

妊娠中から出産後までのママを支援する「飛騨市産前産後ママサポプロジェクト」がこのほど、「第9回健康寿命をのぼそうアワード」の母子保健分野の自治体部門で、厚生労働大臣賞・自治体部門・優秀賞を受賞しました。

■親子の成長、見守れることが喜び

この表彰は、「健康寿命をのぼしましょう」をスローガンに厚生労働省が進める「スマート・ライフ・プロジェクト」の一環。適切な運動、適切な食生活、禁煙、健診・検診の受診の4つをテーマに、各分野で健康増進や生活習慣病予防に対して貢献のあった企業・団体、自治体の優れた取り組みに贈られる賞です。今年度は98件の応募の中から選ばれました。

取り組みの中心でもある飛騨市助産師会の助産師の鎌村邦子さんは、都竹市長から受賞の伝達を受け、「私たち助産師が訪問による産後ケアを行うことで、お母さんに安心して産後の生活をしていただけたと思います。『まるん』にも継続して来ていただき、ずっと関わりを持って、親子の成長を見守れることがとても嬉しいです。『妊娠中から助産師と保健師と一緒にもつと協力して、継続して支援できたらと思います』と話されました。



▲鎌村邦子さん 左から2人目

（右写真・次ページ写真は、一昨年撮影）

# 産前産後のママがどいこよりも 安心して暮らせるまちづくり

## 「飛騨市産前産後ママサポプロジェクト」が 厚生労働大臣賞 自治体部門 優秀賞を受賞しました

■孤立感や不安感の解消を

市は、母子手帳交付時に全ての妊婦さんとの面接に加え、妊娠後期の訪問や面接、赤ちゃん訪問の100%実施、市独自の相談事業などを行ってきました。その結果、1歳6カ月児健診と3歳児健診では100%と高い受診率を維持し、切れ目のない支援を模索しながら母子保健事業を進めてきました。

しかし一方で、産後のママは、ホルモンバランスの変化や睡眠不足などにより、心身への負担が大きくなりがちだと言われます。

また、現在は核家族化や人口流動化など社会環境の変化により、妊娠や出産、子育ての大変な時期に家族や周囲からの支援が受けられにくい環境になってきたため、孤立感や不安感を感じるママが増えてきたことから、市内で母乳育児相談を行っている開業助産師らと協議を重ね、平成30年に訪問型産後ケアを5つの事

業者へ委託し、費用の助成を始めました。

その取り組みを行う中で、母子保健事業が始まる生後3カ月までのママに寄り添い、サポートできるような事業や機関が少ないという新たな課題も発見。出現頻度が10人に1人とも言われる「産後うつ」からママを守るために、妊娠中から出産後までのママを支援する、飛騨市独自の取り組みである、「飛騨市産前産後ママサポプロジェクト」を展開してきました。

■産前産後の切れ目のない支援

産前産後の母子が気軽に集ってさまざまな相談をしたり交流ができる場である「にこにこルームまるん」を開設し、子育てや暮らしについて家族や周囲から支援をなかなか得られにくい家庭を対象にママを直接サポートする「子育て支援ヘルパー派遣」や「乳児託児」を開始。多職種が連携し



（右写真・次ページ写真は、一昨年撮影）

## 飛騨市産前産後ママサポプロジェクトの取り組み

### ●にこにこルーム まるん

- 対象者 飛騨市に住所がある、妊婦および1歳までのお子さんを持つ母親
- 時間 9:00～12:00 週2回(火曜日・金曜日)
- 参加費 無料
- 場所 ハートピア古川2階 教養娯楽室

### ●おでかけまるん

- 時間 9:30～11:30 月2回(木曜日)
- 参加費 無料
- 場所 神岡子育て支援センター

### ●にこにこ交流会

- 対象者 飛騨市に住所がある妊婦および乳児とその母親  
※ご家族の参加も大歓迎です
- 時間 受付9:00～  
交流会は9:30～12:00の予定
- 内容 妊婦さん・ママ同士の交流会、プチベビーマッサージなど
- 参加費 無料
- 場所 ハートピア古川2階 集会室、神岡子育て支援センター

