


令和2年度 厚生労働省  
母子保健指導者養成研修  
研修5. 子育て世代包括支援センターに関する研修

子育て世代包括支援センターに関する研修  
2021年1月12日(火曜日)～2月10日(水曜日)  
視聴プログラム40分


### 講義Ⅲ

## 「自治体と連携した妊産婦に対するメンタルヘルスケア」



医療法人 コミュニテ 風と虹  
**のぞえの丘病院**  
堀川 直希


### 福岡県久留米市について



九州の北部、福岡県南西部に位置。  
九州の中心都市である福岡市から南に約40km

総人口:304,672人(令和2年12月)  
面積:229.96㎡  
出生数:2,440人(令和元年)

ブリジストン創業の地。  
大学病院を含め病院が多い医療の街。  
名物は豚骨ラーメンや焼き鳥。



市中心部  
のぞえの丘病院  
中心部から5km南下

くるっば

久留米市役所ホームページより

演題名:「自治体と連携した妊産婦に対するメンタルヘルスケア」

○堀川 直希  
のぞえの丘病院

子育て世代包括支援センターに関する研修  
筆頭発表者のCOI開示

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業等はありません。  
症例等については、個人情報保護に配慮し個人が特定できないよう、  
表現には十分留意しています。  
また、本人に発表の趣旨を説明し書面にて同意を得ています。

## 当法人と、のぞえの丘病院について

## 福岡県久留米市について

### 当法人『風と虹グループ』について

医療法人 コミュニテ風と虹      社会福祉法人 風と虹

のぞえ総合心療病院  
のぞえの丘病院

筑後いずみ園

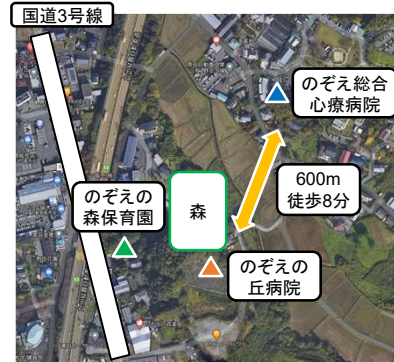
- ・のぞえ総合心療病院・精神科救急病棟 144床
- ・のぞえの丘病院・児童思春期病棟 43床+精神科救急病棟 32床
- ・筑後いずみ園・児童心理治療施設 50名

## のぞえの丘病院

- ・平成27年より当法人が運用を開始し、令和元年9月1日に新築移転。
- ・福岡県初の児童思春期病棟と精神科救急病棟をもつ精神科単科病院。
- ・敷地内に小・中学校の分教室があり、隣接する森では散策もできる。
- ・精神科救急病棟では、産後の患者向けに母子同室での入院も可能。
- ・保育園も併設しているため、患者の子どもの一時預かりにも対応している。
- ・本年度より、久留米市の産後ケア事業にも登録しショートケアを開始。



## 病院の位置関係



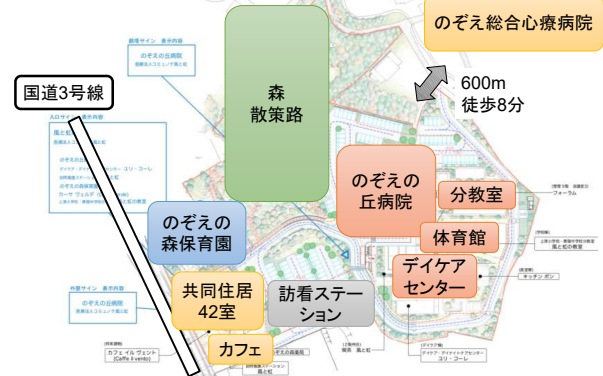
- ・国道3号線沿いに、のぞえの森保育園、その丘の上のにぞえの丘病院がある。
- ・のぞえの丘病院のそばには森がある。
- ・のぞえ総合心療病院とのぞえの丘病院は、距離にして600m、徒歩8分の場所にある。

