

平成30年度

特例認定特定非営利活動法人はっぴいmama応援団 助成事業実施報告書

独立行政法人福祉医療機構

社会福祉振興助成事業 地域連携活動支援事業

専門職による 妊娠期からの切れ目ない 包括的支援事業



特例認定特定非営利活動法人はっぴいmama応援団

平成31年3月

< 1 > はじめに	1
< 2 > 団体概要	1
< 3 > 事業概要	1
< 4 > 取り組んでいる課題	1
< 5 > 主な事業内容および事業実績	3
(1) 産前産後妊産婦支援事業	
1) 「産前産後デイケア事業」	
2) 「訪問ケア事業」	
3) 「産前産後デイケア事業」および「訪問ケア事業」の実施結果	
4) 妊娠期から相談ができる「妊婦子育てサロン」「妊婦育児相談会」の開催	
5) 妊婦交流会「妊婦サロン」「妊婦イベント」の開催	
6) 小児科医による発達相談会	
7) 送迎支援事業	
(2) 従事者および支援者研修会	
< 6 > 利用者アンケート結果	10
(1) 事業への満足度	
(2) 事業を利用しての感想（自由記載抜粋）	
(3) 法人の事業や行政への要望	
< 7 > 「妊娠期からの切れ目ない支援」の現状と課題	14
① 全妊産婦とその家族全体を対象ととらえる視点	
② 自立に向けた回復過程を支援する	
③ 妊娠期からの情報提供・関わりの重要性	
④ 医療と育児を支える総合的な支援体制	
⑤ 関係機関同士の有効な連携体制の構築	
⑥ 身近な存在としての「ネウボラ」	
⑦ 現在の子育て施策が、将来の社会を作る	
< まとめ >	18
< 付録 1 > アンケート用紙	

「専門職による妊娠期からの切れ目ない包括的支援事業」を展開して

平成 31 年 3 月 吉日

特例認定特定非営利活動法人 はっぴい mama 応援団 代表理事 松山由美子

< 1 > はじめに

当法人は、地域で「妊娠期からの切れ目ない支援」として、各種機関の連携のもと育児相談ができる居場所事業や産前産後デイケア・訪問ケア、送迎支援を中心に活動を展開している。平成30年度の活動報告と、活動から見えてきた課題を以下に報告する。

< 2 > 団体概要

2009 年より保健師・助産師・看護師・保育士、ヨガインストラクターや心理学講座講師・ファイナンシャルプランナー、先輩ママなど子育て中の母親のために何かを提供したいと集まった有志により任意団体「はっぴい mama 応援団」を結成。

新潟市西区の一軒家で子育てサロン「はっぴい mama はうす」を開設。保健師・助産師などによる育児相談ができる居場所の提供や各種講座を開始した。

2013 年からは「専門職による産後デイ・訪問ケア事業」に取り組む。

※独立行政法人医療福祉機構（WAM）助成事業

2015 年 6 月、特定非営利活動法人はっぴい mama 応援団を設立。

2016 年 5 月には、新潟市中央区のよいこの小児科さとうの併設施設「親とよいこのサポートステーションはっぴい mama はうす」（以下：当施設）に活動拠点を移した。

地域の行政・医療機関とも連携し「妊娠期からの切れ目ない支援」を展開している。

< 3 > 事業概要

全妊産婦を対象と捉え、妊娠期から参加できる育児相談会・居場所の開催や、産前産後の不安を抱え心身の負担が強い場合には、専門職による産前産後デイケア（日帰り滞在型）・訪問ケアを実施し、必要時には行政・医療機関・児童相談所等公共機関との連携のもと包括的に支援する。専門職の関わりにより、医療ケア児を含めた身体的・精神的負担が強い母親や家族への対応も可能である。

産前または産後早期から関わることにより、妊娠期の自殺・ネグレクト等の虐待・産後うつなどの予防に効果的と考えられる。また、送迎支援を行い、外出困難による孤立化・引きこもりを防止する。

更に、民間企業との連携により地域へより広く周知し社会全体で子育てを支える意識を育てる。

< 4 > 取り組んでいる課題

子育てを取り巻く環境は多様化・複雑化し、子育ては地域・社会で支えるものであり、少子高齢化問題や虐待件数の増加に対し様々な施策を講じているが、それらの問題に対し歯止めがかからない状況である。

近年では、フィンランドで子育て支援施策として行われている「ネウボラ＝アドバイスする場」が、日

本でも注目を集めている。全妊産婦や就学前の子どもを対象として「ネウボラおばさん」とよばれる「かかりつけ保健師」が相談に対応しているだけでなく、保健・医療・教育の連携のもと、妊婦健診や乳幼児健診なども行い「妊娠期からの切れ目ない支援」を展開している。

我が国では、内閣府「健やか親子21」において、すべての子どもが健やかに育つ社会を目指して「切れ目ない妊産婦・乳幼児の保健対策」を基盤課題の1つとしている。その具体策として2017年には、「子育て世代包括支援センター」を平成32年までに市町村の努力義務とした。

新潟市では、その役割を担うものとして平成28年度より区の母子保健担当部署（健康福祉課）の窓口「妊娠・子育てほっとステーション」を設置し母子健康手帳の交付とともにケアプランを作成し相談窓口として紹介している。しかし、相談窓口としての認知度は、まだ高いとは言えず、継続した相談窓口としての認知度を高めることが課題である。また、心身の負担が強い時には、窓口まで出向くことは困難であり、図①のBC段階のような妊産婦には利用がやや困難と言える。

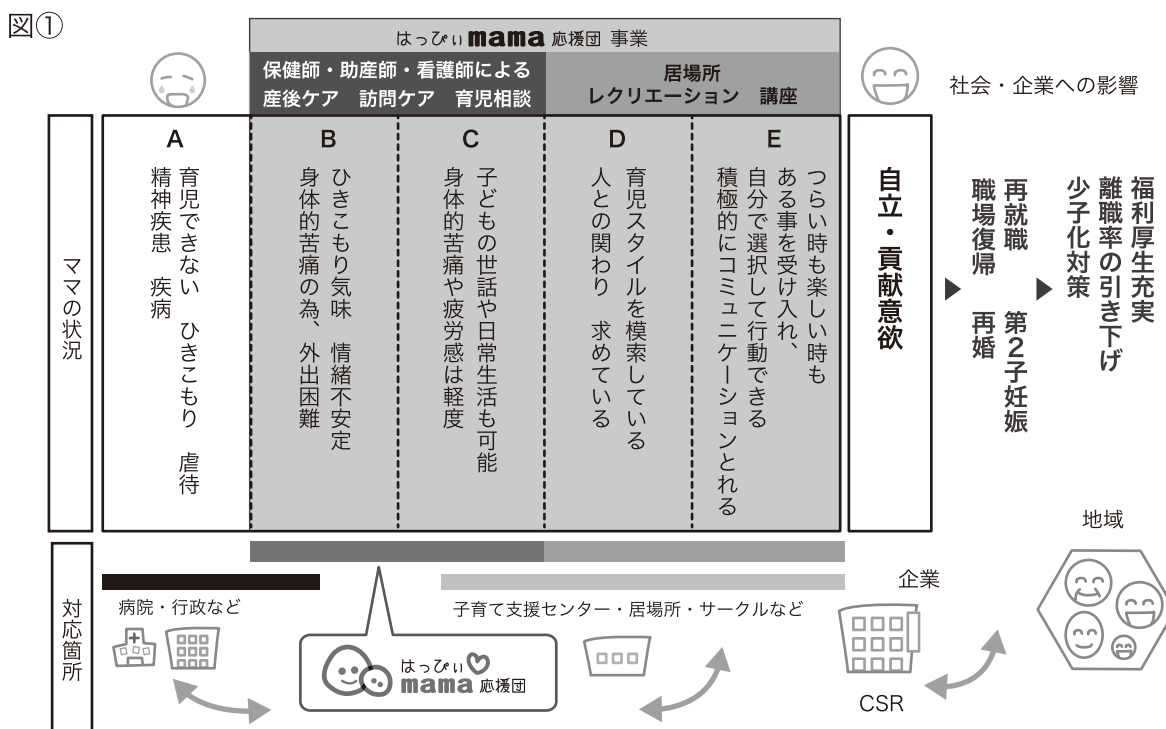
また、産後ケア事業として助産院を含む医療機関での宿泊型ケアの利用料を一部負担している。利用可能月齢は施設によって定められ、生後1～4か月。利用可能日数は原則7日間までとなっている。新潟市の宿泊型の産後ケア年間利用者数は、H29年度は65件であり、それまでの約1.5倍に増えている。（表1）この背景には、補助金の割合が増えたことや、晩産化の影響から負担感が強いケースが増え、需要が高まっているとも考えられる。