※交流会参加希望の方は事前に古川町保健センター(0577-73-2948)までご連絡ください

### ●産後ケア助成事業

医療機関を利用した宿泊型やデイサービス型、助産師による家庭訪問型の産後ケアが受けられます。また、市が必要と認めた場合には、産後ケアに係る費用の一部を助成します。

- 対象者 生後4ヵ月までの子をもつ保護者
- 助成額 利用料の7割
- 回数 7回
- 申込先 古川町保健センター 0577-73-2948

### ●乳児託児

急な用事などで、子どもを一時的に預けられます。必要に応じてご利用ください。

- 対象者 生後1ヵ月～生後6ヵ月までの乳児
- 利用料 月曜日～金曜日 8:30～17:30  
500円/時(以降1時間毎に250円)  
月曜日～金曜日 上記以外の時間  
600円/時(以降1時間毎に300円)  
土・日・祝日 9:00～17:00  
700円/時(以降1時間毎に350円)
- 場所 ハートピア古川、利用者宅等
- 申込先 ファミリーサポートセンター  
スマイルキッズ080-1560-4218  
受付時間 平日8:00～20:00

### ●子育て支援ヘルパー派遣事業

ご家族等から日中に家事等の支援が受けられないご家庭に、ヘルパーが訪問してサポートします。

- 対象者 妊婦および生後6ヵ月までの子をもつ保護者で、市が支援を必要と認めた方
- 内容 洗濯、掃除、買い物、食事の準備・後片付けなど育児の一部支援  
(内容やサービスを受けられる時間は申込時に相談により決定します)
- 回数 原則20回まで
- 個人負担金 300円/時間  
※自己負担金以外は市が負担します
- 申込先 古川町保健センター 0577-73-2948

問 古川町保健センター ☎ 0577-73-2948

て支援を行う体制づくりを行いました。  
このうち令和元年に始まった「にこにこルームまるん」は、デイサービス型の産前産後サポート事業です。会場を訪れたママが気軽に相談をしたりママ同士で交流したりすることができ、ママサロンのような役割を果たしています。

飛騨市の助産師会が運営を担い、開催日にはスタッフとして常駐し、寄り添い型の支援を実施。助産師が見守る中で、ママの孤立感や不安感を解消できるような支援を行っているところ。支援が必要だと判断される場合は訪問型のケアへつながるような連携体制ができています。  
当初、古川町のハートピア古川で週2回の相談日と月1回の交流会を設けたところ大変好評で、令和元年度には妊婦さんが延べ

39人、産婦さんが延べ529人、その他の方が延べ84人と多くの利用があり、開催1回あたりの平均参加組数は9.7組にのぼりました。  
利用された皆さんからは「こへ来て心が軽くなった」「妊娠中あまり外出せずにいたのが、気分転換になった」といった声をいただいています。妊娠中から産後にかけて継続して参加される方もあり、当初の目的であった「産前産後の切れ目のない支援」の実現に向けて成果があらわになっているところ。令和2年度にはより利用しやすい環境を作るため、新たに神岡子育て支援センターでも月2回の「おでかけまるん」を開始しました。



「子育て支援ヘルパー派遣」は、産前産後の大変な時期に家族などから支援を受けられないママの負担を軽減する家事支援サービスです。シルバー人材センターへ事業を委託し、直接的なサービスを実現しました。  
「乳児託児」は、生後1ヵ月から託児を受けられるサービスです。これまで託児サービスを担ってきたファミリリーサポートセンターなどから難しいことがあり、年齢を「生後6ヵ月以上」としていましたが、助産師が加わることで生後1ヵ月からのサービス提供を

実現しました。  
近年、市内では豪雨による洪水や土砂崩れによる被害、大雪での倒木による停電、被災地での孤立などが生じています。  
そのような発災時、妊娠中や産後のママ・乳幼児の避難や対応には特別な配慮が必要となります。もちろん周囲の協力も大切ですが、ママ自身が正しい防災知識を身につけ、子どもの心身の健康や発達・成長を維持しつつ、自分と子どもの身を守ることも重要です。そうした防災に関する意識の啓発や知識の習得が求められています。  
そうした状況をふまえ市では現在、「赤ちゃん防災」に関して3つの施策を進めています。

### ■災害時の母子支援を模索

今後の課題は、災害時の母子への対応です。

1つ目は、「防災士」の資格を持つ助産師等の専門職を「赤ちゃん防災リーダー」として認定し、特に母子を守るための防災について講演会や研修会を開く取り組みです。2つ目は、被災時や防災の備えなどで特に乳幼児に気をつけることを記した「赤ちゃん防災パンフレット」の作成で、1歳児までの子がいる全世帯へ配布します。3つ目は、岐阜県助産師会と連携協定を結び、災害時の妊産婦や乳幼児の福祉避難所での健康管理などに取り組む予定です。有事に地域全体で母子を支援できる体制をつくり、どこよりも安全で、どこよりも安心して子育てができる環境づくりへ向けて取り組みを進めます。