



子ども保健課 保健師

医師や看護師の役割はげがや病気の治療をすることですが、保健師の役割は予防をすること、健康増進に関する活動をするにすぎず。地域に出て困っている人の相談に乗り、医療・福祉などの専門機関につなげる役割も担っています。

市では妊娠・出産・子育ての期間を切れ目なくサポートするために、子育て世代包括支援センター事業を実施しています。保健センターで働く保健師に話を聞きました。

医師や看護師の役割はげがや病気の治療をすることですが、保健師の役割は予防をすること、健康増進に関する活動をするにすぎず。地域に出て困っている人の相談に乗り、医療・福祉などの専門機関につなげる役割も担っています。

その中でも母子保健ではお母さんが安心して出産・育児に臨めるよう、サポートすることな

妊娠期から子育て期まで切れ目なく支援

市では妊娠・出産・子育ての期間を切れ目なくサポートするために、子育て世代包括支援センター事業を実施しています。保健センターで働く保健師に話を聞きました。

どが役目です。そのために妊娠期から面談を行い、困り事に応じた教室を案内します。出産前から保健師のサポートが受けられることを妊婦さんに知ってもらうことで、産後の見通しを立ててもらいやすくなります。

お母さんたちからは「自分の育児が正しいのか不安」という相談をよく受けます。育児には正解がないので戸惑うことは多いと思います。けれど、どのお母さんも子育てに奮闘していることがとてもよく伝わってきます。「こんなことで相談していいのかな?」と思わず、赤ちゃんの抱き方や、夜なかなか寝てくれないなど、さまざまなことでも気軽に保健センターに相談してください。私たち保健師は丸となってサポートします。

保健師が子育てをサポート いつでもどんなにでもお気軽に

近年子育てに不安を持ちつつも、身近に相談できる人がいないお母さんが増えています。妊娠届出時のアンケートで支援者の不在・不足など、支援が必要な妊婦さんが全体の約4割いることが分かりました。

市では妊婦さんの不安を少しでも解消するため保健師が妊娠期から手厚くサポートしています。保健師は「赤ちゃんはみんな育てる」という気持ちでお母さんからの相談を受け止めます。いつでもどんなことでも気軽に相談ください。

問合せ先 子ども保健課

☎661・1108



母親の孤立化を防ぐには外に出て交流を

母親の孤立化が進んでいる背景には、核家族化の進行で祖父母からの支援が受けられないこと、昔のように近所さんや交流を持つて一緒に子育てをすることが難しいことなど、子育てを取り巻く環境の変化があります。孤立化を防ぐためには、保健センターなどを訪れて、困り事の相談窓口である保健師さんや、他のお母さんと交流することが大切です。交流する中で困り事の助言をもらえらるし、悩みを話し合うだけで気持ちが楽になります。

「みんなで助け合う」周囲の協力が重要

お母さんたちが外に出

るためには、「みんなで助け合う」という市民の皆さんの理解が必要です。電車の中で赤ちゃんが泣いた時に「泣いて大丈夫だよ」と温かく見守る、ベビーカーの乗り降りを手助けするなど、周囲のサポートがお母さんたちの励みになります。保健師など専門職と関わることはあくまで「点」であり、生活は「線」上にあります。点と点を結び「線」とするために、市民の皆さんにも共同養育者の一員として応援していただきたいです。

今までは妊婦健診・出産をする病院、生活のサポートをする保健センターなど、施設が分かれていて、状況の変化に気付くことが難しい環境でした。高槻市が行う子育て世代包括支援セ



大阪医科大学教授 佐々木綾子さん

ンター事業では、出産前から担当の保健師と顔なじみになることで気軽に悩みを相談することができ、産後1つ目の早期発見など、異常に気付きやすくなるという効果が表れています。

世話体験など子育て前準備が親性を育む

子育て前に親になる準備をしておくことが大切であることを親になる人たちにぜひ伝えたいです。妊娠・出産前に赤ちゃんや子ども、祖父母の世話やベットの世話など、世話体験を多く経験しておくことで親性が育ちます。体験を通して人の気持ちが分かるようになることが期待できます。

プレパパ教室

「手伝い」ではなく自然にできるようにしたい

育児の知識が全くなく、赤ちゃんが急に病気になった時の対応などに不安があったので参加しました。先輩パパの講義では、赤ちゃんが泣きやまない時の対応など、アドバイスをもらい、今後の心構えができました。また、人形を使った実習では、おむつ替えを初めて体験して具体的なイメージが持てました。実習で学んだことを生かし、

育児を「手伝う」のではなく、自然に当たり前にできるようにしたいです。

小林 拓也さん・佐和子さん夫妻



プレパパ教室

ベビー人形を使った、抱っこやおむつ替え体験、先輩パパの講話など
(対象：妊娠5カ月以降の妊婦の夫)



学校

学校への出張講座



妊娠・出産・育児のしくみを説明します

4か月児健診

計測・診察で赤ちゃんが順調に成長しているか確認。健診の最初と最後に保健指導あり
(対象：4・5カ月ごろの乳児)



母子保健事業に携わる保健師の仕事の3つの柱は健診・教室、家庭訪問、地域活動です。保健師は、それぞれ担当地区を持っており、保健センターで定期的に行う健診以外に、地域に密着した活動も行っています。地域の身近な相談役として、いつでも気軽ににご相談ください。

健診・教室、家庭訪問、地域活動を柱に地域に密着した支援

保健センター



みんなで待ってるよ!

母子健康手帳の交付

妊娠が分かったら、まずは保健センターへ。保健師などが母子健康手帳を発行し、子育て支援サービスの案内や、子育て支援プランの作成などを行う



初めての妊娠で心配。話を聞いてもらえますか?



妊婦さんとの面接

病院

乳児相談会

認定こども園や公民館に保健師が出張し、相談・身体計測を行うほか、日々の子育ての悩みなどを話し合う交流会を実施 (対象：0歳の乳児と保護者)



乳児相談会
身近な場所で保健師さんに会える

西 友絵さん
結菜ちゃん



いつも電話や家庭訪問などで子育ての悩みを相談している保健師さんに、家の近所の認定こども園で乳児相談会があることを聞いて参加しました。保健センターが遠いので子どもを連れて気軽には行きづらかったのですが助かりました。他県から引っ越してきて子育てを相談できる人がいないので、身近な場所で保健師さんに相談できてうれしいです。また、他のお母さんたちとも交流できて、悩みを持つのが自分だけではないと分かり安心できました。こういう機会があれば参加して知り合いづくりのきっかけにしたいです。

家庭訪問

妊婦さんや生まれたばかりの赤ちゃんがいる家などを訪問し、一緒に成長を確認 (対象：妊婦や新生児・未就学児がいる家庭)



ご家庭