表1 1-17 産後ケア利用状況

年 度	実 組 数	入所延日数	一組あたりの平均入所日
平成25	45	199	4.4日
平成26	45	207	4.6日
平成27	42	210	5.0日
平成28	43	196	4.5日
平成29	65	335	5.2日

注：平成29年度より、助成額について所得に応じた額へ変更
新潟市保健衛生部発行：新潟市保健と福祉（保健統計資料）平成30年度

新潟市の産後ケア事業は宿泊型であるが、産後の心身の回復のために休息を必要とする際には、宿泊型のケアだけでなく日帰り型のケアなど、段階に応じて支援を選択し利用できることが望ましい。産後、なんらかの事情で宿泊型は利用できないが、心身の負担が強いまま支援を受けずに過ごしている場合も少なくない。それは、図①でのBC段階といえるが、地域においてBC段階への支援が不足している。特に、外出困難な場合や児への医療的ケアが必要なケースなどへの支援体制は脆弱である。



当法人では、そのような支援体制の狭間で負担感を増しているケースへの支援が必要と考え、全妊産婦が参加可能な相談・居場所事業とともに、外出困難時の訪問ケアや母親の心身の休息が必要な際の産前産後デイケア（日帰り滞在型）事業、外出困難時の送迎支援事業を展開している。

必要時には行政・医療・福祉機関など他機関とも連携を図り、子育て家庭の包括的な支援に取り組んでいる。

< 5 > おもな事業内容および事業実績

(1) 産前産後妊産婦支援事業

1) 産前産後デイケア事業

①目的：産前産後の母親の休息と不安軽減・リフレッシュを目的とし心身の負担感を軽減する。

送迎を支援することによって、外出へのきっかけを作り引きこもり防止となる。

②対象者：妊娠期～産後の母親と乳幼児

③参加者負担額：1日 2,000 円（送迎・昼食付）

④場所：当施設 個室

⑤ケア内容：1日の過ごし方は母親と相談し決定する。

利用例)・個室で母親も子どもと一緒に布団で昼寝をする。

- ・子どもは専門職が預かり母親一人で個室で休む。
- ・乳児の沐浴支援・沐浴指導。
- ・妊婦または母親の身体状況についての相談。
- ・子どもの発育測定を行い、身体状況の確認・アセスメント。
- ・助産師・保健師・看護師等による育児全般の気になることへの相談。
- ・母親が一人で入浴する（入浴中の子どもの預かり）。
- ・上の子との入浴や遊びなど、母と上の子とで二人で時間を過ごす。（乳児の預かり）
- ・妊娠中上の子を連れて利用。上の子が別室で遊んでいる間、個室で休む。
- ・精神的支援のための傾聴・カウンセリング。

2) 訪問ケア事業

①目的：外出が困難な妊婦や産後の母親に対し、専門職が自宅まで訪問し個別で相談に応じる。

心身の負担が強い妊産婦に対し、心身の両面からサポートしセルフケア能力を高める。

また、産後は、乳児の成長・発達に関することなど相談に応じ、不安を軽減しより安心して子育てに取り組むことができる。

②対象者：妊娠中～産後の母親と乳幼児（妊婦および産後 6 週間は助産師が訪問）

③利用者自己負担額：1回 1,500 円（60～90分）

④ケア内容：母親の希望に応じる。

利用例)・産前産後の母親の身体的症状に関する相談。日常生活のアドバイス・セルフケア方法の指導。

- ・ 児に関する相談。(発育・生活・母乳相談など)
- ・ 児の沐浴支援・沐浴指導。
- ・ 精神的支援のための傾聴・カウンセリング。
- ・ 理学療法士による訪問を実施し産後リハビリ・日常生活へのアドバイスなど。

3) 「産前産後デイケア事業」および「訪問ケア事業」の実施結果

【各事業の利用回数と利用者数】

	デイケア事業			訪問ケア事業		
	実人数	延べ人数	平均利用日数	実人数	延べ人数	平均利用日数
産前	2	4	2.0	10	10	1.0
産後	52	126	2.4	34	121	3.4
合計	54	130	2.4	44	130	2.9

保健・福祉・医療機関からの紹介ケースは、実人数合計 98 件中 31 件（約 31%）であった。デイケア・訪問ケアの両方を利用したケースは 11 件であった。

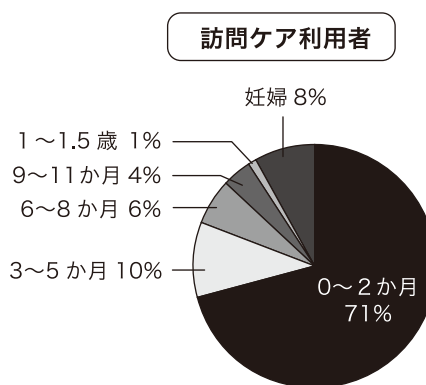
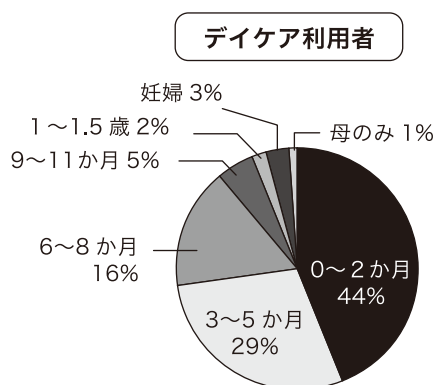
【デイケア利用状況】

- ・ 利用回数は、1 回～ 11 回。
- ・ 2 回以上利用は 54 組中 27 組。
(リピート率 50%)
- ・ 130 件中 90 件は送迎を利用。(69%)

【訪問ケア利用状況】

- ・ 利用回数は、1 ～ 22 回。
- ・ 2 回以上の利用は 98 組中 12 組。
(リピート率 12%)

【利用者の状況】



【デイケア利用者状況】

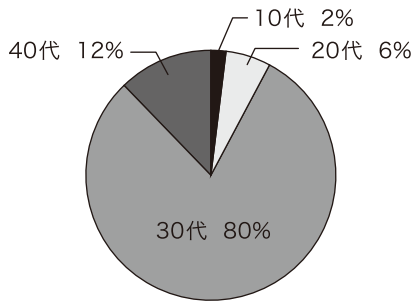
- ・ 0～2 か月児は 44%。
- ・ 妊婦の利用は 4 件。上の子を連れての利用。
- ・ 母のみの利用は、母の体調不良で利用、児は胃腸炎のため病児保育を利用した。