## のぞえ総合心療病院

- ・平成6年より運営を開始。
- ・144床全てが精神科救急病棟の精神科単科病院。
- ・治療共同体に基づく力動的なチーム医療により、短期入院外来中心の医療を展開。
- ・児童思春期から高齢者まで、幅広い精神疾患に対応した各種専門グループ。
- ・平均在院日数は40日前後で、早期の社会復帰を目指している。
- ・以前から、周産期に関連した危機介入目的での入院も積極的に受け入れ。



## のぞえ風と虹の街



## のぞえの森保育園



- ・令和元年11月1日より運用。
- ・当法人の企業主導型保育園。
- ・定員50名(地域枠25名以内)
- ・のぞえの丘病院の丘の麓に建つ。
- ・病児・病後保育もあり、一時保育や障害児保育も積極的に行っている。
- ・親の休息、子どもの休息のための利用(レスパイト)。
- ・発達障害をもつ子ども、里親のお子さんの利用(行政の依頼や当院との連携も)。

## 当法人における周産期メンタルヘルスの治療(仕組み作り)

## これまでの周産期メンタルヘルスの経験から感じたこと

- ・総合周産期母子医療センターを有する総合病院の精神科リエゾン医療で、周産期メンタルヘルス症例を経験。
- ・精神疾患を有する妊婦というだけで地域の医療機関から紹介があるため、産科では周産期メンタルヘルス関連の患者で飽和状態。
- ・しかし、精神科の中で周産期メンタルヘルスに長けた医師は少なく、周産期症例は敬遠される(事前教育の乏しさ)。
- ・診療科間の垣根が高く、連携が容易ではない(セクショナリズム)。
- ・各科とも出向などで異動が多く、関係性が継続されにくい。
- ・行政機関と連携するにも顔が見える関係になりにくい。
- ・担当医師任せになるためケース会議が少ない(精神保健福祉士などの担当コメディカルが少なく、医師自身がコーディネーターをする必要がある)。

## 当法人の周産期メンタルヘルスグループ



- ・2019年4月より活動開始。
- ・のぞえ総合心療病院とのぞえの丘病院の両施設合同で結成。
- ・精神科医、産婦人科医、公認心理士(CP)、精神保健福祉士(PSW)、看護師(助産師)など総勢10名。
- ・2019年8月より『すくすくサロン』を開始。
- ・2020年より、のぞえの丘病院を産後ケア事業に登録。
- ・大学の医学部や看護学部や大学院での講義で教育や啓蒙活動にも力を入れる。
- ・行政や地域の産婦人科と連携を図り、周産期メンタルヘルスの相談窓口、駆け込み寺としての役割を担う。

## 大学病院での取り組み

- ・精神科医局内での周産期メンタルヘルスの勉強会の開催。
- ・学会での発表。
- ・行政機関とのケース会議の開催を推進。
- ・精神科に紹介受診となる周産期メンタルヘルス症例の集約化。
- ・産科外来に積極的に足を運び、助産師などと密な連携作り。
- ・周産期カンファランスへの出席(産科と新生児科の合同カンファランスに精神科医として参加)。
- ・医学部や看護部の講義で、周産期メンタルヘルスについて紹介。

- ・担当部署から異動すると、作った仕組みも消滅。
- ・大きな組織の一医局員での無力感。

## 周産期グループとしての治療的関わり

入院治療	以前より、のぞえ総合心療病院では危機回避目的での入院。 令和元年9月より、のぞえの丘病院で母子同室での入院も可能となる。
外来治療	週1回の産科医による外来診察。
すくすくサロン	妊娠中、産後の方で出産や育児に不安を感じている方たちのためのオープンサロン(通院の有無問わず)。
ゆりかご(産後ケア事業)	令和2年度より、のぞえの丘病院を産後ケア事業に登録。おそらく、日本で唯一精神科医療機関で参加(主にショートステイで)。

