

令和3年度厚生労働省母子保健指導者養成研修
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

自治体と連携した 産後ケア事業実施施設の取組

令和3年10月5日
あきやま子どもクリニック（東京都三鷹市）
秋山千枝子

（三鷹市委託事業） 小児科診療所を母体とした産後ケア事業

- 1, デイサービス型（2018年7月） 定員2名
10～16時
- 2, 宿泊型（2020年10月） 定員2名
10～9時
10～16時
17～9時

2

産後ケア事業 ゆりかごプラス

Mama&Baby あきやま 1 2

Mama & Baby あきやまでは、産後のお母さんのところとからだに寄り添い、赤ちゃんの健やかな成長を願い、お母さんが穏やかな気持ちで育児ができるように支援していきます。

ご利用できる方

出産施設を退院後からお母さんと赤ちゃんで出産後の体調に不安があり、休養が必要な方

育児に不安があり、身近に相談できる人がいない方

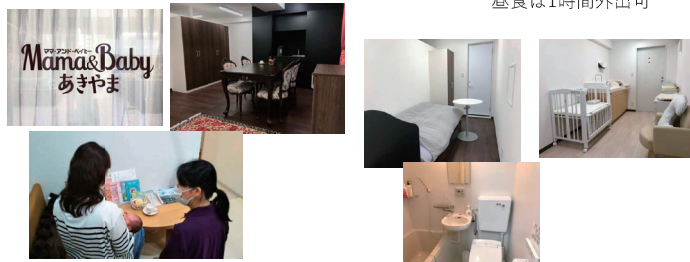
家族等からの十分な育児・家事などの支援が受けられない方

出産した施設や地域の機関等から支援が必要だと認められた方

3

Mama&Baby あきやま 1 （2018年7月開所）

デイサービス型 定員2名 開室時間10～16時
昼食は1時間外出可



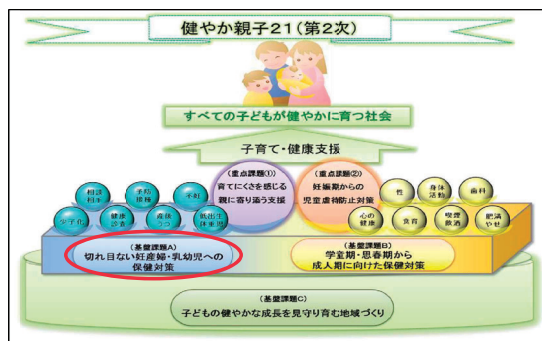
4

Mama&Baby あきやま 2 （2020年10月開所）

宿泊型 定員2名 ①10～9時 ②10～16時 ③17～9時

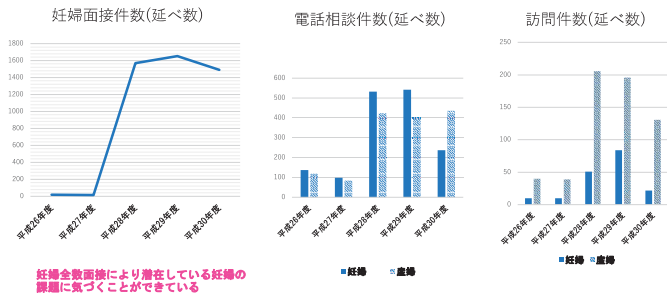


5



6

妊婦全数面接の効果



7

切れ目のない支援に向けて

母子保健サービスのご案内

切れ目のない支援に向けて

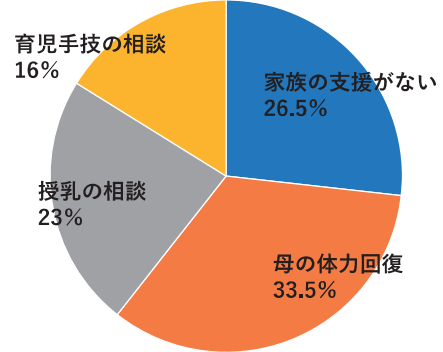
8

産後ケア施設の利用方法

- ①三鷹市では妊婦全数面接を行っており、その面接の際に産後ケア事業が案内され、利用する場合には市に事前に登録することになっている。
- ②登録された場合は随時産後ケア事業所へ連絡される仕組みとなっており、面接によって市が把握したハイリスク妊婦について情報共有している。
- ③利用者は登録番号を用いて、インターネットで1か月前から予約ができる

