターによるNPは，2008年度１年間で372プログラムに及んだ（コミュニティ・カウンセリング・センター，2010）。しかし，NPプログラム実施には地域差が大きく，東京都や大阪府，長崎県のように年に数十回実施する地域もあれば，四国４県のように全く開催されない県や，茨城県のように水戸市で１度実施されたのみの地域など，カナダでの広がりに対し，全国にくまなく浸透しているとまでは言い難い。

また，これまでの日本におけるNPプログラムは，本来の対象である支援が必要と判断される親ばかりでなく，チラシなどを見て自ら応募する親が参加者となることも多い。しかし日本の場合，ほとんどの母親が子育てに対する孤立感や閉塞感を経験している（原田，2006）ことから考えれば，どの母親にとってもNPプログラムが必要であることは言うまでもない。

Ⅲ．民間カフェにおけるNPの実際

1．実施場所

café 結＋1（かふぇゆいぷらすわん），所在地：茨城県常陸太田市

2．実施時期

第1回　2009年6月24日(水)開始
第2回　2009年10月7日(水)開始
第3回　2010年1月27日(水)開始
第4回　2010年5月26日(水)開始

いずれも，午前の2時間を使い，毎週水曜日連続6回のプログラムとした。

3．運営費用

プログラムを実施したカフェは，地域の活性化，子育て支援を志向するカフェである。開店した当初より「ピアニシモくらぶ」という子育て支援部門を展開しているが，あくまで任意団体であり，他所からの助成を受けることにより幅広い子育て支援が可能になっている。そのため，本研究におけるNPプログラムも助成を受け，特に第2回，第3回は常陸太田市からの助成であり（「常陸太田市市民提案型まちづくり事業」），自治体の理解を得ての実施となった。

4．募集方法

参加者の募集は，チラシの設置（子育て支援センター，保健センター，社会福祉協議会，生涯学習センター，カフェなど），市の広報紙や新聞への掲載，チラシの配布と説明（1歳6か月健康診査時，子育て支援センター開放時に赴き，説明）によって行った。

5．対象者

今回行ったプログラムの対象は，4回すべて0歳から2歳未満の子どもをもつ母親に限定した。これは，子どもの年齢に開きがある場合，参加者それぞれのニーズが大きく異なってしまうためである。また，より子どもが小さい時にこそ子どもとの関わり方が分からず，さらに周囲との関係を築きにくいことから，この年齢の子どもをもつ母親を対象とした。

6．保育

NPプログラム実施時には必ず保育をつけなければならない。そこで保育場所として，カフェの向かい側に位置する駄菓子屋「いもや」の奥座敷を借用した。

保育者は，保育士資格を有する子育て教室運営者，非常勤の保育士など3名に依頼した。さらには近隣の茨城キリスト教大学の保育士養成課程で学ぶ3年生，4年生も参加した。

7．倫理的配慮

NP初回時にこの会についての説明を行い，研究への協力を依頼した。その際，匿名性の確保，プライバシー保護の厳守を伝え，参加者が不利益を被らないよう注意を払うことを説明し，全４回参加者全員から承諾を得て実施した。

終了時に多くの参加者から，「むしろ，子育て中のお母さんには絶対に必要な会だから，私たちでよければどんどん宣伝や研究に使ってほしい。今後の継続の力になりたい」との声をいただいた。

8．参加者の状況

参加者の募集は，４回ともに12名を定員とした。しかし，希望者の多寡によって参加者数にばらつきが出た（表２）。

表２　参加者の詳細

実 施 者	参加人数	対象児の年齢と保育児数*
第１回	13名	２か月～１歳11か月(15名)
第２回	８名	３か月～１歳６か月(７名)
第３回	９名	６か月～１歳11か月(12名)
第４回	12名	３か月～１歳６か月(13名)

＊保育児数は，きょうだいの預かりも受けたため，参加人数より多くなった。反対に，子どもが保育所に通う参加者もいたため，参加人数より子どもの数が少ない回もあった。

9．セッション内容

NPプログラムは，初回セッションの内容がほぼ決まっている。初回は参加者同士が知り合うことを中心とするが，第２回目からのテーマを決めることも重要な事項である。テーマはファシリテーターが決めるのではなく,参加者中心に話し合いのもと決められる。

本研究では，この初回時のテーマ決定を４回行ったわけであるが，表３に示すように，多くの回で共通のテーマがあげられている。

今回のNP参加者は，子どもの第一養育者である母親がほとんどであったことから，「しつけ」は全回を通して関心のあるテーマに挙げられた。また，今日では乳幼児をもつ母親にとって，母親役割以外の自分について考えることも大事なテーマであるらしい。第２回を除く他の回すべてで自分自身の生き方について話し合われた。