【訪問ケア利用者状況】

- ・ 0～2 か月児は 71%。
- ・ 妊婦の利用は 10 件であった。

【利用者の母親の年齢別】

デイケア・訪問ケア利用の母親の年齢

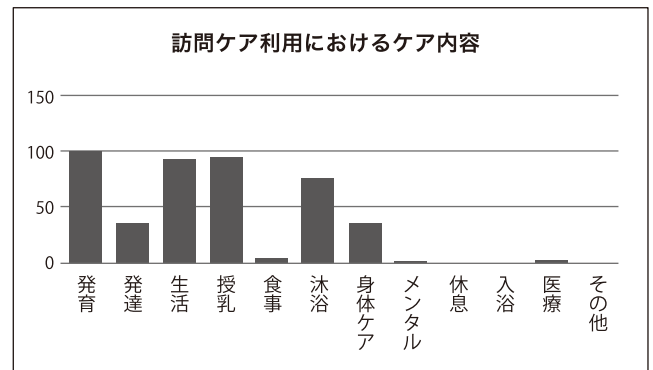
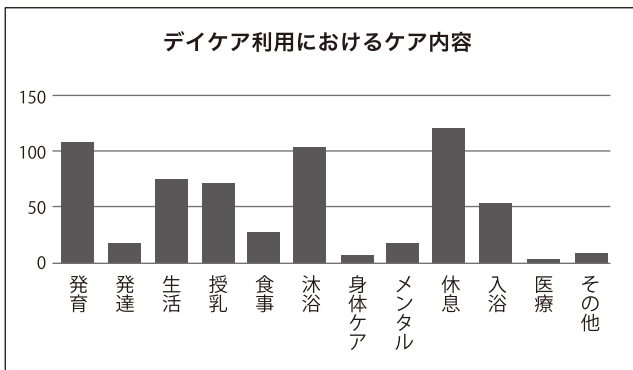


- ・30代が80%。
- ・40代は12%。
- ・30代の中で、前半と後半は48%と52%とやや後半が多かった。

【ケア項目・相談項目の内容】

- ①発育：体重測定を行い発育状況の確認。それに伴う授乳・離乳食など栄養に関する相談・助言。
- ②発達：乳児の発達に関する相談に、現状を把握し、児にとって必要な対応など助言。
- ③生活：乳児のお世話の仕方（抱っこや寝かせ方、抱っこひもの使い方など）や乳児への声掛け・ふれあい遊びなどを指導・助言した。睡眠・活動・離乳食など、乳児の生活に関する相談・助言を行った。
- ④授乳：母乳・ミルクなど授乳の量や回数・姿勢などに関する相談。助言を行った。
- ⑤食事：離乳食や食事に関する相談。
- ⑥沐浴：専門職（助産師・保健師・看護師）が沐浴を実施した。
- ⑦身体的ケア：母親の身体的症状に関する相談。セルフケア方法などの指導・助言を行った。
妊娠中の骨盤ケアなども含む。理学療法士が行った場合も含む。
- ⑧メンタルケア：精神的に不安定な状況であり、不安・心配などについて相談あり、傾聴・寄り添う言葉かけなどにより精神的な支援を行った。
- ⑨休息：母親が個室で布団で休息をとった。
- ⑩入浴：母親が入浴した。
- ⑪医療：受診勧奨医療的ケア・観察等を行った。

【実施したケア内容】



- ・休息・沐浴や、発育・生活に関する相談が主な目的として多かった。
- ・医療は、母親の医療的観察・ケアを実施した。

- ・産後2か月以内では沐浴支援の希望が多かった。
- ・発育・生活・授乳に関する相談が多かった。
- ・妊婦への訪問は、助産師が行い、日常生活のアドバイス・セルフケア（体操・さらし、骨盤ケアなど）指導などの身体ケアが主な目的であった。
- ・医療は、在宅酸素療法中の児の観察・ケアを実施した。

【参加者の声】

○デイケア利用者

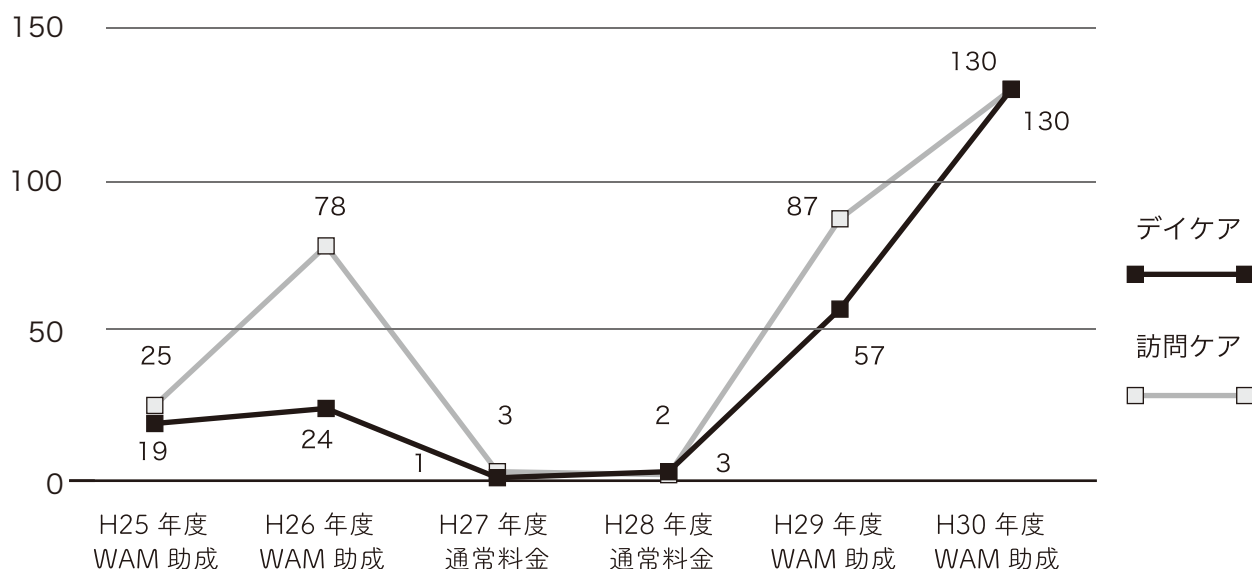
- ・私自身がゆっくりできたのか、娘も穏やかに過ごさせていました。明日からまた頑張れそうです。
- ・二人目の妊娠に対して不安しかなかったが、こうすればいいという具体的な方法が分かり少し気持ちが楽になった。
- ・子育てで気軽に助言を得られたり相談できる場がある事で、心のよりどころがある感じがして安心する事が出来た。
- ・居場所ができたように感じた。人に優しくしてもらえると自分も家族に優しくできると思った。
普段借りれる手もなく、否定的になってしまった心が洗われたよう。お風呂に入って腰痛もよくなった。

○訪問ケア利用者

- ・気持ちの面で楽になったこと。お風呂に入れてもらって、気持ち良さそうだった。
- ・利用後、安心して過ごしています。
- ・あまり神経質にならず、心にゆとりをもってこのまま出産まで迎えたいです。
- ・本当にリフレッシュ出来ました。悩みも解決できそうな自信も持つことが出来ました。
- ・具体的な解決法だけでなく自分の気持ちや思っていることを誰かに聞いてもらって大丈夫という言葉をかけてもらえただけで心が軽くなりました。
- ・妊娠中から利用させてもらっています。出産や育児に漠然とした不安がありましたが、ここでいろいろ相談出来てまた、産後は訪問ケアなどしていただいているんな不安も解決できて心強かったです。

【デイケア・訪問ケア事業利用者 年次推移】

自己負担額	通常料金（会員価格）		WAM 助成時料金	
産前産後デイケア	1日	6,500円	1日	2,000円
訪問ケア	1時間	2,500円	1回(90分)	2,000円



デイケア・訪問ケア事業ともに、通常料金で実施した平成27、28年度を除いて、確実に利用者が増えている。以前当法人で行った独自調査の結果で、「日帰り滞在型は宿泊型よりも利用しやすい」「デイケア・訪問ケアの利用料金は、2,000～3,000円が最も利用しやすい」との回答が多かった。