## なぜ当院で周産期メンタルヘルスの支援の充実が必要と考えたか

- ・これまで危機回避のために緊急入院での対応が多く(産後うつや自殺企図など)、精神症状が悪化した状態で来院されるため、より早期に介入する機会が必要性。
- ・産後に入院治療が必要でも母子が離れると知り躊躇することが多いため、母子で入院し母子をケアする環境を作りたい。
- ・精神科の患者の中には家族機能が乏しく幼少期より虐待等を受け、中には胎内から悲惨な体験をしている方も多く、妊娠中からの親の支援で世代間連鎖を防ぎたい。
- ・精神疾患合併の妊婦や妊娠から産後に精神面に不調をきたした際、精神科を有する総合周産期母子医療センターに送る前に、地域で抱え地域で普通に産むことができる仕組みを作りたい。

## 母子同室での入院治療(のぞえの丘病院)

- ・子どもの同室は、1歳未満までを目安に対応。
- ・個室にベビーベッドを入れて入院することができる。
- ・母親の調子に合わせて、子どもを託所や保育園に預けることが可能。
- ・母親の精神症状への治療とともに、子どもの養育に関する相談や関わり方の支援、母親の養育可能性の判断の機会にもなる。
- ・ボンディング障害に対し母子での治療の機会に。



## 『すくすくサロン』



- ・妊娠前、産後問わず、周産期に不安を抱える方たちが集う場(男女問わず通院の有無も問わず)。
- ・お茶を飲みながらの座談会形式。
- ・周産期メンタルヘルスグループのスタッフが参加。
- ・時間:毎週木曜日10時半～11時半 無料
- ・場所:のぞえ総合心療病院、のぞえの丘病院
- ・普段は話せない、妊娠や出産、育児に関する不安や心配ごとを皆で共有し意見交換。
- ・女性の治療者たちのアイデンティティー確立の機会にも(私たちだからできること)。



## 久留米市子ども未来部こども子育てサポートセンター(ここサポ)との連携



- ・各病院で窓口の明確化(担当PSWを選任)。
- ・ここサポからの紹介は決して断らず、可能な限り迅速に対応する。
- ・受診患者の連携シートの利用。
- ・積極的なケース会議の開催。
- ・産科医療機関連携会議への参加と講演。
- ・ここサポと、久留米医師会の精神科医会、産婦人科医会、小児科医会との合同会議への参加。



## 『ゆりかご』 のぞえの丘病院での産後ケア事業



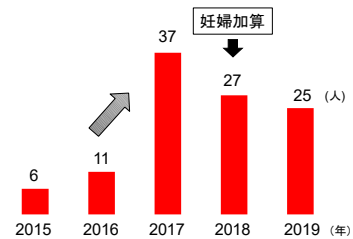
- ・令和2年度より、おそらく日本で唯一精神科医療機関として産後ケア事業に登録。
- ・周産期メンタルヘルスグループのメンバーを中心に、母親の心理的サポートや子どもの養育面の不安の解消を行う。
- ・母子の愛着形成の手助けとなるべく、運動療法の先生によるベビーマッサージなどに関わり(ボンディング障害の予防や治療にも)
- ・精神科へ抵抗のある、精神面で介入が必要な産褥婦の入り口としての役割。

## 当法人の周産期メンタルヘルス関連の統計

## 産後ケア事業に導入となったAさん

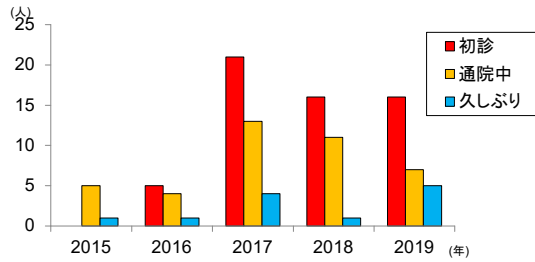
- ・事前に、子育て世代包括支援センターから紹介。
- ・産後3ヶ月で、ショートステイ7日間利用。
- ・毎日の精神科医と看護師による回診。
- ・公認心理師によるカウンセリング。
- ・運動療法の先生による、本人への運動療法と、子どもへのベビーマッサージ(親子での関わり)。
- ・本人と子どもとの関わりを通して、本人の養育への不安や子どもとの愛着形成に関するアドバイス(ボンディング障害の有無の確認と予防)。
- ・行政などの公的機関とつなげ、今後の養育支援と情報共有。