9

産後ケア施設利用申請理由



10

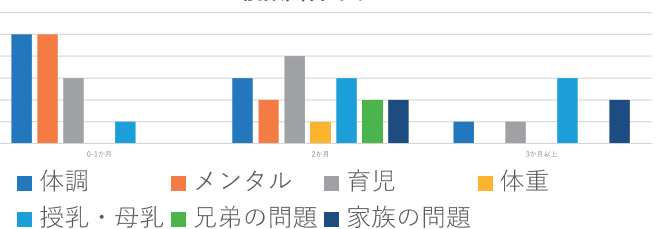
宿泊型における市との連携

宿泊型を開室した2020年10月より2021年1月まで4か月間の実人数66人について、市との連携状況

11

当事業所の産後ケア事業での相談内容

困っていること21名
複数回答あり



12

- 体調メンタル
 - ・疲労感 ・高血圧 ・産後うつ
 - ・相談相手がいない ・精神的に辛い
- 育児
 - ・一人での育児が不安
 - ・二人きりで辛く育児放棄したかった
 - ・コミュニケーション(泣き方で希望が違う)
 - ・爪の切り方
 - ・寝かせ方
- 母乳・授乳
 - ・飲ませ方 ・飲みムラ
 - ・授乳が頻回(母が休めない)
 - ・乳管閉塞
- 兄弟の問題 家族の問題
 - ・登園自粛で兄弟の対応
 - ・夫がうつ

13

市との連携

利用した実人数66人中、**市と連携したのは13人(19.6%)**で、市からは7人の連携があり、連携内容はEPDS高値、育児不安、きょうだい・双子の育児疲れ、夫のメンタル問題などであった。

産後ケア事業施設より連携した6名は児の体重増加不良、夫のメンタル、産後うつ既往、育児不安であった。

14

デイケア型と小児科診療所との連携

デイケア型を2018年7月より2021年1月までに利用した実人数268人について、当小児科診療所を利用した割合とその内容

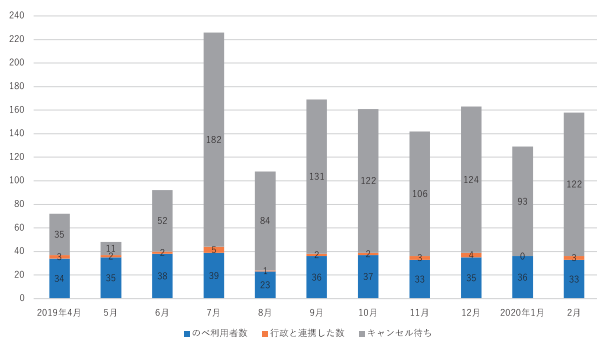
15

平成30年7月1日より平成31年1月31日までに利用した母子51組 延べ162組

第1子	第2子	第3子	
28名	18名	5名	
～29歳	30～34歳	35～39歳	40歳～
7名	16名	18名	10名
	第1子	第2、3子	計
0ヶ月	4名	7名	11名
1ヶ月	10名	8名	18名
2ヶ月	7名	4名	11名
3ヶ月	7名	4名	11名

