

第5回 両親学級を開催

2025年12月7日(日)、5回目の両親学級を開催。「産後ママの心と身体を守るストレスケアのお話」を日本ストレスリーディングケア協会 上級講師の鶴田千秋^{とみた}さまからお話いただきました。「ママの休息」が家族にとって重要であるというお話や、県内で利用できる公的・民間の産後ケアサービスについて具体的に教えていただきました。参加者からは、「ママだけでなく、パパのメンタルケアも大切だと感じた」などの声が寄せられました。



免疫力を高める食事相談会

12月8日(月)、森永乳業株式会社さまをお招きし「免疫力を高める食事相談会」を開催。腸に着目した健康管理を学びました。「第二の心臓」とも言われている腸ですが、腸に良い食事を手軽に摂れる方法を教えていただきました。家族の健康管理に気を配るママさんたちから好評でした。MaRUでは、子育て世帯が関心のあるテーマについて、楽しいレクリエーションや興味深い講話などを通して、よりよい情報をお届けしています。



毎年恒例☆ぽぼらすクリスマス会！

今回のクリスマス会は、12月20日(土)・21日(日)の2日間にわたり、合わせて39組(110名)の親子さんに参加いただきました。スタッフ手作りの大型パズルやチーム別での玉入れ対決、保育士チームによるマジックショー、合奏やお歌で大盛り上がり。3名のパパさんにサンタクロースを演じていただき、笑顔がたくさん。NHK歳末助け合い助成事業として宮城県共同募金会さまからの助成金によって、参加者の皆さまへ絵本をプレゼントさせていただきました。



イヤイヤ期のねんね相談会

1月22日(木)、あかちゃんと家族のためのねんね相談『GuuMin』睡眠コンサルタントの只野みずほ先生による、「イヤイヤ期のねんね相談会」を行いました。1歳半～2歳児の生活のリズム・睡眠の仕組みについて発達心理学・脳科学の視点からお話いただきました。「イヤイヤ期の対応に悩んでいる」というママたちの悩みに寄り添い、一人ひとりに丁寧に答えいただきました。今後も子育てのお悩み解決につながる講座を開催する予定です。



感性を育む花育ワークショップ

1月25日(日)、2～4歳児を対象に、花育士でアトリエジェルメーブルの清水さまをお招きし「花育ワークショップ～こどもの感性を育む春のフラワーアレンジメント作り」を開催。子どもたち一人ひとりが個性や感性を発揮し、自分で考え創り上げる楽しさを感じられたようです。パパやママと一緒にアレンジメントを完成させると、とても満足気な表情。4年目を迎え、オープン当時赤ちゃんだった子どもたちが日々成長。今後も2～4歳児の親子が楽しめる機会を提供して参ります。



3名の先生が仲間に加わりました!

MaRUでは、みきな先生の産休育休に伴い、Englishclassにまき先生、ひろば・イベント担当にあや先生、ともみ先生の3名が仲間に加わりました。みなさん保育園や幼稚園、小学校とさまざまな場所で子どもと関わるお仕事をしてこられた頼もしい先生です。先生方のおかげで、ぼぼらずには日々子どもたちとパパ・ママさんたちの笑い声があふれています。パワーアップした2026年のMaRUにどうぞご期待ください。



Tipuでつながる安心と信頼

MaRUでは、プレママさんを対象にオリジナルマタニティボックスTipuを毎月10名の方に無料進呈しています。このプロジェクトは、孤独になりがちな乳幼児の子育て期のママさんを支えるためにあります。Tipuをきっかけとした新しい出会いによって、リフレッシュや癒し、楽しみの機会が生まれたらと思います。受け取った方からは「家族以外の支えを感じ励みになった」という声も。地域の企業さまにご協力いただき、子育て世帯と支援者・協力者をつなげる活動をさらに広げて参ります。



ベビーケアインストラクター連続講座

12月から1月にかけて、MaRU認定講師の佐藤真紀子による全5回の連続講座を開催。ベビーマッサージを通して産前産後の親子について総合的に学びます。今回の受講者は2名。受講者はインストラクターを目指し毎回意欲的に学んでおり、修了証が発行されました。「赤ちゃんだけでなくママの心も救うことができるインストラクターになりたい。赤ちゃんとの関わり方が分からず孤独に悩むママの力になれたらと改めて感じた」と力強い声が聞かれました。



ライフステージに合わせて女性が活躍できる環境を目指して

代表理事 大橋 香朱美

これまで仙台市を中心に活動してきたMaRUですが、市外県外にも認定インストラクターが増え、仙台に限らず活動エリアが広がっています。この1月からは富谷市でも活動の機会をいただくなど、支援活動の可能性がさらに広がります。また、みきな先生の産休育休に伴い、MaRUには新しい先生が加わり、きらきらとした笑顔が溢れています。おかげさまで月日を重ねるごとに利用者や関係者が増え、MaRU自体も団体・組織としてのステージが変化しています。女性が働く職場、女性が活躍できる人材育成の現場として、また、宮城仙台で子育て支援を行う地域の一員として、理想の在り方を模索しているところでもあります。今後とも皆さまからのご指導やご助言をいただくと幸いです。

発行：一般社団法人子育てプラットフォーム MaRU 2026.2.1