表３　各セッションのテーマ

セッション*	第１回（'09.6）	第２回（'09.10）	第３回（'10.1）	第４回（'10.5）
初回	お互いに知り合う	お互いに知り合う	お互いに知り合う	お互いに知り合う
2	安全	テレビ・ビデオ	しつけ	食事・離乳食
3	早期教育	しつけ	子育ての方針	しつけ
4	しつけ・叱り方	夫との関係	義理の実家との付き合い	夫との関係
5	仕事	ママ友・地域との付き合い	自分の将来	自分の将来
最終回	まとめとネットワークづくり	まとめとネットワークづくり	まとめとネットワークづくり	まとめとネットワークづくり

＊セッションの初回と最終回のテーマは，原則として参加者が決めることはない。

10. アンケートによる評価

NPプログラムではセッションの最終回に，共通のアンケートを実施することになっている。内容はおもに記述式であるが，プログラムの評価，ファシリテーターの評価に関しては５段階のリッカート尺度を採用している。

本研究におけるプログラムの評価は表４，表５の通りである。

表４　プログラムへの評価（n=35）

全然よくなかった	あまりよくなかった	普通	まあまあよかった	非常によかった
０人	０人	０人	３人	32人

表５　ファシリテーターへの評価（n=35）

全然よくなかった	あまりよくなかった	普通	まあまあよかった	非常によかった
０人	０人	０人	３人	32人

11. 参加者の発言，アンケート記述

NPプログラムの主要部分は，参加者の提案したテーマに基づく学習活動である。その手法には，ディスカッションやロールプレイなどがあるが，いずれにしても体験学習サイクル（図２）に基づいて進められる。

全４回，42名の参加者それぞれが，育児の方法はもちろんのこと，さまざまな事柄について認識を深めていったことがセッション内での発言やアンケート記述からわかる。

(1) セッション内での参加者の発言から

① 育児に対する自信やスキルの獲得

・これまで子どもに対して「だめといったら絶対にだめ」と妥協しなかった。しかし結局怒りすぎてしまい，自分のストレスになっていた。みんなの話を聞いて，もっとしつけについて気楽に考えてみようと思った。

・みんなの話を聞いて，自分はこれまで子どもを簡単に叩いていたのだと反省した。

・育児の本は読んでいるので，知識としてはある。しかし，実際に経験した人の話を聞くと，こんなに頭に入りやすいのかとびっくりしている。

・(早期教育について話し合った次の週に)習い事を子どもが嫌々やっていないか確認した。

・毎回，学んだことを何かしら試してみようと思い，実践した。

・(子育てについて）みんなも同じようなことで悩んでいるのだと知って，安心した。

・他の参加者の「いつかは直るよ」という言葉に安心した。案外小さい悩みだったのだと気付いた。

・子育ての学校はないし，どうしてよいかわからないことが多かった。この会は自分の体験に基づいて考えられた。

・日々，考える機会がないから「今どきの母親は」と言われてしまう。こういう場があれば，みんながしっかり考えて子育てができる。

② 人間関係上のストレスの軽減

・これまで姑に遠慮して何も言えなかった。でも，前回みんなに「なぜ言わないの」といわれ，ハッとした。そこで先週末に思い切って自分の気持ちを伝えたら，あっさりと納得してくれた。「これだ」と思った。

・前回，夫のことを話して，みんなに「頑張っているね」と言われたら，それだけですっきりした。そのあとは夫に優しくなれた。

③ 自らの将来に対する再考

・改めて先のことを考えると，子どもの成長は早く，自分だけが取り残されてしまう気がしてきた。自分の将来のために，今からできることを少しずつでもしておくことが大切だと感じた。

・仕事がしたいと焦っていたが，仕事をするためには様々なこと（子どもの保育，夫との家事・育児分担，義父母の理解など）を考えなくてはならないことが分かった。冷静に計画を立てていこうと思った。

・今後，仕事を充実させたいと考える人から，専業主婦として自分の時間を大切にしたいと考えている人まで幅広い考えを聞くことができた。参考にしながら自分の人生を考えたい。