16

産後ケアの「利用者」と「キャンセル待ち」と「行政との連携数」



17

母親の身体面の不調：全体の51%

寝不足
産後の体力回復 疲れやすい
腰痛・膝痛 手首の痛み
恥骨結合離開 貧血

母親の心理面の不調：全体の18%

適応障害 パニック障害 不眠
過労 家族のこと
体調不良で不安

・状態によって受診を勧めた
・スタッフが話を聞きゆっくり休めるよう配慮

スタッフが傾聴し、場合によっては市と情報を共有

18

出産後の育児について：82%

上の子について
サポートしてくれる人がいない
子供が寝ない 育児手技
母乳に関すること

子供のこについて：全体の14%

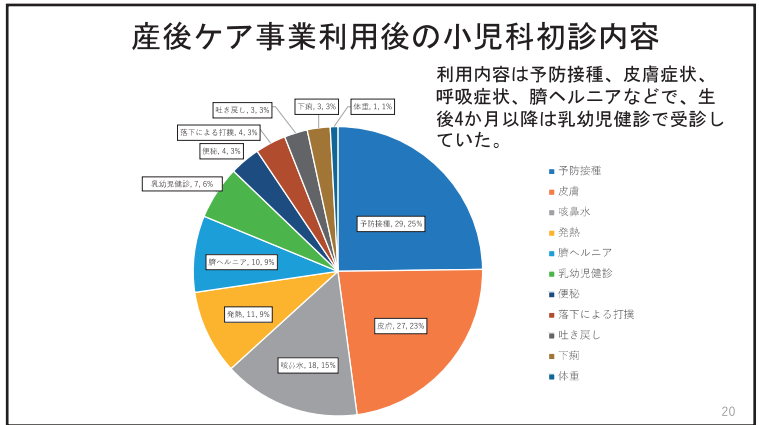
飲みムラ 吐き戻し 便秘
臍ヘルニア
肌荒れ 子供の障害 予防接種

市の育児支援制度・施設の紹介
スタッフによる相談・指導
小児科紹介

小児科と連携
スタッフによる指導

月齢が2ヶ月近くなると予防接種
について多く説明を求められた

19



小児科との連携事例

- 産後ケア施設での兄弟の相談から兄弟の受診につながったことがあった。
- 第1子を亡くした母子や子供の障害が危惧される場合は、速やかに小児科へ紹介した

21

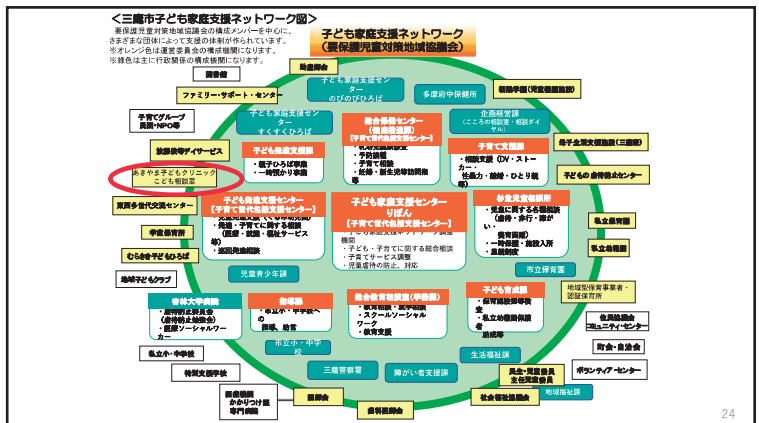
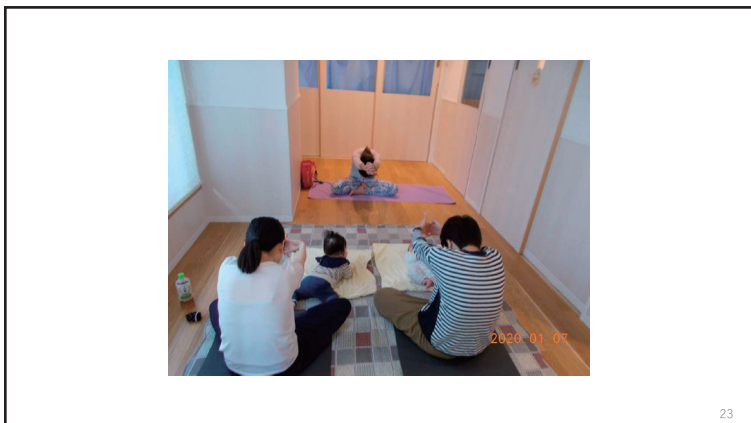
子育て広場との連携