## のぞえ総合心療病院における周産期の受診者数推移



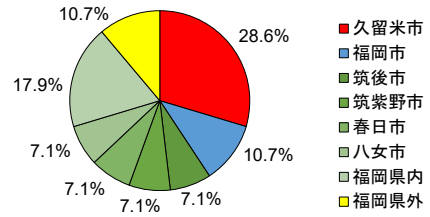
2017年より周産期の当院受診者が増加。  
妊婦加算の影響が少し減少し横ばい。

### のぞえ総合心療病院の周産期の受診者内訳



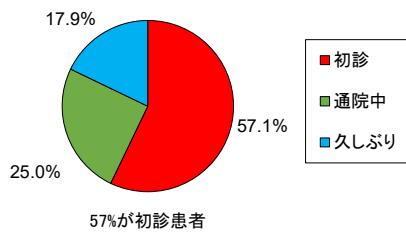
2017年以降、周産期の初診患者が増加

### 周産期受診患者の居住地



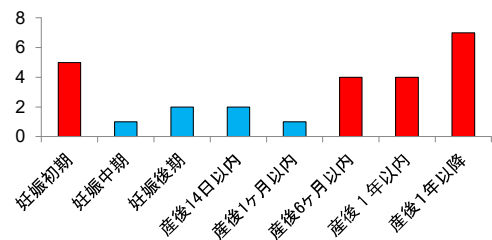
久留米市内が約3割、その他の多くは近隣市内から。福岡県外の佐賀県や大分県からも受診している。