・子育てが一段落したら，ファシリテーター（筆者）のように，誰かの役に立つ活動をしてみたいと思った。

・この会のように，実際にママたちに役立つ会を自分も作りたい。

④ 自らの成長と尊重

・人前で意見を言うこと，自分の考えを伝えることの大切さを発見した。

・初めは人に聞かせる意見など言えないと思っていたが，それなりに話せる自分に自信を持った。

・自分は人づきあいが苦手で，サークルには不向きだと思っていたけれど，今回の参加で少し自信がついた。

・自分はだめだと思っていたが，自分も正解，と思えるようになった。

・これまで周囲に不満をぶつけることが多かったが，みんなの話を聞いて自分の置かれている環境を見直した。十分幸せなのだと気付いた。

・（自分の時間の作り方について話し合ったとき）私は子どもと一緒でも十分「自分の時間」と捉えることができるのだと知った。みんなの進歩的な考え方も良いが，子どもと一緒にいる時間に満足している自分も良いな，と思った。

・子育てに悩んだ経験が，次の子どもに生かされていたことに気付いた。また，ここで助言することもできた。悩んでよかったのだと実感した。

・ここに参加し，話し，そして聞くことで自分の軸づくりをしている感じだ。

⑤ 地域についての見直し

・市内でこんなに良い企画に参加できるとは思ってもみなかった。

・前から気になっていたカフェだったので，このような形で関われてうれしい。

・地域が活発じゃないと寂しい。何とかしたいと思った。

・周囲と繋がりながらの子育てって素敵だなと思った。

(2) 最終回実施のアンケート記述から　ーNPプログラム参加による変化ー

・何事も客観的に見ることが多くなった。
・子どもに対して感情的になることが少なくなった。
・物事の起こる原因を考えるようになった。
・一つのことに対していろいろな見方ができるようになった。
・物事をプラスに考えられるようになった。
・みんなと話して，いろいろ考えることによって，自分に余裕が出てきた。
・もやもやした気持ちを整理し，新しい行動を起こす方法を教わった。
・忙しい日々に流されず，自分を振り返る時間を持つことの大切さを知った。
・母親が自分の時間をもつことに罪の意識を感じていたけれど，そうではないと知り，変わっていけそう。
・気持ちが軽くなり余裕ができると，良いことに目が向くことを知った。実際にそうなった。
・体調がよくなった。

Ⅳ．考察

1．全般的効果

繰り返しになるが，NPプログラムの特徴は，個人の価値観を尊重し，ただのおしゃべりに終始するのではなく，体験学習サイクルに沿って行われる点である。

どんなに良い思想や理論であっても，一方的に押し付けたものはそれぞれの意識や行動に影響を与えにくい。同様の環境にある他者の考えを聞き，自分の思考や行動を振り返り，納得して初めて変化を導く様子が，本研究の参加者たちに認められた。

さらには，人間関係に苦手意識を持つ人，他県から越してきたばかりで孤立感を感じていた人，自分の子育てや行動に自信のない人などが，それぞれに課題を克服していく姿がみられた。まさに本音の話し合いの中で，参加者同士がサポートしあう関係を形成し，そのなかで自己信頼を獲得するプロセスがあった。

2．少子高齢化の進む地域での実施における効果

今回，１歳未満の子どもを連れて参加する母親が目立った。子育て世代の減少する地域では，近所に同年齢の子どもを育てる家庭がないことは珍しいことではない。また，夫の実家での同居や近所に夫の実家があることの多い地域ではあるが，義父母に対して育児について気軽に相談したり，頼ったりすることは少なく，むしろ非常に遠慮していることが今回の参加者たちのディスカッションから浮かび上がった。このような子育て環境であるからこそ，出産後間もない母親が「孤育て」にならないための，我が子と近い年齢や月齢の子どものいる母親との関わりの場，より良い子育てを知る場としてNPは最適であろう。

キャタノ（2002）によれば，NPプログラムを経験した者たちの間には，親同士のつきあいや信頼関係が生まれ，サポート・ネットワークへと進展し，それがどんどん地域のなかに広がっていくという。今回の実践においても，地域に信頼できる仲間ができ，安心できる場所を得たことで，常陸太田市に暮らすことに対して肯定的な印象をもった参加者や，

隣の市からの移動を考える参加者もいた。また，今回の経験が非常に有益であったため，自分も今後のNP活動の一助になればと申し出る参加者もあり，地域の輪が徐々に広がっていくことを予感させる。

今後の詳細な分析を待たなければならないが，谷口（2009）はNP終了者がその後妊娠をするケースが非常に多いことから，NPプログラムが少子化対策に寄与する可能性について示唆する。実際に参加者からも，「出産した母親が全員この講座を受けられるようにすれば，子育てに対する不安がなくなって，また産もうという気持ちになるのに」という発言があった。

