

### 3. 妊産婦のメンタルヘルスケアと「産後ケア事業」に関する研修

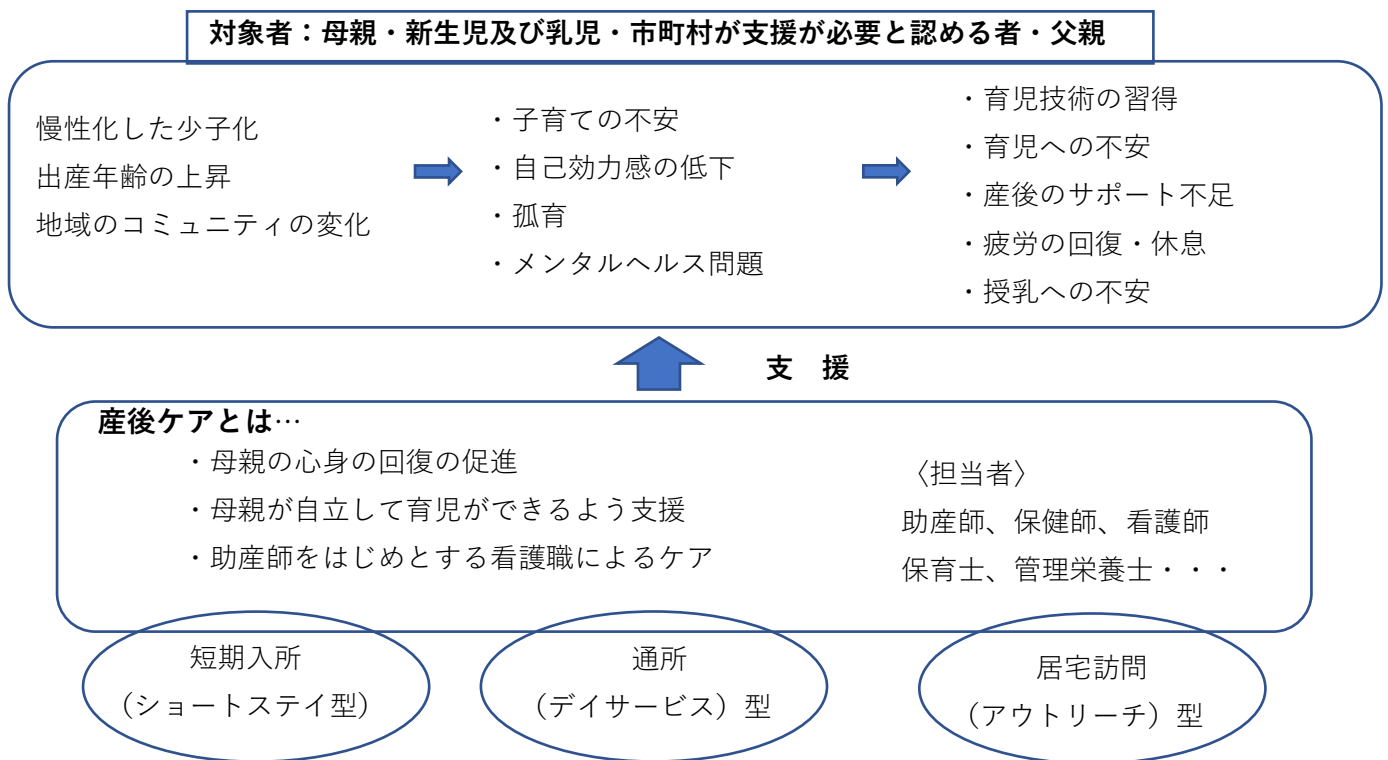
#### 【目的】

妊娠期から子育て期まで切れ目なく支援することにより子育て家庭の不安や負担を軽減すること、特に、妊産婦のメンタルヘルスケアや出産直後のケアの重要性が高まっており、母子保健法が改正され、市町村において、助産師等の専門職が母子等への心身のケアを行う産後ケア事業の実施が努力義務化された。本研修は、助産師等が妊産婦の心身のケアに関する最新の知見や動向を理解し活用できるようになること、子育て世代包括支援センターなどとの連携を促進し市町村及び医療機関等における産後ケア事業の質の向上に活かすことを目的とする。