### 2019年周産期受診者の通院歴 n = 28



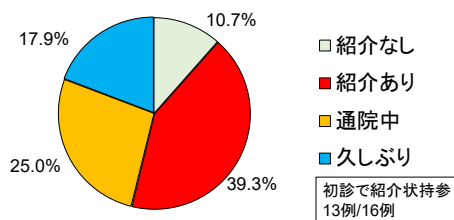
57%が初診患者

### 周産期受診患者の初診時期



妊娠初期と産後6ヶ月以降に多い傾向。  
妊娠初期は妊娠中の管理、産後は症状出現後の治療と、相談目的が異なる。

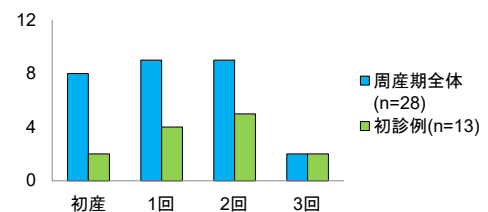
### 周産期受診患者の紹介元



初診で紹介状持参 13例/16例

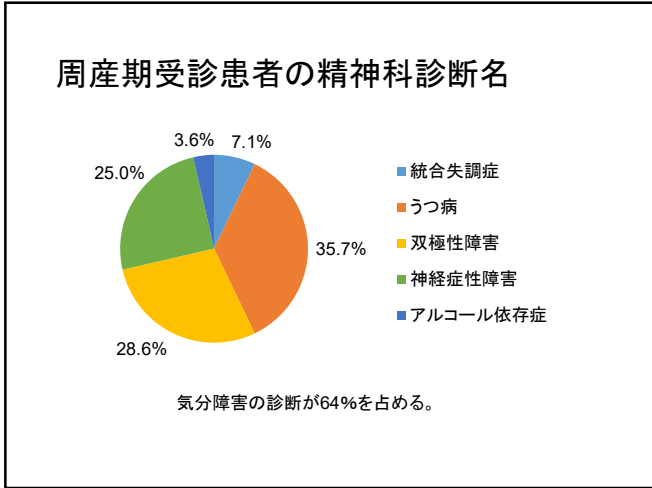
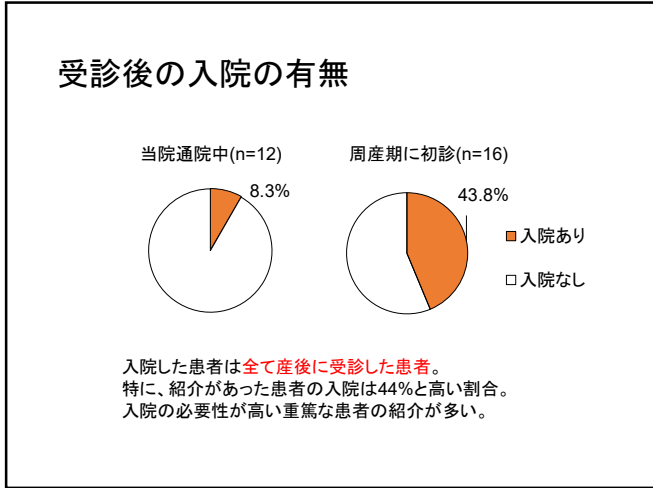
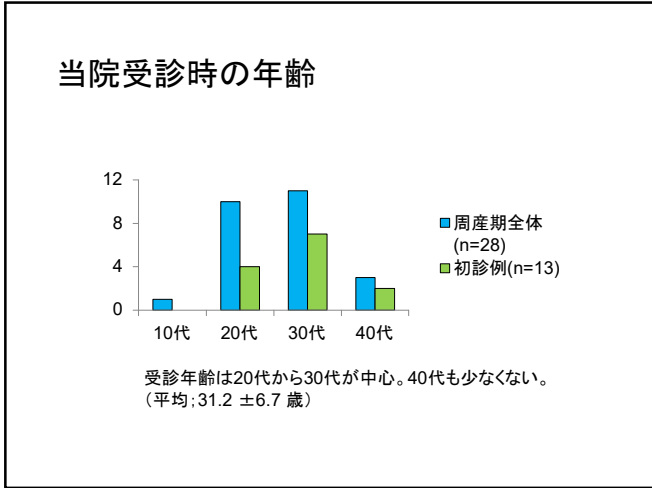
紹介元は産科クリニック 5例、精神科クリニック 6例、一般の病院 1例、行政機関 3例（重複あり）

### 当院受診時の出産回数

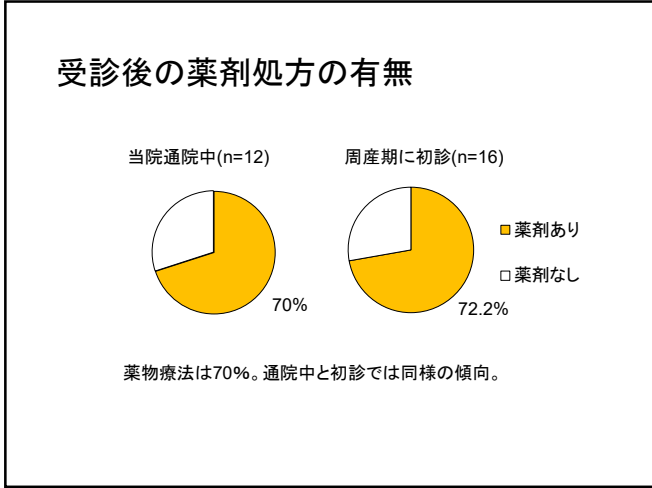


出産回数によらず、周産期メンタルヘルスの問題が生じている。





### ある症例から



### 30歳女性 その1

- 警察と保健所より連絡。
- 30歳女性。12歳の娘と生後2ヶ月の女児と暮らしている。
- 赤ちゃんを道に置き去りにしてマンションから飛び降りようとしているため、パートナーから警察に通報。
- 自傷他害の危険性があり、措置入院での受け入れを要請。
- うつ病の診断で近医精神科に通院歴がある。
- 「自分は母親としての資格がない」「自分が死んで詫びねばならない」
- 抑うつ状態が著しく数日間寝ていない。