3．民間のカフェで行う意義

今回，多くの参加者から「これまで，子育て講座などの企画は公民館などの施設で催されることがほとんどであった。このようなおしゃれなカフェで，優雅にお茶をのみながら参加できるというのは，とても贅沢である」という感想があがった。子どもと離れて自分の時間を持つということだけでも充電にはなるであろうが，その環境がさらに満足できる状況にあるということは重要である。「贅沢な時間」をもった参加者の多くが，2時間後の再会時に，自分と離れて頑張ってくれた我が子をより愛おしく感じ，感謝の気持ちさえ持ったと述べている。

カフェで行う意義は，実施の期間だけではなく，むしろ終了後にあることが見出された。前述したように，本会場は地域の活性化，子育て支援を志向するカフェであることから，地域の人々とさまざまな形でかかわることを試みている。終了した参加者たちはそのようなカフェを上手に利用する。

たとえば，これまで自分の時間を作ることに罪悪感を持ち，それがストレスになっていたある参加者は，NPへの参加で考えを改め，家族に子どもを託して息抜きにやってくる。また，NPで知り合った仲間数人で連れ添い，子どもとともに参加できるストレッチ講座や「野菜を楽しむ会」，「絵本であそぼ」などのカフェでの催しへの参加を楽しむ。そして同様の趣味を持つことが分かった参加者2名は，カフェを会場に自ら講座を開いた。

ファシリテーターの役割として，NPの場は安心・安全な場として機能するよう努めることになっているため，どのような会場であっても参加者たちはその場に親近感を覚えることであろう。しかし，終了後もさまざまな形で利用でき，自分の気の向くときに来ることができる敷居の低さは，民間のカフェの利点である。

この利用のしやすさという点においてはスタッフの尽力も大きい。なぜなら，筆者はファシリテーターとしてかかわったが，普段カフェには勤務していない。そこで，日常勤務するスタッフはできるだけNP参加者の顔を覚え，終了後も参加者たちが安心できる場としてカフェを維持していくことに努めている。実際にこれまで多くのプログラム終了者が来店し，スタッフと言葉を交わし，時には子育てや将来についての相談をしていく。

4．課題

民間のカフェが実施する利点については上で述べたが，いくつか課題も明らかになった。

(1) 連携

本来NPは，支援を要する親に向けたプログラムであることから，民間での対応の範囲を超え，他所との連携を必要とする状況が起こることがある。そのような状況に備える意味においては，行政がプログラムを行うことが望ましい。行政が実施することで複数の社会資源（保健所，児童館，保育所等）がネットワークを作りやすいという指摘もある（岸田・井上・田村，2009）。しかし，NPOや任意団体がさまざまな支援活動に着手し，その活躍の場を広げる今，行政間で築いてきたネットワークに，市民団体が加わることは当然のことであり，すでにその時期に来ているとも言えよう。今回会場となったカフェは，地域の活性化，人々の交流などを目的とするカフェであり，子育て中の親にとって気軽に利用することのできる場である。NPプログラム実施における行政との連携が参加者にとって有益であることは言うまでもない。今後さらなる行政の理解を求め，積極的に連携体制を整えていかねばならない。

(2) 参加者の募集

今回，一定の参加人数を確保するためには，地道な継続を要することが明らかになった。企画当初，募集方法を広くすることで多くの希望者があると考えていた。しかし，第1回目は12人定員のところ15名の応募があったものの，第2回目，第3回目については締切り間際になってもほとんど応募がなく，開催も危ぶまれる事態となった。一方，第4回目においては，初めて市の広報紙を活用したこと，地方紙である茨城新聞の取材を受け，紙面に掲載されたこと（『茨城新聞』2010.2.10 朝刊A版），また第1回目から第3回目までの参加者による周囲への宣伝から徐々に認知され始めたことなどが奏功し，多くの申込みがあった。

情報がチラシや広報紙などを通して対象者たちの目に触れる機会が多くなることで，地域の中に浸透していく。さらにはプログラムを地道に継続していくことで参加者が増え，NPに対する理解も徐々に広まることであろう。

(3) 財政的基盤の脆弱性

多くのNPOや任意団体が何らかの事業を展開する際，もっとも大きな課題として，財政的基盤の弱さが挙げられている（金森・金子・小沼・大嶋，2009）。北村（2009）は，多くのコミュニティカフェが経営面での厳しさを抱える点を述べつつ，本来カフェのもつ子育て中の母親と地域の子育て資源を結びつける役割や，地域社会にさまざまな「つながり」を生みだす効果に対して，もっと正当な評価がなされるべきだと指摘する。また，それらは単なる経済的関係以上の結びつきをもたらす，新たな架け橋であるという。

