

令和4年度 厚生労働省母子保健指導者養成研修

研修1

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

概要資料

プログラム概要

	研修プログラム	講師	プログラムの内容
①	行政説明 母子保健行政の動向	厚生労働省 子ども家庭局 母子保健課	最近の母子保健行政の動向
②	講義 妊産婦のメンタルヘルスケア	千葉大学社会精神保健 教育研究センター/医療法 人学而会木村病院 渡邊 博幸 氏	母子保健活動において必要な周産期におけるメンタルヘルスの基礎知識と実際の対応について
③	講義 産後ケアの必要性と その実際	あきやま子ども クリニック 秋山 千枝子 氏	産後ケア事業の必要性やその実際について
④	事例紹介 産後ケア事業の実際 山梨県での実施	山梨県子育て支援局 子育て政策課 課長補佐 大船 朋美 氏	山梨県における産後ケア事業展開の役割について紹介
⑤	事例紹介 富山市産後ケア事業の 取組と、広域連携市町村 からの受け入れについて	富山県富山市 こども家庭部 こども健康課 副主幹 高木 絹枝 氏	富山市の広域受け入れの取組の現状と課題について紹介

② 妊産婦のメンタルヘルスケア

【研修講師】

千葉大学社会精神保健教育研究センター/医療法人学而会木村病院 渡邊 博幸 氏

研修のポイント

【妊産婦メンタルヘルス不調の特徴と把握方法】

○周産期は生理的・身体的変化や心理的变化、生活環境の変化が重なり、マタニティブルーや周産期発症のうつ病・躁病、産後精神病等の様々なメンタルヘルス不調が起きやすく、注意が必要。

○妊産婦のメンタルヘルス不調は、乳児家庭全戸訪問事業や産婦健康診査事業等で「育児支援チェックリスト」「エディンバラ産後うつ病質問票（EPDS）」「赤ちゃんへの気持ち質問票」等の質問票を用いてスクリーニングされる。

【母子 - 精神保健医療の連携】

○周産期メンタルヘルス連携は、人事交流の少なさや支援の細切れ化、要支援者の移動等の要因により連携不全に陥りやすい。

○メンタル不調者のリスクを、EPDSによるスクリーニング結果や緊急性・育児機能の評価結果に基づいて振り分け、軽症・中等症・重症の段階に応じて母子保健（保健師）と精神科医療機関が適した形で連携を取ることが望ましい。

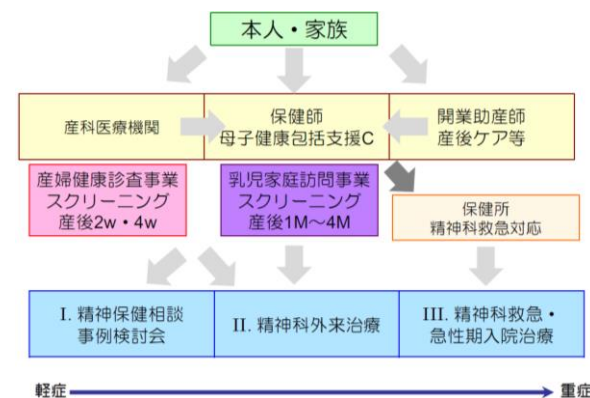
【木村病院の産後メンタルヘルスケアの取組】

○学而会木村病院では、女性のこころ専門外来やストレスケア病棟を設置し、千葉市助産師会との連携等を通じ、メンタル不調者のリスクに応じた対応を行っている。産後メンタル不調女性の受療に積極的に取り組む精神科医療機関にて、2018年から「ママのメンタルケアネットワークちば」を構築、連携マップを作成して各所に配布している。

図表：妊産婦にみられる特徴的なメンタル不調

	産婦での発症頻度	好発時期	症状・特徴
マタニティブルー	40-90%	分娩後3-10日頃発症、2週間以内で消退	不機嫌、不眠、涙もろさ、集中力低下など軽度うつ症状
周産期発症のうつ病・躁病（DSM-5）	10-15%	産後数週から数ヶ月以内に発症。	50%は妊娠前から発症 出産後の抑うつは後に双極性障害に進展 （治療法が単極うつ病と異なる）
産後精神病	0.1-0.2%	産後一ヶ月以内が好発。	双極1型の既往や家族歴 急性の発症経過をたどる。幻覚、妄想、減衰、興奮、錯乱、昏迷。嬰兒殺に注意

図表：精神科医療機関の産後メンタルケア連携対応図



④ 産後ケア事業の実際 山梨県での実施

【研修講師】

山梨県子育て支援局 子育て政策課 課長補佐/大船 朋美 氏

研修のポイント

【山梨県の産後ケア事業】

○宿泊しながら母親の回復と育児技術指導を提供する事業の必要性から、産前産後ケアセンターを設置

○県と全市町村による広域連合体での運営（山梨方式）によって、人口規模が小さくても宿泊型産後ケアサービスの提供が可能になり、医療機関や助産師会との専門家との連携や全市町村でのサービス検討が促進された

【産前産後ケアセンター】※委託

○スタッフ配置は、助産師17名、心理職2名、保育士1名、事務職2名

○6部屋（和、洋室）うち2部屋は未就学児の同宿可能

○利用希望者が市町村に申請し、市町村が利用者に連絡票を送ると共にセンターに情報を提供する。利用希望者がセンターに電話で宿泊予約をし、センターは市町村へ利用状況を報告する。