【4to5 フォー・トゥ・ファイブ】

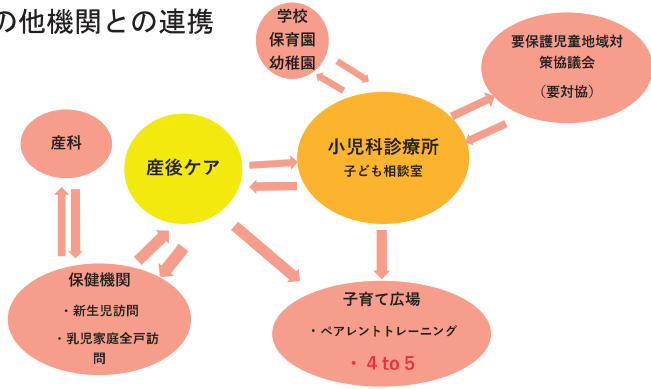
開催日時：火曜日 10:00~12:00
 場所：子育て広場「モモ」
 対象：4ヶ月~5ヶ月の赤ちゃんとお母さん
 ☆1日3組の親子
 費用：1回2000円(ランチ代込み)
 持ち物：赤ちゃん用品・利用料・ヨガ用ウェアなど

*施設で用意してある物：ミルク用お湯・白湯・ヨガマット

22



地域の他機関との連携



産後ケア事業の取組

- ・小児科診療所併設による産後ケア事業は、小児科の活用方法（受診内容）を早期に保護者に助言することができ、小児科受診への垣根を取り除くことができる。
- ・産後ケアでの相談は、子どもの月齢によって変化しており、そのことを念頭に対応することが望ましい。
- ・保健機関と連携することによって、新生児訪問や乳児家庭全戸訪問などで、早期に親子へ支援を開始することができる。
- ・子育て広場など、親子に身近な地域資源を紹介することができる。
- ・小児科診療所が持つ地域のネットワークを活用することができる。
- ・産後ケア事業は、後述の報告書の事例に示されるような様々な効果的な支援が期待できる。

26

【効果的支援の事例集】

産後ケア事業の効果的支援は、令和2年度「地域における『産前・産後サポート事業』及び『産後ケア事業』の効果的な展開に関する調査研究報告書」の事例集にまとめられている。

1. 育児全般への強い不安感に対する早期支援
2. 複数の母子保健事業を活用した継続支援
3. 県助産師会と連携した他種の産後ケア事業を活用した養親支援
4. メンタルヘルスケア・愛着形成サポートを中心とした継続支援
5. 小児科診療所における産後ケア事業、不妊治療による出産の愛着形成をサポート
6. 療育手帳を持つ妊産婦を家族とともにサポート
7. 早退による育児不安、仕事復帰に向けた支援
8. 妊娠期から強い精神不安に対する他種組み合わせ合わせた継続支援

27

【結語】

産後ケア事業施設は利用者のニーズを丁寧に聴くことで、利用者を確実に行政や小児医療や地域の子育て支援機関に引き継ぐことが可能である。

小児科診療所併設の産後ケア事業施設は小児医療につなげやすく、妊娠期から子育てにわたる切れ目のない支援の目的に合致すると思われる。

本報告は母子保健推進会議が厚労省令和2年度「子ども・子育て支援推進調査研究事業」として行った「地域における『産前・産後サポート事業』及び『産後ケア事業』の効果的な展開に関する調査研究」報告書による。

28