措置入院・・・精神症状に伴う自傷他害がある場合に行われる、都道府県知事命令での強制入院の制度。保健所より精神保健指定医2名の診察で判定。

## 30歳女性 その2

- ・これまで、うつ病で服薬していたが、妊娠に伴い中断し産後に再燃していた。
- ・休息を促し授乳にも影響が少ない薬物療法を開始し徐々に精神症状は改善。
- ・抑うつ症状の改善を待って母子同室での入院を行う。
- ・赤ちゃんを懸命に世話をして疲弊しやすく、スタッフにも頼ることができない。
- ・第1子の出産時は18歳で母親任せで後悔があり、今回は本人自らで育てたい思いが強いが、思い通りにいかずにもどかしく、怒り、悲しみ、自責的な思い。
- ・パートナーとは喧嘩が絶えず、未婚のまま出産。
- ・母子同室で過ごす時間も作りながら、休憩も作り、母子での愛着形成をスタッフが見守り育児支援。
- ・入院中から複数回のケース会議や家族面談を行い、退院後のヘルパー導入や訪問看護などの支援も入れることで安心感。
- ・自宅に退院し、周囲のサポートも得ながら育児も行っている。

## COVID-19と周産期メンタルヘルスの支援

## 28歳女性 その1

- ・子育て世代包括支援センターからの紹介で受診。
- ・「子どもに手をあげるのをやめたい」と来院。
- ・生後9ヶ月の女児は生後8ヶ月より児童相談所に一時保護。
- ・産後より子どもに対する愛情がもてず、すぐにイライラし暴言や手をだすなどの暴力がある。
- ・子どもは実家の両親と育てているが、両親も疲弊し子どもは児童相談所に預けることとなる。
- ・今後子どもを引き取る予定にしている。

## COVID-19で生じるストレス

- ・感染症特有のストレス(未知のものへの不確かさに伴う不安)
- ・感染への過度な恐怖で生じる孤立(過度な三密うつ)
- ・家族やコミュニティ間での衝突(怒り、攻撃)
- ・何らかの社会的な弱者性を有する人たちは、危機的状況下で暴力や差別を受けやすい=**日本の女性、特に妊産婦さんは影響大**  
(日本はジェンダーギャップ指数が世界153カ国中121位と男性優位社会であり、女性への不利が大きい)
- ・知識の欠如や流言、誤報により煽られる不安や恐怖。
- ・医療従事者や罹患者や家族への偏見や差別

## 28歳女性 その2

- ・幼少期から親からの家庭内暴力がある。
- ・結婚とともに実家から出て過ごすのが、夫からの暴力もあり。
- ・夫は年上で早く子どもが欲しいと強く求められ、結婚の翌年から不妊治療を開始し5年目に出産。
- ・望まない妊娠であり、産後から子どもを可愛いと思えない。
- ・夫からの暴力で産後3ヶ月でシェルターへ入り離婚。
- ・実家に帰るが、両親から育児について口出しされるたびに幼少期からの親の暴力を思い出し、抑うつ状態が悪化。
- ・診断:抑うつ状態、ボンディング障害
- ・方針:子どもの引き取りは待ち、まずは母親の抑うつ状態の治療を優先。「すくすくサロン」の利用と服薬を開始し、徐々に安定。
- ・現在は、実家から離れ行政による子どもの養育支援を受けながら子供と一緒に生活。

