

目的：妊産婦のメンタルヘルスケアや児童虐待の効果的な予防には出産直後のケアが重要だとされており、妊産婦の身体面・精神面のケアに関する基礎知識等を身につけ、適切なケアの提供につなぐことのできる保健師、助産師等の養成と、妊産婦等に対する支援の充実を図るために開催します。

対象：自治体において産後ケア事業を中心的に担っている者（または、産後ケア事業の実施に向け、中心的な役割を担っている者）及び、自治体の委託を受けている産後ケア事業実施施設の職員

※本資料は当日参加ができなかった方にも講義内容が理解しやすいように、実際の講義と当日配布した資料を元に事務局において作成した資料となります。詳しい内容は、特設HP内の終了報告に掲載の資料をご覧ください。

1. 産後の母子を地域で支える

★産後ケアの必要性

- 「孤育て」となってしまう状況

 - ・ 出産や子育ては人生で1～2回のライフイベント
 - ・ 働く女性の増加→結婚・出産は後回し 出産の高齢化→親が高齢、遠方、介護等で頼れない
 - ・ 核家族化、転勤族
 - 地域との関係の希薄化→虐待で通報されるのではないかな
 - 閉じこもる→行動範囲が狭くなる→孤立化
 - ・ 男性の育児休暇取得率の低さ
 - 2018年度は6.16%（女性は82.2%）夫に頼れない・孤独
 - 育児休暇取得率は少しずつだが増加している
- 身体的リスク

 - ・ 妊娠高血圧症候群、前置胎盤、胎盤早期剥離は加齢に伴い増加→帝王切開増加
 - ・ 出産に時間がかかる＝回復にも時間がかかるため、身体的ダメージ大
- 社会的リスク

 - ・ 親も高齢で頼れない
 - ・ 社会的役割の喪失感
 - ・ 受援力不足、SOS出せない
 - ・ 不妊治療の増加（出産がゴール）
- メンタルヘルスケアも含む産後ケアの必要性が高まっている
- ・ 女性の一生のうちで、妊娠中や産後はうつ病が起こりやすい時期
 - ・ 出産年齢の高齢化により、妊娠・出産による心身への負荷が大きくなっている
 - ・ 産後の支援者不足による孤独な子育て環境で不安が大きい
 - ・ 児童虐待相談対応件数は増え続けており、虐待の背景に母親の精神疾患等もある
 - ・ 産後1か月で産後うつのリスクがある褥婦は9～13%程
 - ・ 妊娠中～産後の女性の死亡として自殺が多く、自殺者の背景に精神疾患が多いことが明らかに

★支援のポイント

○気づきのタイミング

妊娠中	出産時	産後
・ 母子健康手帳交付時（既往歴、経済状況等） ・ 妊婦健診受診時 ・ 出産準備クラス	・ 入院期間中出産施設での様子	・ 2週間健診や1か月健診 ・ 新生児訪問（EPDSスクリーニング） ・ 産後ケア ・ 乳児家庭全戸訪問 ・ 乳幼児健診

○支援が上手くいくポイント

- ・ 誰かが気づいて、妊産婦のために動く。
- ・ 気づいた人が、必要な専門職や関係機関につなぐ。
- ・ 関係機関が必要なときに、必要な援助を行い、報告しあう。

★産後ケアのニーズと効果

- 産後の女性の具体的なニーズ

 - ・ 出産による身体的疲労感が強いので休みたい
 - ・ 母乳で育てたいので授乳のケアを受けたい
 - ・ 心理的にイライラしたり、つらくなっている
 - ので話を聞いて欲しい（誰か大人と話したい）
 - ・ 赤ちゃんのことも大事だけど、「わたし」も優しくされたい
- 産後ケアによってもたらされるもの

 - ・ 女性の自律（安全→安心→承認→自律）
 - ・ 親子関係の基盤（愛着形成）
 - ・ 個から家族、そして地域へ（社会性の発達）

2. 助産院の立場から母子を支える

★助産院という「場」

- ・助産院は、「実家」や「実家のお母さん」にはなれないけど、実家のお母さんよりも子育てを応援し、女性から母親への変化をお手伝いする場所
- ・妊娠・出産・産後・子育て世代に限らず、あらゆる世代の人たちが交流できる「地域のおうち」「安心できる居場所」づくりを目指している

★なぜ助産院で産後ケアを行うのか

病院のような病気療養のために整えられた環境ではなく、出来るだけ自宅に近い環境で、育児や生活支援に精通した人がゆっくり関わることが大切。

★助産院での産後ケアにおけるメリット

- 休養
ゆっくり休める、食事が出来る
- 受容される体験
育児不安の相談が出来る、育児技術を教わる
- 授乳が上手くいく
乳房ケアを受けられる
- 人と人との交流...ひとりぼっちではない