4) 妊娠期から相談ができる「妊婦子育てサロン」「妊婦育児相談会」の開催

①目的：妊娠期から切れ目なくいつでも相談できる場所の確保。

母と子が気軽に立ち寄れる居場所を開放し、母親同士の交流を図り、引きこもり・孤立化を防止する。気軽に相談できる場があることで育児不安の増強を防ぐ。

②対象者：産前産後の母親や養育者と乳幼児、子育て支援者など（興味関心あれば、児の有無・児の年齢は不問）

③開催日時：妊婦子育てサロン： 週4回（月火木金）10：00～15：00

妊婦育児相談会： 週2回（月木） 10：00～14：30

④内容

「妊婦子育てサロン」：出入り自由・飲食自由。児を遊ばせながら、母親（保護者）はお茶を飲みながら、他の母親とゆっくりと話すこともできる空間。母親同士の交流の場。

「妊婦育児相談会」：助産師・保健師・看護師が、妊娠期から子育て中の母親（養育者）の相談に応じる。希望者には、ランチを提供する（有料500円）

⑤実施結果

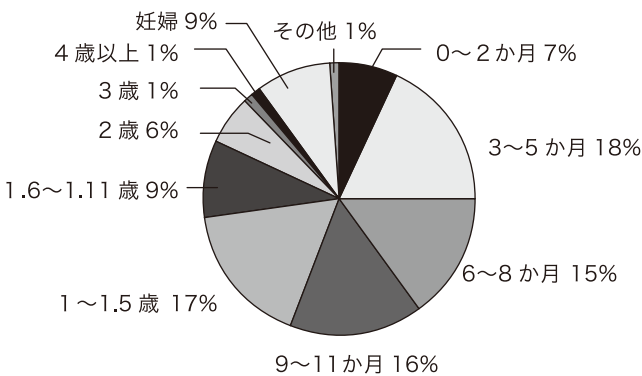
【開催回数および利用者数】

・「妊婦子育てサロン」：年間169回開催 利用者 延べ1527組

・「妊婦育児相談会」：年間127回開催 利用者 延べ503組

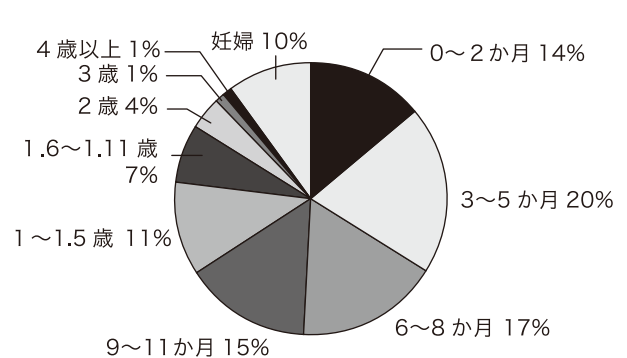
【利用者の状況】

○「妊婦子育てサロン」の利用者



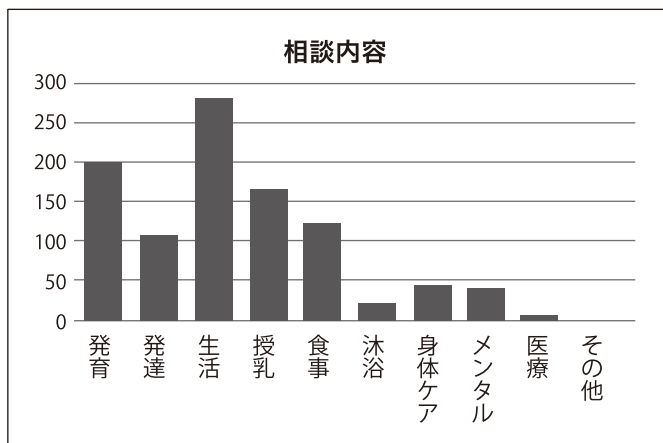
- ・1歳未満が56%。
- ・妊婦の利用は上の子を連れてくるケースが多い。

○「妊婦子育て相談会」の利用者



- ・6か月未満の乳児が34%。
- ・1歳未満が66%。
- ・妊婦が11%。

【主な相談内容】（項目の詳細は 5 ページ参照）



5) 妊婦交流会「妊婦サロン」「妊婦イベント」の開催

○「妊婦サロン」開催

- ①目的：
 - ・ 妊娠期から妊婦同士のつながりによって、産後の子育て中の孤立を防ぐ。
 - ・ 助産師への相談や知識の習得により、お産への心身の準備を整える。
 - ・ 地域で妊婦への支援体制があることを周知する。
 - ・ 夫婦での参加を促し、妊婦体験などを通して、夫婦で出産・育児に取り組むという意識が高まる。
- ②対象：妊婦
- ③開催日時：年間 10 回 13:00～15:00
- ④内容：
 - ・ 妊婦同士の交流の場の提供。
 - ・ 助産師が同席し、気になることや妊娠・出産に関する相談に対応。
 - ・ 出産・育児に向けた身体的・精神的変化などの知識提供。
 - ・ 夫の妊婦ジャケットによる妊婦体験。
 - ・ 「むし歯予防アドバイザーによる歯の話」「マタニティ骨盤ケア講座」「カメラマンによるマタニティフォト撮影会」などとの同時開催。
- ⑤実施結果：参加者延べ 28 名の妊婦 夫 3 名

○「妊婦イベント」開催

- ①開催日時：年間 1 回
- ②内容：
 - ・ 助産師講座「赤ちゃんグッズの選び方」。
 - ・ 胎児モデルの観察・赤ちゃん人形の抱っこ体験。
 - ・ 助産師への妊娠・出産に関する相談。
 - ・ 夫の妊婦ジャケット着用による妊婦体験。
- ③実施結果：参加者 87 組

【参加者の声】

- ・ 子どもの歯の事について知る事が出来て良かった。
- ・ 悩んでいた腰痛の軽減につながりそうな情報を教えていただけで良かった。
- ・ 妊娠中の悩みを相談できて、自分自身がすっきりしましたし、いろいろと情報を得られたのでとても良かったです。今回の骨盤ケアは絶対に必要だと思うので、色々役に立てて本当に良かったです。

6) 小児科医による発達相談会

- ①目的：児の成長・発達について小児科医に相談でき、日頃の悩みの早期解決につなげる
- ②対象者：サロンに参加中の妊婦および産後の母親とその児
- ③開催日時：月 1 回（火）13:00～14:30
- ④内容：小児科医（よいこの小児科さとう 佐藤勇医師）が、サロン内で母親たちの相談に対応。保健師・助産師など看護職も共に参加し、育児相談を実施する。

主な質問内容)

- ・ 感染症について
- ・ アレルギーについて
- ・ メディアとの付き合い方 など

⑤実施結果

【開催回数および参加者数】

年間 11 回開催：(13:00～14:30) 参加者数：延べ 140 組

【参加者の声】

- ・さとう先生にアレルギーの質問をしました。どうすればいいか不安に感じていましたが、あまり気にすることはないよと言っただけでとても楽になりました。
- ・小児科の診察では、子供の病状の質問をするので頭がいっぱいなので、こうやって改めて小児科の先生とお話ができる機会があることは、とても助かりました。
- ・日中は、子供の事は母親が判断をしなくてはならないので、鼻水の色や受診する熱の高さとか、脱水？とか、便秘とか。ささいかもしれないけど、日々迷ってしまうことを、直接聞いてアドバイスもらえたことは、本当に助かったし、少し子育てに安心がもらえました。とてもいい機会だなあと思いました。

7) 送迎支援事業

①目的：自家用車がない、運転が不安などで、自力では外出が困難な母親（養育者）と児に対し送迎を行うことで、引きこもり・孤立化を防ぐ。

②実施結果

【実施件数】年間 184 件（うち 88 件はデイケア利用者。その他は、主に育児相談会への参加者）

【おもな利用の理由】

- ・自家用車がない（転勤族・夫が仕事に乗っていく・自宅に車を持たないなど）
- ・免許がない
- ・産後で自信がない
- ・産後も含め、体調に自信がなく運転が怖い