#### 【対象】

自治体で産後ケア事業を中心的に担っている方、自治体から委託を受けている産後ケア事業実施施設の職員等

講義Ⅰ「妊娠から産後まで包括的に母子を支えるために～産後ケア事業の現状と今後のあり方」



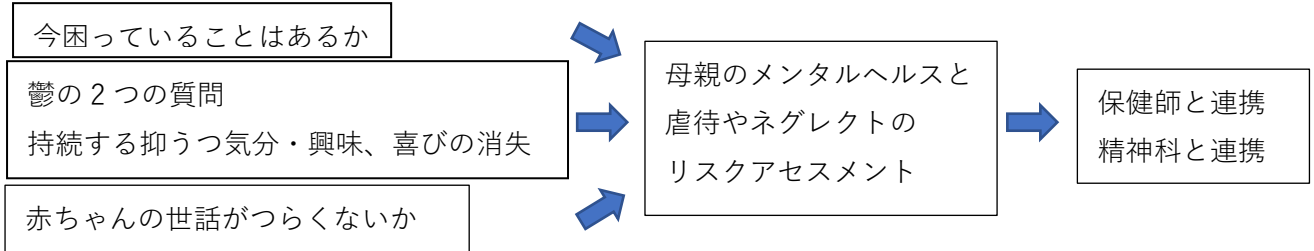
#### 《今後の産後ケア事業のあり方》

- 誰もが受けられるサービス…柔軟な利用者要件・丁寧な周知活動・妊娠期からの支援
- 産後ケア実施体制整備…実施施設の確保・適切な委託費・整備計画
- 産後・生後1年間への対応…多職種連携・実施方法の工夫・子どもの発達支援
- 地域のニーズの把握…産後ケア事業型・里帰り出産者への対応

## 講義II 「産前・産後のメンタルヘルスケアの実際～アセスメントで住民に寄り添う支援を～」

○妊娠中・出産後は心の不調をきたしやすい＝育児困難感、養育不全、児童虐待、母親の自殺・母子心中

○母親の心の問題のアセスメントの着眼点



### 産前・産後のメンタルヘルスケアの問題の早期発見と介入のために

**気づく** ・産後に起こりやすい心の不調 ・ケアで気を付けるべき点 ・スクリーニング

**つなぐ** ・どこにどのようにつなげるか ・妊娠期から始まる多職種連携による切れ目のない支援  
・母子保健関係者の「顔の見える連携」づくり

**支える** ・こころの問題を持つ母親にどのように対応すべきか

### 産後ケア事業実施自治体および自治体事業委託機関による事例発表

#### 〈事例発表I〉～福島市の産後ケア事業

- 産後ケア事業立ち上げの経過…産後の入院日数が短くなっている・退院後の生活に不安な産婦増加
- 事業の内容…産婦の健康管理・乳房管理・育児指導・発育発達チェック・生活面の指導
- 利用状況…年々増加し、特にショートステイ（退院直後からの利用）の利用が多くなっている
- 利用者の声…「制度があることで本当に救われた」「心身ともにリラックスできた」「心強かった」

#### 〈事例発表II〉～行政機関との連携による産後母子支援活動の実際

- 福島県委託妊産婦支援業務…電話相談・家庭訪問・助産所での来所ケア・子育てサロン
- 市町村委託産後ケア事業…産後宿泊ケア・産後日帰りケア・アウトリーチ（訪問型）
- 知識の共有と顔の見える関係づくりの場…多職種連携研修会業務・助産師の質向上のための研修会
- 県助産師会として産後母子支援活動を実施する利点…誰でもいつでもケアを受けられる

#### 〈事例発表III〉～産後ケア事業実施自治体及び自治体事業委託機関による事例発表

- 安心して子育てを行うためにあれば良いと思うサポートとして「産後ケア」の高いニーズがあった
- ウパウパ産後ケアハウス…授乳指導・沐浴指導・栄養士による季節の手料理の提供
- 助産師が実施する訪問看護 St 開設
- 地域連携…事業を一括して助産師会に委託したことでより密接に連携、顔の見える関係ができた

#### 〈事例発表IV〉～妊産婦のメンタルヘルスケアと産後ケア事業

- 文京区版ネウボラ相談事業…地域において妊娠期から出産、子育て期へと切れ目のない支援
- 赤ちゃんとママのホットサロン…助産師によるミニ講座（抱っこの仕方、母乳の話、骨盤体操等）
- 訪問型産後ケア相談事業…乳房ケアなどの産後の心身のケアや育児全般の相談（3回まで）
- サタデーパママタイム…子育てミニ講座、パパママ同士の交流、保健師・助産師の相談