★具体的な産後ケアの内容

- 母子の身体的ケア：児の健康状態の確認、自分の身体状況の確認等
- 母親へのメンタルケア：母親の話を傾聴するなどの心理的支援
- 具体的な育児技術：上手な抱き方、児との関わり方等特に母乳育児支援の必要性が高い
- 家族などの身近な支援者との関係調整
- 地域で育児をしていくうえで、必要な社会資源の紹介等

★今後の課題

- 多くの人に産後ケアの必要性を知ってもらうこと
- 助成などがあり、色々な人が利用できること
- 産後を支援する専門職の技術向上
- 産後ケアのエビデンスの構築や効果の検証
- ケアの標準化とガイドラインの作成

ディスカッション「産後ケア事業実施施設と自治体の連携を考える」

★ディスカッションの視点

- ・産後ケア事業の実際は？…開始までの準備、開始後良かった点、困っている点、今後の課題など
 - ・自治体として望む産後ケア事業と実施施設の実際 等々…
- 上記を各班で話し合い、全体で情報共有。

○利用料の課題

- ・具体的な助成金が市町村によって異なる
- ・アウトリーチの場合、赤ちゃん訪問と産後ケアのどちらも料金が発生し、自治体の予算取りが困難
- ・料金設定、あまり高いと利用してほしい人に使ってもらえない
- ・市町村は予算がないが、医療機関側としては実施するからにはお金かかる
- ・非課税世帯、市税の滞納の人を対象にするか
- ・何日前までに申請し、キャンセル料が発生するのか、利用中にもう帰りたいとなった場合の対応

○対象者についての課題

- ・産後ケアは特別なことではないと
- ・「自分が対象だとは思わなかった」という利用者の声があった
- ・訴えがあれば事情を聴いて受け入れる
- ・精神疾患のある方への対応、診療報酬の関係で難しいことも。
- ・対象者の産後の期間が4～12か月まで様々
- ・保健師が必要な方に利用を勧めるパターンも、対象者としてはどうするのがいいのか

ディスカッション「産後ケア事業実施施設と自治体の連携を考える」（続き）

○周知・広報の課題

- ・始めても周知が広がっていかず、本人からの希望が少ない
- ・病院から勧められるケースが多い
- ・利用の人数もそんなに多くない、産後ケアの周知がまだ足りないのではないかな

○事業の実施・運営の課題

- ・お母さんたちにとって安心できる場である必要がある
- ・アセスメント、母子手帳交付の時が一番聞き取りやすい
- ・ハイリスクの人をカバーできない
- ・事業の評価、受けた人にアンケートだと評価ではない
- ・土日の運用について
- ・産婦健診
- ・産後ケア実施部署、保健センターの中に包括支援センターがあり、そこがやっている
- ・児童福祉で検討している
- ・利用申請が却下になった場合、自分の悩みを否定されたのではないかと思われてしまうため、従来の母子保健事業で丁寧に担保する必要がある
- ・持ち物リストを作成し、出来るだけ物を持たないで来てもらえる用意配慮している
- ・土日に緊急で利用があった場合の申請事務の問題がある
- ・元々持っている地域資源による
- ・妊婦健診、ママパパ学級、産婦健診、二週間後でEPDSの数値高いが落ちてくる
- ・始めて良かった点、助産師が産後ケアの専門的ケアができる
- ・NICUから退院した後に産後ケアを利用し、子育ての練習が出来る

○人材の問題

- ・助産師の高齢化、夜勤難しい
- ・助産師の育成が必要
- ・子育て世代包括支援センターを立ち上げることによって、妊娠中からケースを拾い上げることが出来るがスタッフの負担が増えている、どう地区担当へつなげていくか

○産後ケア実施機関との課題

- ・市町村と病院が契約しても余力がなく、近い地域のケースが優先されて、サービスに結びつかない
- ・虐待予防のため、ハイリスク等の本来使ってもらいたい方、精神科既往歴がある人は、施設側からNGとなってしまう
- ・病院の受け入れ、公立病院なかなか受け入れが進まないことがあり、民間の方が良いのかどうか
- ・総合病院はお産で手一杯で病院の体制が不十分
- ・保険が効かない入院は受け入れられないと言われてしまう
- ・ケアの質も問われてくる
- ・精神科との連携が難しく、赤ちゃん連れで引き受けてくれる人がいない
- ・分娩施設も大変なのに産後ケアやってくれるところがない、
- ・誰でも使えるようにしたいが、分娩優先で、受け皿の問題がある
- ・助産院を活用したい
- ・病院の空きベッドがあっても、お産をした人のケアも必要で、理想は行政直営の施設があるといい
- ・宿泊型を委託しているが、退院した後の利用だと感染症も問題がある

【総括】

- ★人材について、小さい市町村は県や保健所に掛け合うと県の助産師会からの派遣等を紹介してもらえることがある
- ★周知の問題は、「使ってみて良かった」という声を伝えることが重要。ママパパ学級等で、信頼のおける口コミで広めてもらう
- ★評価方法については、個別に対応する産後ケアの場合、最初は個別に丁寧に聞き取りをする、色々な調査がなされているので、質的な研究の成果を少し利用させてもらうとよい