【利用者の声】

- ・自宅で母子だけでいると時々いきがつかまるけれど、こちらへ来て普段抱えている疑問を解消でき、アドバイスも頂けてすっきりしました。新たな気持ちで赤ちゃん向き合えそうです。

(2) 従事者および支援者研修会

①目的：子育て環境が多様化する中での母親と接する際に必要な知識や質の向上。地域での支援者間の連携を強める。当事業の宣伝・告知。

②対象者：保健師・助産師・看護師・保育士などの専門職
妊婦・産婦・当事業従事者など、子育て支援にかかわる方

③実施内容および講師

第 1 回 子育て支援者のための心理学 ～ママの気持ちに寄り添った支援のために～
講師：心理カウンセラー 寺島幸優 様

第 2 回 「発達障がいの特性と理解」
講師：新潟市発達障がい支援センター JOIN センター長 宮島裕司 様

④実施結果

【開催回数および参加者数】

上記を各 1 回実施。保健師・助産師・保育士等、延べ 12 名が参加。

【参加者の声】

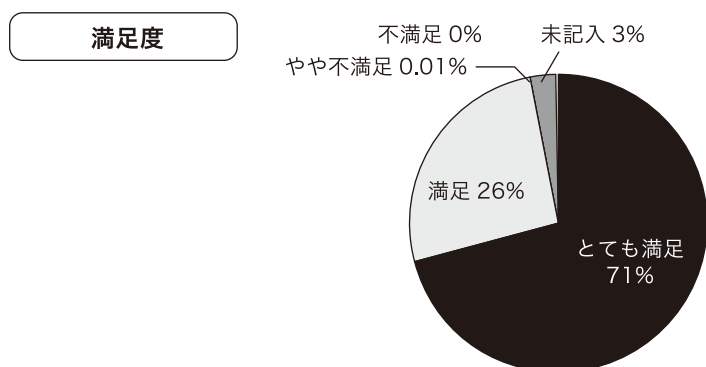
- ・自分の立場での支援の形が自分の中ではっきりできました。
- ・発達障がい体験する実習があり、当事者の大変さが分かりやすかった。その困り感に寄り添った支援をしていきたいと思った。

<6> 利用者アンケート結果

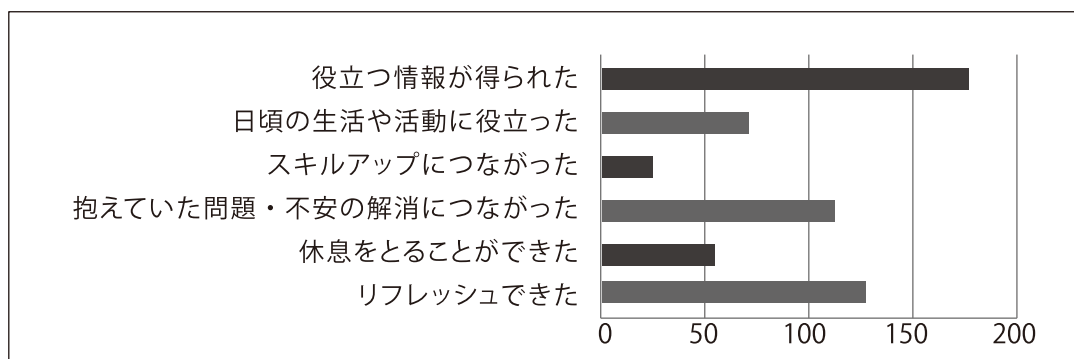
回収数：292件 ※複数回利用の方は、重複回答あり。

(1) 事業への満足度

	とても満足	満足	やや不満足	不満足	未記入
回答数	76件	7件	1件	0件	8件
回答者の割合	71%	26%	0.01%	0%	3%



上記の理由（複数回答可）



【上記の理由（自由記載）】

- ・なかなか病院では聞けないことを聞くことができました。ほっとすることができ、気持ちに余裕が出てきた。
- ・今抱えている問題（腰痛）の具体的な対処法が詳しくてよかったです。さらしの巻き方など、自分ではむずかしそうなことを丁寧に教えていただいて、すぐに実践できるようになりました。また今度困った時に相談する場所があるとわかったことで、精神的に前向きになることができました。
- ・子どもに自由に遊ばせても安心な空間で、気を使わなくても過ごせた。ランチに移動する必要もなく助かった。
- ・自分の子以外の赤ちゃんを見れ、他のお母さんと喋れたこと。
- ・料金が高い、その他はすごくよかったです。（「やや不満足」の理由）

(2) 事業を利用した感想 (自由記載抜粋)

【専門職に相談した感想】

- ・助産師さんやスタッフさんに気軽に話を聞いていただけるのでリフレッシュになります。
- ・とても授乳について悩んでいたのが、相談することが出来て気持ちが軽くなりました。
- ・最初は体重が増えずとても心配でしたが、色々教えていただき、母乳の飲ませ方も教えていただいたおかげで上手に飲ませられるようになりました。質問等も沢山ありましたが、ていねいに教えていただき、助かりました。
- ・寝るときの抱っここの仕方、降ろし方など参考になることが多かったため、今後行っていきたいと思います。
- ・心配事が解消されるので、困ったときにとても助かります。
- ・寝返りの練習方法を教えてもらった。

【精神的な変化】

- ・不安な事や心配事があれば相談できる環境があると言う事が安心につながりあせる事が減り、のびのび子育てできるようになった。
- ・ひとりしていると不安になっていたのですが、お話をさせていただいて少し気持ちが楽になりました。ママさんがたくさんいらっしゃる中、皆さんすごく立派に「ママ」で、自分もしっかりできるのか？という気持ちに少しなっていました。
- ・本当にリフレッシュ出来ました。悩みも解決できそうな自信も持つことが出来ました。
- ・家にいるより、色々なお子さん、ママさんに会えて、リフレッシュできたり、悩みを聞いてもらえたりして、ひとりじゃないと思えるようになった。
- ・少し年齢が上の子の遊び方や接し方が参考になった。お昼ご飯や昼寝の時間などバラバラだったので、固定したほうがいいのかと思った。

【身体的な変化】

- ・アドバイスを実践したら、体がとても楽になった。話をして、これからの不安もかなり減った。
- ・今日学んだことを継続してやっていきたい。腰痛が和らいだ気がします。
- ・とても腰が楽になりました。産後もやってみます。

【子どもの変化】

- ・笑顔が増えた。スキルアップすることで母の心の安定→子の心の安定につながっている。よく眠るようになった。
- ・入眠の際泣かなくなった。目を合わせると心が通い合っている気がする。以前の何倍も愛おしい。
- ・家で「だめ」を連発してしまうけど、ここなら思う存分遊ぶことが出来て他のママやスタッフさんとも触れ合えるので、子どももリフレッシュできるのか夜よく眠ってくれます。
- ・赤ちゃんがリラックスした様子になりました。
- ・妊娠中から息子は生後8日目のデイケアから度々お世話になっていて、ここに来るとホッとします。息子ものびのび遊んでいます。
- ・心が軽くなりました。赤ちゃんのほほえみがたくさん見られて、すごい！です。(抱っここの仕方であんなにちがうなんて)

【子どもとの関係の変化】

- ・上の子との2人の子育てについての不安が少し和らいできています。
- ・リフレッシュ出来、子供に対しても心の余裕がうまれた。
- ・リラックスできる。自分を見直すきっかけになる。上の子に対して、優しく接する事ができる。
- ・いつも利用するのが楽しみです。イライラせず、ゆったり子供と向き合う事ができます。
- ・子供に優しくなれた気がします。

- ・子どもに対してほめ方、叱り方のポイントが分かった。
- ・性格が合わないなあと感じていた娘の気持ちを少し分かるような気がしました。もっと娘の心に寄り添ってあげたいと思いました。
- ・スキンシップをもっととろうと思いました。

