

これまでの取り組みとこれからの予定

国 (2013/6) 少子化危機突破のための緊急対策	「結婚・妊娠・出産支援」を少子化対策の3つ目の柱として位置づけて、「産後ケア」の強化等の方向性を示す
県 (2013/5～) 少子化対策プロジェクトチーム	4つのライフステージの一つとして「妊娠・出産を取り巻く状況」をあげ、課題と対応策を検討する
県 (2013/9～) 産後ケアに関する検討	産前産後のお母さんたちを対象としたアンケート調査の実施と、新たな産後育児支援の在り方の検討



お母さんたちが必要としている支援の実現のために

* 産前産後ケアのための拠点の整備

笛吹市石和町：山梨県立総合福祉センターかえで荘の跡地を活用したいと検討中

現在、出産したお母さんたちの不安軽減などの支援のために以下のような取り組みを行っています。

* 新生児訪問

各市町村では、生まれてから4か月までの間に保健師などが訪問して、相談に応じたり、情報提供を行っています。

* かるがも（子育て相談総合窓口）

山梨県では『子育て相談総合窓口』を開設しています。
電話番号
055-228-4152・4153

* お助け訪問助産師

各地域の助産師が実家やご自宅に伺います。
山梨県助産師会のホームページ <http://jyosanshi.org/>

お住まいの市町村の母子保健の窓口や保健所などでも随時相談対応を行っています。また、地域の子育てNPOや愛育会等でも、子育て支援の活動を行っています。

ひとりで抱え込まず、気軽に相談してください

このパンフレットに関するお問い合わせ先

電話 055-223-1496

山梨県庁福祉保健部健康増進課
母子保健・難病担当

産後のお母さんたちを支えるための

新たな取り組みについて

子ども授かることは
人生の大イベントで、
とてもうれしい
ことです。

でも、初めての
子どものときは
何もかもが初めての
体験で不安も
あります。

誰もが我が子と
幸せな生活を
送ることを
願っています。

2人目の時も
上の子と一緒に
というのは初めての
経験です。

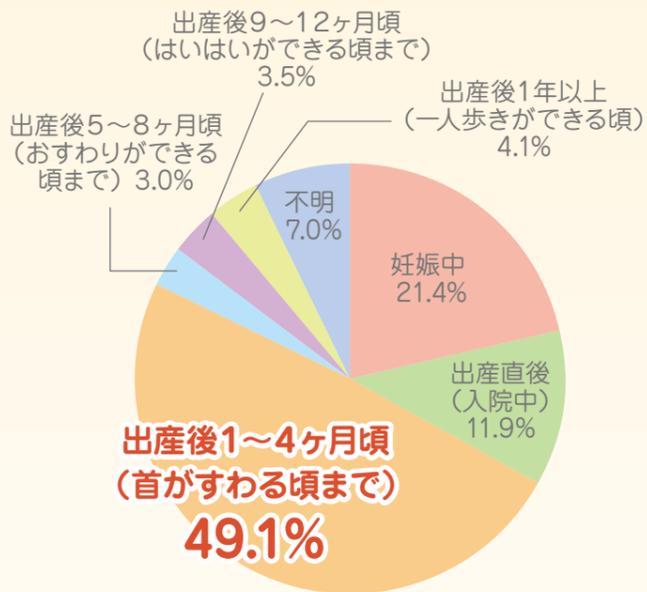
出産は大きな期待とともに不安もあります

妊娠中から出産した後まで、
とくに出産直後の不安を軽減し、
安心して子を産み、育てることのできる
環境づくりに向けた取り組みを始めます！



出産後1～4か月頃に最も不安や負担を感じています

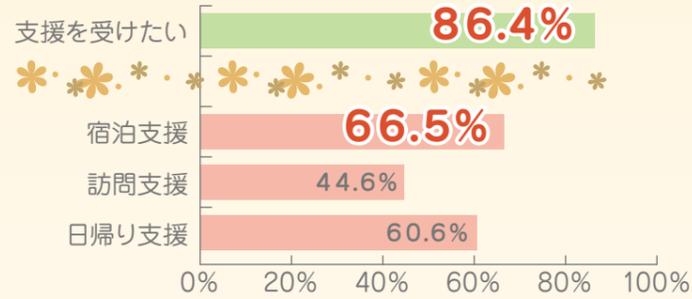
最も不安や負担を感じた時期 (アンケート調査結果)



