

2023年3月1日
認定NPO法人マドレボニータ

産後の家族を支援するマドレボニータが東京マラソン 2023 に出展

家族を優先しがちな女性たちへ 自分の楽しさや快適さも追求してほしい

産後ケアの普及を通じて「産後を起点とする社会問題（産後うつ／乳児虐待／夫婦不和）の解決」を目指す、認定NPO法人マドレボニータ（東京都渋谷区、共同代表理事 中桐昌子・山本裕子）は、東京マラソン2020チャリティの寄付先団体として、2023年3月2日（木）～4日（土）開催「東京マラソン EXPO 2023」および3月5日（日）開催「東京マラソン2023」において、ブース出展を行うことのお知らせいたします。「東京マラソン EXPO 2023」のブースにおいては、産前産後の家族へのメッセージボードや産後クイズの展示、大会当日フィニッシュエリアのブースでは、産後セルフケアインストラクターによるミニストレッチ講座の開催等を予定しています。



母になっても
楽しさも 快適さも
追い求めていい
Madre Bonita
認定NPO法人マドレボニータ

©TOKYO MARATHON FOUNDATION

マドレボニータは走る母たちを応援します

《お問い合わせ先》

認定NPO法人マドレボニータ 広報：桐原、竹原

E-mail : pr@madrebonira.com

昨今の育児・介護休業法改正により、国や自治体による産後ケア事業の法制化、男性の育児休業取得促進等、産後を取り巻く環境は変化しています。“産後・子育ては母親だけでなく、カップル・家族や地域社会全体で担うべきもの”という認識が徐々に浸透してきているものの、どうしても女性が子育ての大部分を担うことも多く、産後女性がさまざまな変化に戸惑い、悩み、壁にぶつかっていることに変わりはありません。

産後の子育て優先の日々において、特に趣味や運動等「自分のための時間」を女性が確保することは容易ではないというのが現実です。当法人が開催している産後ケア教室においても、「妊娠出産で中断していた趣味の運動を再開したい気持ちがあっても、夫や親に子どもを預ける時の調整が大変で、運動の時間を確保することを最初から諦めている」という参加者の声を耳にします。

「母になった」という責任感から、無意識のうちに我慢が当たり前になりストレスを蓄積させていくことが、産後うつや乳児虐待、夫婦不和といった深刻な状況につながっているケースも少なくありません。当法人は1998年設立時から「母となった女性が産後の養生とリハビリに取り組み、本来持っている力を発揮できる日本社会」の実現を目指し、全国で産後ケアプログラムを提供してきました。教室では、心身の健康の土台として身体の強さを鍛えることが非常に重要であることをお伝えしていますが、それを「走る」ことで実践している産後ケア教室の卒業生も多くいます。そんな、自分自身の楽しさや快適さを追い求めてチャレンジする母たちを、わたしたちは応援します。

当法人は、東京マラソン2020チャリティの寄付先団体として選出され、出走権を持つチャリティランナーが本大会にも出走します。「東京マラソン EXPO 2023」に出展するブースでは、産前産後の家族へのメッセージボードや産後クイズの展示を通して、「母になっても楽しさも快適さも追い求めていい」というメッセージを広く届けていきます。母自身が「楽しさや快適さを追い求めていく」ためには、家族や地域、ひいては社会全体の理解や協力も不可欠です。

また、「東京マラソン2023」当日は、フィニッシュエリア個別ブースにおいて、産後セルフケアインストラクターによるミニストレッチ講座等を開催し、チャリティランナーの方々をはじめ、ランナーのみなさまをサポートいたします。ぜひお立ち寄りください。

《お問い合わせ先》

認定NPO法人マドレボニータ 広報：桐原、竹原

E-mail : pr@madrebonira.com

▼マドレボニータ ブース出展概要

【3月2日（木）～4日（土）東京マラソン EXPO 2023】

東京ビッグサイト（有明）南展示棟 南1～4ホール

<https://www.marathon.tokyo/events/expo/>

東京マラソン財団チャリティ

「RUN with HEART」公式ウェブサイト

<https://www.runwithheart.jp/>

【3月5日（日）東京マラソン 2023】

東京国際フォーラム（有楽町）G棟 509会議室

<https://www.marathon.tokyo/>



認定 特定非営利活動法人マドレボニータ

マドレボニータは、「産後を起点とする社会問題の解決」を目指し、1998年より産前・産後のヘルスケアプログラムの開発・研究・普及に尽力してきた NPO 法人です。全国約 60 箇所で「マドレボニータの産後ケア教室」を開催してきました。2015年より法人向けに「復職支援プログラム」も提供しています。2020年からは新型コロナウイルスの影響により外出が難しい状況下においても、産前・産後の精神的・身体的ケアを届ける方法はないかと試行錯誤を重ね、オンラインでの産後セルフケア教室を開発、展開。また現在は、自治体と協働での講座開催も多数行っております。

代表者： 中桐昌子、山本裕子（共同代表理事）

所在地： 東京都渋谷区恵比寿 1-15-9 シルク恵比寿 403

創 立： 1998年9月3日

法人設立： 2008年2月29日（認定取得： 2017年11月16日）

事業内容： 産後ケア教室の開催、指導者の養成・認定、産後に関する調査・啓発

U R L： <https://www.madrebbonita.com/>

《お問い合わせ先》

認定 NPO 法人マドレボニータ 広報：桐原、竹原

E-mail : pr@madrebbonita.com