【夫や夫婦関係の変化】

- ・旦那へ、イライラしない気持ちの切り替え方法が分かった。
- ・ママはうすを利用するようになってから笑顔が増えたので主人と子どもの笑顔が増えてきました。ありがとうございます。二人で過ごせるようになってきました。

【ランチ】

- ・新潟に知人がいないため、こういう場所に来られてよかった。子どももいるんな子たちに会うことができている。少し気がまぎれて、育児から離れられた。ランチをここで出してくれるのは、本当に有難いです。
- ・ランチが気軽に食べに行けるのが助かる。
- ・みんなで食事できる場所がいいです。他の利用者さんとすぐ仲良くなれます。

【妊婦さんの声】

- ・妊娠中の悩みを相談できて、自分自身がすっきりしましたし、いろいろと情報を得られたのでとても良かったです。
- ・産後デイケアや訪問ケアを知れて、困ったら利用しようと思えた。
- ・週数の近い妊婦さんとお話できて良かったです。
- ・出産までマイペースに過ごし、出産後もゆっくり過ごせたらいいなと思います。
- ・あまり神経質にならず、心にゆとりをもってこのまま出産まで迎えたいです。
- ・心が軽くなりました。周りに赤ちゃんのいる友人がいなかったのでこういう場がありとても支えになりました。妊娠中に知っていて良かったです。
- ・実際に産後ケアを利用されている方がいらっしゃり、上の子の年齢が似ていることもあって、産後のイメージがわかりやすかった。

(3) 法人の事業や行政への要望

【当法人への要望・施設利用の感想】

- ・こういった活動があることをもっと多くの人に知ってもらうことが大事だと思いました。
- ・産後、自分の世話に自信が無く、余裕もなかったのでいろいろ話を聞いて頂けてすっきりしました。世話の仕方や家庭の悩みなどを聞いて頂けて、精神的に穏やかになりました。送迎も助かります。安価で気軽に立ち寄れる活動を今後も続けて頂けると幸いです。スタッフさんもみなさん優しく、ご飯やおやつも美味しかったです。
- ・今後も活動を続けていただきたいです。
- ・初めて参加してみて非常に満足しました。産後ではなく、妊娠中から知っていればよかったなあと思うので、妊婦さんにも広く知ってもらえるような告知をしてもらえると産後ももう少しリフレッシュして過ごせたかなあと思いました。知人にも紹介しておきます。
- ・情報が点在しているので、自分でここに色々探しに行くのが面倒に感じる。
- ・訪問や助成があるところなど助かります。
- ・行政などと連携して、利用料の補助などがあるとよいです。
- ・現在の利用金額より高くなってしまうと少し利用に躊躇してしまうので今後もこの金額で利用できたら良いなあと思います。
- ・今後もずっと活動を続けて欲しいです。就職に関する相談の日があれば嬉しいです。
- ・水曜日にも営業してほしいです。(難しいと思います。)

【行政への要望】

- ・国や行政も、もっとこのような場を増やしたり、広めるのに力を入れて欲しい。
- ・妊娠中、子育て中の人々が孤独にならない支援を今後も続けていただけたらとても助かります。
- ・同じ事業所が増えるといいです。近くにほしいです。
- ・いつも助かっています。手広いよりもこのくらいがいいと思う。
- ・妊娠中にいろんな情報を知れたり相談できる場所はありがたいので、もっと周知して広まってほしい。
- ・イベントなどで名前はよく見るし、このままはうすもとても良い施設だと思うのでもっと活用させてもらいたいと思った。
- ・このような施設が近くにあることがとても有難いです。スタッフの皆さんが親切で助けられました。
- ・すごく素晴らしい活動をされていらっしゃるのでもっといろいろの人に知っていただきたいし、自分も利用できたらと思います。ありがとうございました。
- ・個人的に産後に体調を崩したときにデイケアがあり、とても助かりました。まだまだデイケアか訪問ケアを知らない妊婦さんも多いと思うので、事前に産院か母子手帳をもらうときなどに知っておけるといいなと思います。
- ・行政で実施されている産前産後の各種セミナーは、参加できる月齢、周期が決まっていて、かつ参加できる人数が少ないので改善してほしい。また、妊娠中、産後は自家用車を運転できないこともあるので、上記セミナーの場合、公共交通の便も考慮してほしい。
- ・無料で近くにあったら嬉しいですね。
- ・夜間利用できる場所があれば安心です。
- ・土日でも利用できる施設が増えるといいです。
- ・妊婦で来る事に、敷居が高い気がして、存在は知っているのに来ませんでした。話す人いるかな？ひとりでポツンだったらイヤだなと。マタニティフォトで初めて来て、とても楽しかったです。妊婦さん用のイベントが多くあると、安心して参加できるかも、と思います。
- ・新潟市は産前産後のケアが充実していてありがたいです。
- ・市の産後マタニティー向けイベントは上の子を連れて（上の子対象の時は下の子を連れて）の参加がむずかしいので一緒に参加できる空間があるのは嬉しいと思いました。
- ・子育て支援の情報が得づらい。（行政主催のもの）講座の定員が少なく、興味があっても参加できないものもある。
- ・必要な場所です。今後も継続されることを願っています。
- ・来やすくてとても助かる支援だと思います。
- ・東区にも作ってください。
- ・北区に住んでいるのでそちらでも行けるような場所を作っていただけると嬉しいです。

<7> 「妊娠期からの切れ目ない支援」の現状と課題

① 全妊産婦とその家族全体を対象ととらえる視点

昨今、虐待による事件のニュースが後を絶たない。中には、一生懸命育児している中で、衝動的な行動が事故につながってしまった事例もある。

母親の8～9割が「子育てを辛く思う時がある」「子どもがかわいく思えない時がある」と感じていると言われており（参考文献：大日向雅美「子育てと出会うとき」日本放送出版協会 1999）子どもに対してイライラしたり、泣いている我が子を投げたい心境になった事があるというのは多くの母親が体験している。

産前産後の心身の急激な変化によって、精神的に不安定になるケースは多く、実際に当事業に紹介されたケースの中には、EPDS（産後うつ質問票）が高値であったケースも少なくない。

妊娠期から子育て中は、身体的にも精神的にも辛いと感じても「今は当たり前、しょうがない」「他の母親は上手くやっている」と考え、辛さを我慢して日々を過ごしていることが多い。アンケートでも「いつも子どもと2人きりで心がふさいでしまうので…」や「自宅で母子だけでいると時々いきがつかまるけれど…」と日頃の精神的辛さがうかがえる。中には、「2、3日前から突然涙が止まらなくなった」と支援を求めてきた母親もいた。

このような状況になるのは、特別なことではなく、一般的な家庭環境であっても、新生児訪問では問題を感じられなかったケースでも起こりうるのである。

さらに、現代では日本人の背筋力の低下が研究等で明らかになっており（参考文献：子どものからだと心白書 2017 連絡会議著）妊娠中の大きくなる子宮を支える力や子育て中の子どもを抱っこする力に影響を与え、身体的な対応力や産後の回復力の低下が予測される。

また周囲の家族が育児に不慣れな場合もあり戸惑うこともある。夫も仕事と家庭のバランスを崩し、精神的な負担を抱える場合もある。実際に、母親が体調を崩し夫の負担が増したケースでは、夫の話を聞き、精神的に支えが必要となったケースもあった。

さらに、兄弟がいれば2～4歳の場合が多く、その時期の対応に悩む母親は非常に多い。実際、デイケア利用者で、2歳の姉を連れて利用し、姉と一緒に過ごして、「利用してから（姉が）落ち着きました」との声もきかれ、デイケアが兄弟との関係改善に効果的な支援となったケースもあった。兄弟の訴えや態度は、母親のストレスとなることも多く育児負担の増強を招く。