出産は身体的に負担がかかります。また、出産直後は母親の体内のホルモンバランスが崩れるので、精神的にも不安定になりやすい時期です。アンケート調査でも、**出産後1～4か月頃**に最も不安や負担を感じていたと回答した方が**49.1%**と、半数近くを占めました。

多くのお母さんが宿泊支援などの支援を希望しています

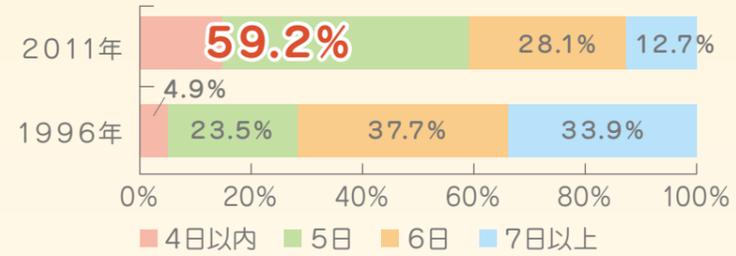
支援を受けたいか、受けたい支援の内容 (アンケート調査結果)



86.4%の方が産後の支援を受けたいと希望しています。受けたい支援の内容については、**宿泊支援**を希望する人が最も多く**66.5%**でした。**日帰り支援**についてもほぼ同じ割合の人が希望しています。

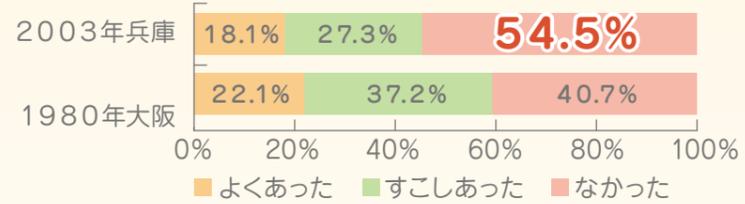
出産時の入院期間が短くなる一方で、小さな子どもと接した経験がないまま出産する人が増えています

出産時の入院期間



産科医が減少しているため、子どもを産むことができる医療機関が減っていることもあって、**出産時の入院日数が減っています**。1996年には5日以内は全体の3割程度でしたが、2011年には**59.2%**と6割近くになっています。

自分の子どもが生まれるまでに、食べさせたり、おむつをかえたりした経験



第2次ベビーブームの後、1975年に全国の年間の出生数が200万人を下回ってから30年以上たっています。そのため、自分の子どもが生まれるまでに、**食べさせたり、おむつをかえたりしたことがない人が54.5%**と増えています。

今までの親子への支援は産後の母親への支援が不足していました

不足!

妊娠前

- 特定不妊治療助成
- 不妊・不育相談(ルピナス)

妊娠期

- 母子手帳の交付
- 妊婦健診
- パパ・ママ教室
- マタニティクラス

出産

- 新生児・産婦訪問
- 出生時面接

出産直後

- 出産の疲れが...
- 育児が大変...
- 上の子を見られない...



乳幼児期

- 乳児家庭全戸訪問
- 乳幼児検診
- 子育てNPOの支援
- 保育園

産前産後に必要な支援

こんな支援を行いたいと考えています

- 対象... 出産後～4か月が中心
- 形態... 何日か宿泊しての支援が中心
- 目的... 出産後の心身の疲労回復、赤ちゃんと一緒に暮らすための育児技術の取得

産後のケアで大切なこと

- 体を休めること
- ゆっくり食事をとれること
- おっぱいのケア、授乳の指導を助産師から受けること
- 産後の不安定な心を受けとめてもらうこと
- 悩みを共有できる子育て仲間ができること

- 帰宅後も継続的な支援ができるように、地域のNPOや愛育会などと連携していきます。

- 妊娠中からの切れ目のない支援も大切です

- 例えば、
- 1日目 母子健診や乳房手当
 - 2日目 育児技術や沐浴の指導
 - 3日目 乳房手当や精神的ケア
 - 最終日 帰宅後の生活アドバイス



先進的な取り組み

- 場 所 ● 世田谷区(武蔵野大学附属産後ケアセンター桜新町)
- 和光市(わこう助産院)
- 内 容 ● 育児方法の指導や乳房ケア、リラクセス法、産後のエクササイズなど
- 利用者 ● 年間800人以上が利用(世田谷区)

※ 自治体からの助成もありますが、自己負担が必要となります