## 日本周産期メンタルヘルス学会のアンケート調査より

- ・本年3月1日から6月31日まで正会員と顧問にアンケート。
- ・医療関係者の3/4がメンタル不調に関する相談を受けている。
- ・産科医療機関で面会や外出外泊禁止などの措置は約9割以上。
- ・出産時の平常時との違いへの戸惑い(面会や立ち合いの禁止、母親学級の制限など)
- ・「本来のサポートを受けられない」「感染が不安で外出や受診ができない」「不安で憂うつだ」「家庭内の不和」
- ・夫婦関係の変化(一緒に時間が増えた、衝突が増えた)
- ・ストレスが軽減したという人も。
- ・様々なサポートをオンライン化する必要性と、遅れが露呈した現状。

## 当院の周産期メンタルヘルスグループの患者への影響と関わり

- ・「立ち合い分娩や面会ができないので不安」
- ・「家に閉じこもっているため、悪いことばかりが目についてしまう」
- ・「すすくサロンなどの相談できる場がなくなり孤立していた」
- ・「絶え間ない報道やSNSによる情報過多で不安ばかりになっている」
- ・「家族間での喧嘩が増え、夫からの暴言や暴力を受けることが増えた」
- ・「子どもたちとの時間が増えてよかった」
- ・可能な限り顔が見える関係を維持し継続する必要性。
- ・COVID-19に関する適切な情報を共有。
- ・産科医療機関とはいつも以上に情報共有の機会を増やす。
- ・「すすくサロン」に参加したことがある、気になる患者には積極的に連絡。
- ・オンライン版「すすくサロン」の開催の模索(今後の変化に備えて)。

ご清聴ありがとうございました。

## COVID-19に関する妊婦への提言の紹介 (アメリカCDCより)

- ・分娩前の受診の予約をスキップしない。
- ・感染しないために、人との交流をできるだけ減らす。
- ・人と接する際には、感染しないようにしっかりと感染予防策を。
- ・少なくとも30日分の薬を確保する。
- ・流行している間、健康を維持し自分自身のケアをする方法について、かかりつけ医に相談。
- ・医療上の緊急事態が発生した場合は、すぐに医療機関を受診を。
- ・妊娠中のワクチン接種は母子ともに重要。
- ・母乳を介した感染の可能性は今のところ低いと考えられているため、事前に家族と相談しておく。

## COVID-19のストレス対処 WHOを参考に

**COVID-19流行によるストレスへの対処** WHOを参考に

- 感情に傷ついてしまうのは、ストレスを感じたせい、戸惑ったせい、悲しかったせい、怒りがこみ上げてきたせいなどは、ごく普通なことです。**  
信頼している人と話す、気持ちが悪くなる時は、友達や家族に連絡を取りましょう。
- 思いがけぬ不安は、健康上の生活習慣を心がけましょう。**  
食事や睡眠、運動習慣など、日常生活習慣の維持が、身体的健康や免疫システムの維持に役立ちます。毎日の健康や生活のペースを崩さないで、毎日の生活リズムを大切にしましょう。
- 気持ちも落ち着かせるために、たばこやお酒、薬物に頼らないようにしましょう。**  
飲まれないと信じたら、産前産後専門カウンセリングを受けましょう。必要に応じて、自分自身の健康のために、たばこやお酒を控えるか、辞めさせてもらうことも、検討してみてください。
- 情報を確認しましょう。信頼できる情報を受け取り、自分にかかわる内容や行動に役立つ情報を集めましょう。**  
WHOのウェブサイトや、保健関係の保健機関など、信頼できる情報源を確認しましょう。
- 不安があるようならマインドフルネスの練習を自分や家族が取り入れることができる時間を確保することで、不安や緊張を減らしましょう。**
- これまでで経験を乗り越えた時に習ったスキルを活用しましょう。**  
生活の困難に直面した時に役立つスキルや習慣を思い出して、身につけておいて、それらのスキルを使いましょう。

- ・様々な感情が湧くのは、非常事態における正常な反応。誰でも起こる
- ・人との関わりの維持。
- ・いつものリズムを続けること。
- ・飲酒や薬物を避けること。
- ・正しい知識を適切な場所から得ること。
- ・自分の趣味や楽しみを取り入れた生活設計をすること。
- ・人との密は避けても心はそばにすること。