このように全妊産婦と、その家族全体が対象となると捉えて支援する体制が必要である。

② 自立に向けた回復過程を支援する

①で述べたように、産前産後、精神的に不安定になるケースは多い。具体的には、産後の不安が強く自宅では沈み込んでいるが、人と話すときは興奮状態となって不満や不安を強く訴える。夫や家族に対し強い怒りを示し暴言を吐く。また、不安を口に出さず誰にも相談せず悶々と一人で考え込み、何をしたらいいのかわからなくなるなどの状態が見られた。このような状態では、何をどうしたらいいか自分で判断できなくなっていることもある。しかし、気持ちを人に話し聞いてもらえることで徐々に自分らしさを取り戻していく場合が多い。実際のアンケートでも「聞いてもらえて安心した」「頑張ろうと思

えた」との声は非常に多い。自分らしく落ち着くことで、児への対応について指導を聞き入れることができるようになったり、それを実際にやってみようと思うことができるのである。

母親の状態が不安定だという時期があっても、そこで母親の力を決めつけず、今の母親ができることは何か？どのように工夫することで悩みを解決・軽減できるのか？を、母親と一緒に考えていかなければならない。児が泣き止む・笑う・寝るなど「できた」の積み重ねが、母親自身の子育ての自信に繋がる。身体的・精神的回復過程を支持し、自信が育っていく過程を支援していくことが重要である。

特に、産後ケア事業には、そのような役割が重要である。休息・食事を提供することにより、母の精神的余裕が生まれる。抱っここの仕方やその他のお世話の仕方などを具体的に知ることで、自信をもつことができる。デイケア利用者から「いろいろ相談することができてほっとしました。気持ちに余裕ができました」との声が聞かれている。

徐々に安定した母親・家族は、周囲との関わりを持ちながら成長していくことができる。孤独を感じやすい子育ての時期に、母親同士が交流できる場を提供したり、交流の場の情報を提供することも重要である。

図①(2頁)で示している母親のA～E・自立の各段階は、常に決まった段階にいるのではなく、様々な要因で変化ながら子育てをしている。その時々段階に合わせて必要なケアを提供し、自立に向けた支援をしていくことが重要である。

③ 妊娠期からの情報提供・関わりの重要性

「妊娠期からの切れ目ない支援」がなぜ必要なのか？妊娠期から関わることで虐待予防に非常に有効であると考えられる。

例えば、初産婦の場合、産前に児との生活を具体的に想像することは難しく、産後の生活が始まってから「こんなに泣くななんて思わなかった」「こんなに辛い眠れないものだとは誰も教えてくれなかった」などの声を聞くことは非常に多い。物事を事前に知っているかいないかでは、新たに起きる出来事のとらえ方は大きく変わる。辛いことを具体的に知っていれば、覚悟もできる。いきなり始まる昼夜の区別もないような新生児との生活の受け入れは少しでも容易になる。

また、妊娠期から何か困ったら相談できる先を知っていれば悩む期間は短くなる。人は、不安や悩みがあり気持ちが沈む時には、イライラを感じやすい。悩む時間を極力短くしていくことは、子育てを少しでも楽に過ごすためにはとても重要である。

また、妊娠中の心身の状態は、産後の子育てに大きく影響する。当施設の利用者への調査結果では、妊娠期に「身体的に不調を感じていた」と答えたものは61%を占めた。(170件中103件)そのような不調があった際に、生活の仕方やセルフケア方法を知り、少しでも改善がみられることは、産後の回復力を高めることにも繋がる。妊娠中にそのような情報を得られる場所は、医療機関が主であるが、地域においても専門職が伝えられる場を広げていく必要がある。

現状では、母子健康手帳の交付の際に、子育て支援の情報冊子などをもらうが、その時に困っていなければ見ないことも多い。母親たちは何かに困った時にネットで情報を検索することが多く悩みが解消されないままのことも多い。様々な形で情報を得ているが、母親自身が必要と感じた時に必要な情報が得られなければ意味がない。産後の支援を「妊娠中から知っていたかった」と話す母親は非常に多い。地域に妊娠期から相談する場があるということが常識となって認知される社会を目指さなければならない。

母子健康手帳交付の際や医療機関の妊婦健診、出産の退院時などに地域の資源を紹介するなど有効な情報発信の方法を確立する必要がある。また、地域の子育て支援センターを妊娠中には知らなかったという声が多いが、妊娠中から知ってもらおう工夫が必要である。

④ 医療と育児を支える総合的な支援体制

小児の在宅医療において訪問看護の対象となるのは、地域により異なるが、新潟では重症心身児や呼吸器等の医療依存度が高いケースに限られているのが現状である。今後、それらに限らず医療ケア児の子育てを支えるという視点から訪問看護やレスパイト事業（養育者・介護者等の一時的休息を支援する）の拡大は大きな課題である。

実際に新潟市ではまだ超低体重児や双胎児、在宅酸素療法・経管栄養管理が必要な児でも在宅医療・訪問看護を受けるケースは少ない。医療的ケアを必要とする児は、退院前にそれらを母親が習得して退院することが多い。しかし、在宅に戻った母親は医療的ケアに加えて 24 時間の育児が始まり、抱っこや寝かせ方、授乳などのお世話の仕方に困惑することが多い。父親が不在の間は、非常に大きな不安を抱えながら一人で育児をしている場合も少なくない。母親が医療ケア児を抱えながら徐々に自信をつけ自立していく過程に寄り添う支援が必要である。

医療機関では、当事業のような地域の資源が周知されていないことも多い。小児医療・看護では、「医療と育児を支える総合的支援」としての視点が非常に重要であり、医療機関が地域の資源を理解し地域へ繋げる意識と地域が医療ケア児を受け入れる体制が重要である。そのためには、医療機関との連携を強め、情報交換を行い、ケースを通して地域の資源を周知していく必要性も高まっていると言える。

当事業では、大学病院・市民病院の NICU 入退院コーディネーターなどの医療チームや行政との連携により、医療ケア児の訪問ケアにつながったケースもある。中には、在宅酸素療法中で、児が寝ないために母親の精神的負担が強くなっており紹介を受けた。訪問し、児への観察・アセスメントのもと、抱っこの仕方や寝かせ方などお世話の仕方を実践した。また、それまでの経過や母の想いを傾聴し、妊娠期から出産そして産後の経過の中での不安に共感し、頑張ってきたことに対しねぎらいの言葉を伝えた。母親は初回訪問時、険しい表情であったが、児の睡眠時間も少し増えたと 2 回目訪問には笑顔が見られていた。

医療ケア児は、日常の外出が困難なことが多い。また、他児と関わるのが反って辛いと、交流を望まない場合もある。母親や養育者は、日々のお世話と緊張感に加え、疲労感が続くこともある。在宅ケア児は、増えていると言われているが、訪問看護の対象とならずに辛い育児をしているケースも少なくないと予測される。医療と育児を総合的に支援する体制や、訪問ケアや送迎支援などアウトリーチ型の支援体制の確立も大きな課題である。

⑤ 関係機関同士の有効な連携体制の構築

当事業のデイケア・訪問ケアを利用された中で、行政・医師・相談機関からの紹介は 31%であった。他機関と連携する中で、最も需要であり当事業における支援体制に大きく影響を与えたことは、「母親のニーズの把握と共有」および「関係者の支援方針」であった。母親が何を求めているのか、関係者はどのように判断し、どのように関わっているのか、それに対し、当事業の内容や方針を伝え、話し合いの

もと支援方針を共有して進めていった。また、これらは非常に速やかに行われ、適切な時期に適切な対応ができたと考えられる。各機関で、それぞれの専門性をもった上で、それぞれの役割と方向性が明確であった。その中でも、中心となってケースと関わる機関を十分に認識していることも重要なことである。