【産後ケア関連事業】

○産前産後ケアセンターPR事業（産前産後ケアセンターについて周知）

○妊産婦メンタルヘルスサポート体制強化事業

・心理職による相談事業

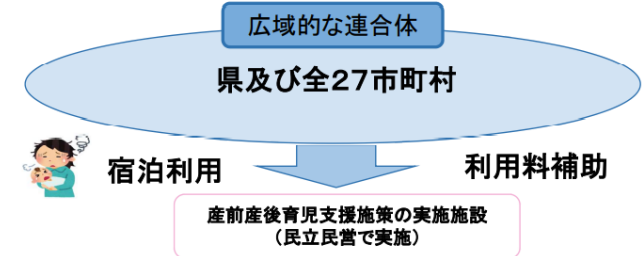
・人材育成事業（市町村職員等対象の研修、専門医のスーパーバイズ）

・産後うつ予防事業の普及啓発

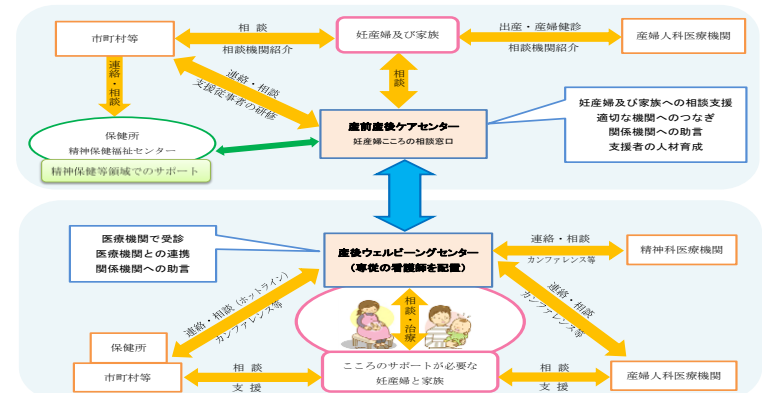
・産後ウェルビーイングセンターへの専従看護師の配置（関係機関職員と専門医をつなぐ調整役）

図表：産前産後ケアセンターの山梨方式運営

- ・事業の遂行能力や効率性に着目し、専門的な能力を持つ事業者を公募し、民立民営で実施
- ・全県的にバランスのとれた支援を実施するため、県と市町村で構成する広域的な連合体を実施主体とする



図表：妊産婦メンタルヘルスサポート体制強化事業



⑤ 富山市産後ケア事業の取組と、広域連携市町村からの受け入れについて

【研修講師】

富山県富山市 こども家庭部 こども健康課 副主幹 高木 絹枝 氏

研修のポイント

【富山市の産後ケア事業】

- 富山市では、令和元年度以降デイケア及び宿泊共に100人前後の利用実績となっており、デイケアは半日～6時間での利用、宿泊は1～2泊の利用が多くなっている。
- 30代の母親の利用が直近増加傾向にある。その他利用者のうち3～4割に気がかりな点がみられている。（育児不安、母の精神疾患 等）

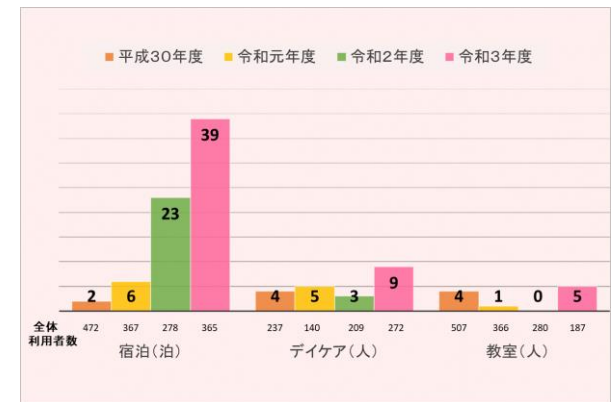
【広域連携の取組】

- 平成30年4月から連携中枢都市圏（富山市、滑川市、立山町、舟橋村、上市町）における産後ケア事業の広域連携を開始。良質な子育て環境の共有による圏域全体の出生率の向上等を目指し、地域包括拠点施設である「まちなか総合ケアセンター」の、産後ケア応援室事業、病児保育事業が、連携事業として選定。
- 連携市町村による富山市の産後ケア応援室の利用は増加傾向（右図参照）。また利用料は「基本料金」での支払いとなるが、本市民が利用した際の利用料（「利用者負担額」との差額は、還付払いの制度がある。

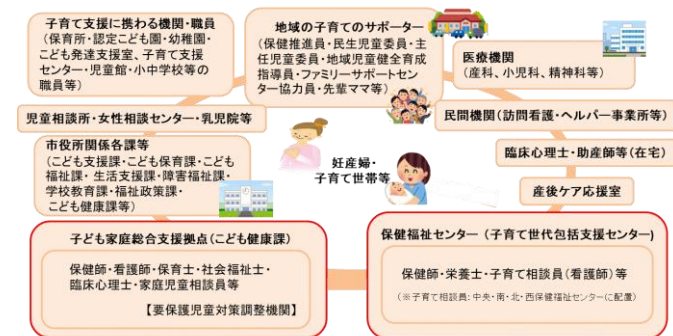
【関係機関の連携/育児サポートネットワーク形成】

- 医療機関（市内総合病院 等）や行政機関（保健福祉センター、まちなか総合ケアセンター、こども健康課）が集まる連携会議を年1回開催。
- 保健福祉センター（子育て世代包括支援センター）が関係機関や地域等と連携した支援の提供や、新システムを活用した児童虐待の発生予防や早期対応、重症化予防につなげることで、すべての妊産婦・子育て世代等が安心して妊娠・出産・子育てができるよう、育児サポートネットワークを構築する。

図表：連携市町村利用実績
(産後ケア応援室)



図表：富山市の育児サポートネットワーク（富山市版ネウボラ）



保健・医療・福祉・保育・教育・地域が連携して子育て世代を応援！