今回のNPプログラム実施においても，資金面でのカフェの自立は難しく，経済的援助を受けた。しかし現段階で，今後も確実に援助を受けられるという見通しは立っていない。今後のNPプログラムの継続のため，ひいては子育て中の親が地域社会で繋がっていくためにこの課題の克服は喫緊の要事である。

5．さいごに

母親，あるいは家族だけで子どもを育てることを見直し，社会全体で子育てに取り組もうと尽力する機関・組織は，官・民を問わず数多くある。しかし，ここ十年ほどの間に

「子育て支援」という言葉が社会に浸透した一方で，「周りの者が手取り足取り親の世話をすることで，子育て力が育たない」「親を甘やかすことになる」とする「子育て支援不要論」ともいえる声も聞こえてくるようになった（大日向，2005）。

ある参加者が「教えてもらっていない，あるいは見たことがないことは，たとえそれが子育てであっても，できないものはできない」と漏らしていた。子育て支援とは，「一方的に支援してあげる―してもらうの関係ではなく，保護者・地域の人々・関係者がコミュニケーションを通して，子育ての主体として育ちあえるように支えあうことだ」（山本，2009，p.231）とするなら，NPはまさに現代のニーズに合致する子育て支援であるといえる。

自ら考え，力をつけていく参加者主導型，成長型であるNPは，その場だけの支援ではなく，終了後の子育てにも影響を与える（Skrypnek,B.J.,&Charchun,J.,2009）。

本研究において，少子化の進む地域，そして民間がNPに取り組む意義は大きいことが見出された。今後もNPプログラム実施における課題を克服し，地道に継続していかなければならない。

引用文献

コミュニティ・カウンセリング・センター.（2010）．第３回親教育支援プログラム“Nobody's Perfect”完璧な親なんていないフォーラム地域に広がるファシリテーション力を高めよう．特定非営利活動法人コミュニティ・カウンセリング・センター

ジャニス・ウッド・キャタノ.（2002）．親教育プログラムのすすめ方.（三沢直子，監修・杉田真・門脇陽子・幾島幸子，訳）．ひとなる書房.

原田正文.（2006）．子育ての変貌と次世代育成支援－兵庫レポートにみる子育て現場と子ども虐待予防．名古屋大学出版会

金森三枝・金子恵美・小沼肇・大嶋恭二.（2009）．地域子育て支援拠点の運営・活動に関する研究－３年間の地域子育て支援拠点への調査研究からみる支援のあり方－．全国保育士養成協議会第48回研究大会論文集

岸田泰子・井上幸代・田村毅.（2009）．太子町における親支援プログラムNobody's Perfectの展開．甲南女子大学研究紀要看護学・リハビリテーション学編．2．119－128

北村安樹子.（2007）．『つながり』を生む，商店街の子育て支援カフェ．第一生命経済研究所ライフデザイン研究本部（編）．Life design report. 182. 35－37

大日向雅美.（2005）．「子育て支援が親をダメにする」なんて言わせない．岩波書店.

柴田俊一.（2006）．親支援プログラムNobody's Perfectの短期的効果について．子どもの虐待とネグレクト．8（1）．114－118.

Skrypnek,B.J.,&Charchun,J.(2009). *An Evaluation of the Nobody's Perfect Parenting Program*. Canadian Association of Family Resource Program(FRP Canada).

谷口るり子.（2009）．親支援プログラム「Nobody's Perfect（NP）」の効果について．沖縄の小児保健．36．42－45.

山本理絵.（2009）．子育て支援を地域からどう創るか－ネットワーク形成論．浅井春夫・丸山美和子（編）．保育の理論と実践講座第３巻　子ども・家族の実態と子育て支援―保育ニーズをどう捉えるか．新日本出版社.

The Practice of the Nobody's Perfect Parenting Program : In the Trial of a Privately Owned Café

Minako Nakajima

This study investigates into the effect of the Nobody's Perfect program to be held at a café. This program was practiced for mothers that had infants, 4 times from May 2009 through June 2010.

Nobody's Perfect (NP) is a parenting education and support program for parents of children from birth to age five. It was developed by Health Canada and introduced nationally in 1987. NP is offered by a trained facilitator, or co-facilitators, to small groups of parents in weekly sessions over a six to ten week period.

It has been practiced in Japan since 2004. It was held 372 times during 2008 throughout Japan.

Most NP programs have been carried out by local administrative organizations. Therefore this study used the staffs of the café to plan and carry out the NP program.

As a result, participants of NP had self-confidence and developed the skills on childcare. In addition, it became easy for them to come and use the café's galleries and extra rooms after closing the program. It shows that it is easy for them to make networks.