ケースにとって、複数の機関の関わりが、戸惑いや不信感とならず、地域で支えられているという安心感に繋がるためには、関係機関同士が信頼感をもった連携体制を構築していくことが非常に重要である。今回、連携機関やその関係者とは、顔の見える関係性が作られていたことも速やかに連携を図ることができた要因と考えられる。

子育て家庭では、転居や出産のための里帰りなど、拠点を移すことも多い。その際にも、必要な地域で必要な機関と連携し、速やかに支援が届けられるように努めることが重要である。地域同士、医療・教育・保健分野同士、垣根を越えて連携できるシステムの構築が求められている。

⑥ 身近な存在としての「ネウボラ」

前述したフィンランドのネウボラは、国内 800 ヶ所に設置されており、地域の施設としての認知度も高い。今回のアンケートで、当事業や行政への要望について、「専門職に相談できて安心した」「話を聞いてもらえてホッとした」「(当施設のような場所が) 近くに欲しい」という声が非常に多かった。気軽に行けて専門職に相談できる場の存在は、育児をしていく上での大きな安心感を生むことが当事業を実施した結果、明確となった。また、当施設では、育児相談に従事する専門職は 6 名が交代で応じている。妊娠期から含め多くの利用者が育児相談を複数回利用しており、対応スタッフも複数回顔を合わせており、顔見知りとなり信頼関係を形成しやすい。相談相手への安心感や信頼感は、些細なことでも相談しやすい関係をつくり、子育て中の悩みが深刻になる前に相談することができる。それがフィンランドでの「ネウボラおばさん」に近いのではないだろうか。

また、居場所を開設している中で育児相談を行っているため、他の母親の相談も聞こえ「悩んでいるのは自分だけじゃない」と感じられたという声がある。そして「最初は緊張しました」と言った母親も徐々に他の母親と交流し、リラックスした表情になることが多い。

新潟市では「妊娠・子育てほっとステーション」を中心として、「地域子育て支援センター」などが身近な相談機関となり「ネウボラおばさん」のような存在が設置・育成されていくこともひとつの方法であり課題と言える。そして、他の機関同士が連携し総合的に関わることで、地域には身近に相談できる「ネウボラ＝アドバイスの場」があるという認識が広まることが安心して子育てできる環境作りにつながるものと考えられる。

⑦ 現在の子育て施策が、将来の社会を作る

2018 年 1 月に三つ子の一人を虐待死させたと実刑判決を下された事件は、子育て中の母親の心を大きく動揺させた。執行猶予を望み署名運動も起きており経過が注目されている。苦しい中でひとりで頑張っていると感じる状態となり、衝動的な行動が事件に繋がってしまったと言われている。衝動的に児を投げたくなる気持ちに共感する母親は非常に多い。その時に、家族や地域の資源を使って助けを求めることができていたら、児の命と母親や家族のこれからの人生は大きく変わっていたらと思うと非常に悔しい。行政もケースを把握しており社会資源の情報も持っていたというが、手続きをするには

3人を連れて外出しなければならず非常に困難な状態であった。資源があっても、いかに個々に合わせて使えるようにしていくかという課題が見えてくる。地域の資源は「使ってください」の受け身ではなく「どうしたらこの家庭が楽に過ごせるようになるのか」の視点を持って積極的に関わる必要性が高い。

また、虐待死のニュースが繰り返される中、結果が出てからどうして防げなかったのか？ということが論じられ、最も関わっていた一機関が責任を問われ責められる。

その前に社会全体が、子育て支援施策を、子どもの将来・家族の人生を守り、強いては将来を担う人材を健全に育てていくために、最も重要視されなければならない問題だと認識していたのかが疑問である。

国は「子育て世代地域包括支援センター」の設置を努力義務としている。組織としての支援センターの設置はもちろんのこと、個々に関わる支援者の質が問われているということにも重きを置かなければならない。

ひとつの施策が見直される際には、事業の費用対効果が高いことが求められるが、子育て支援は予防的な活動でもあり、費用対効果を示すことは非常に困難である。しかし、将来の健全な人材を育てる事業であり非常に重要な支援である。また将来、親になる人材を育てているということでもあり少子化対策にも非常に有効な施策である。

子育て支援事業施策としては、将来を見据え、社会を作り支える人材を育てる事業を継続していかなければならない。そのためには、事業の継続可能な人的物的資源の確保・担い手の育成や雇用の創出が求められる。当法人においても、主な財源は補助金と寄付金であり、継続的な担い手の確保のために財源確保は大きな課題である。

<まとめ>

痛ましい事件が繰り返されるたびに、もっと早い段階で支援があれば、あと一歩踏み込んでいれば、予防的視点から関わっていたら、もしかしたら防げたかもしれないと考えてしまう。

個々の支援者の関わりと、保健・医療・福祉の連携、支援体制の確立が、社会全体で子育てを支え、施策の隙間で困難さを感じながら子育てしている家庭を支援することを可能とする。

当法人は、支援体制の構築を目指しながら、母親や家族がどのような気持ちで育児に取り組んでいるのかを大切に、いつでも駆け込み寺として存在する「ネウボラ」を目指して、今後も活動を継続していきたい。

最後に、日頃より、当法人の活動にご理解とご協力をいただいている皆様に厚くお礼申し上げます。

特例認定特定非営利活動法人 はっぴい mama 応援団
代表理事 松山由美子

<付録 1>アンケート用紙

NPO 法人 はっぴい mama 応援団の事業に関するアンケート

日頃より当団体の活動にご参加いただき、誠にありがとうございます。

平成 30 年度の「NPO 法人はっぴい mama 応援団」の事業の一部は、独立行政法人福祉医療機構（WAM）の社会福祉振興助成事業として行っております。

このアンケートは、当団体の今後の活動の参考とさせていただくと同時に、助成事業の成果を確認することを目的に行うものです。ご参加いただいた皆様からの率直なご意見をいただけますよう、ご協力をお願いします。

1. 今回参加したのはどれですか？該当する項目にレ印をつけてください。

- 子育てサロン 育児相談会 母乳相談会 産後訪問ケア
 産前デイケア 産後デイケア 産前訪問ケア 産後訪問ケア
 その他 :

2. 当施設を何回利用しましたか？（デイケア・訪問ケアを含む）

- 初めて 2～5 回目 6～10 回目 10 回以上

3. 参加した事業についてご満足いただけましたか？該当する項目にレ印をつけてください。

- ①とても満足 ②満足 ③やや不満足 ④不満足
〈 ①② → 設問 4 〉 〈 ③④ → 設問 5 へ 〉

4. 3で「とても満足」「満足」を選んだ方）どのような点がよかったですか。（複数回答可）

- 役立つ情報が得られた 日頃の生活や活動に役立った スキルアップにつながった
 抱えていた問題・不安の解消につながった 休息を取ることができた リフレッシュできた
 その他ー良かった点を具体的に教えてくださいー

5. (3で「やや不満足」「不満足」を選んだ方）どのような点が良くなかったですか。（複数回答可）

- 役立つ情報が得られなかった 日頃の生活や活動の参考にならなかった
 スキルアップにつながらなかった 抱えていた問題・不安の解消につながらなかった
 休息がとれなかった リフレッシュにつながらなかった
 その他ー良くなかった点を具体的に教えてくださいー

6. 当事業を利用して、ご自身の心境の変化や赤ちゃんの状態に変化などがあれば教えてください。

7. 「NPO 法人はっぴい mama 応援団」の活動や行政・民間の子育て支援への要望など自由にご記入ください。



特例認定特定非営利活動法人 はっぴいmama応援団

親とよいこの😊 サポートステーション
はっぴいmamaはうす (月・火・木・金 10:00~15:00)

〒950-0983 新潟県新潟市中央区神道寺 1-5-44 TEL 025-278-3177 mail : npo.hmo@gmail.com

HP <https://www.happy-mama-ouendan.jp> ブログ <http://ameblo.jp/happy-mama-house>