

赤ちゃんのいる生活を支える「産後ケアセンター」

～世田谷区と武蔵野大学との協働による
「武蔵野大学附属産後ケアセンター 桜新町」の取り組み～

出産直後の母子を対象とした宿泊型子育て支援施設「産後ケアセンター」が注目され、国もモデル事業として導入することを決めた。「産後ケアセンター」は、日帰り・宿泊の利用ができ、宿泊利用時には、母親と赤ちゃんは24時間体制で助産師や保育士などの専門職のケアを受けることができる。産後の母体の回復はもちろんのこと、赤ちゃんの健康チェックと基本的な育児の方法を学ぶことができる施設だ。産後、うつ状態や孤立してしまうケースもあることが明らかとなり、退院直後の母親への支援が必要であることは認識されてきたが妊娠・出産・育児と切れ目のない支援は十分ではない。全国には「産後ケアセンター」を独自に取り組み自治体はわずかにあり、母親への支援として効果を上げている。そこで世田谷区桜新町にある「武蔵野大学附属産後ケアセンター」の取り組みを紹介したい。

国のモデル事業としての「産後ケア」

2013年6月、国は「少子化危機突破のための緊急対策」の一つとして「産後ケア」の強化を打ち出した。産後の育児不安や児童虐待との関連も指摘されていることから、退院後の母子にできる限り早期に接触を図り、必要な支援につなげることを目的としている。

今まで少子化対策は人口バランスの中で語られ、子育て支援策が進んではきたが、産後の母親へのケアは積極的に行われてこなかった。以前と比べて親族の援助も受けられなくなっていることもあり、母親の不安を軽減する「産後ケア」の取り組みはますます必要となっている。

モデル事業は、早期の電話相談の充実を図る「産後早期ケア（産後3・4か月まで）」の強化、産後ケアセンターにおいて休養（日帰り・宿泊）等を行う「産後レスパイト型事業」、母親の話し相手や一緒に外出するなどの支援を行う「産後パートナー事業」の三つが盛り込まれている。現在活動していない助産師や元気なシニア世代の活用、産後の母子を地域につなげるなども視野にあり、その事業が実施されれば地域の中で産後ケア事業が広がり、豊かなコミュニティの中で子育てできる環境ができてくるのではないだろうか。

児童虐待のないまち世田谷をめざして

世田谷区では地域の親たちの働きかけの中から2001年に「世田谷区子ども条例」が制定され、子ども計画に「支援を必要とする子どものサポート・家庭のサポート」が柱立てされた。そして2008年3月、世田谷区と武蔵野大学との協働事業により日本で初めての産後ケア施設「武蔵野大学附属産後ケアセンター 桜新町」を開設した。

世田谷区は児童虐待に関する相談の増加や乳児期

初期に重症例が発症しやすい現状に対して、虐待の二次予防として早期発見・早期対応できるよう「産後ケア事業」としてセンターを立ち上げた。区の土地を貸付けし、そこに事業者が建設（東京都保健福祉基盤等包括補助と区の補助金活用）、委託運営となる。事業実施のための法的根拠が未整備のため、児童福祉法の「子育て短期支援事業」や建築基準法の「児童福祉施設」に準ずることと宿泊を伴うための法令などを確認し、営業届けや開業届けなどの手続きなど、現行法令を活かして時間をかけ事業開始にこぎつけた。

14室ある居室のうち、世田谷区の委託契約は8室、残り6室は事業者の自主事業となっている。保健サー

こんな産後ケアを受けられる

目的：産後の心身ともに不安定な時期に、母子ショートステイ(7日まで)や母子デイケア(7日まで)を実施し、育児不安の解消や児童虐待の予防を目指す

対象：産後4か月未満の母子で、親族から十分なケアを受けられず、育児不安や体調不良等があるもの

内容：助産師(24時間常勤)による母子の身体ケアや育児相談、育児技術の伝達、臨床心理士によるカウンセリング(週2日・予約制)などを実施

利用申込：利用希望日の2週間前から総合支所子ども家庭支援センター(5か所)で申込受付を行い、空き状況を勘案し、子ども家庭課で利用調整及び利用決定を行う

料金：ショートステイ(宿泊) 6,400円(1泊2日)：デイケア(日帰り通所) 2,060円*世田谷区民の場合(*非課税世帯には減免有)

ビスを含む健康づくり課と子ども家庭センターは事業者と連絡会などを通じて連携している。

「ゆっくり おかあさんになってください」
を利用者へのメッセージに

産後ケア事業と助産師の役割

「産後ケアセンター」は、田園都市線の桜新町駅から徒歩7分程度、低層の閑静な住宅地に立地し、スタッフは、地域での活動経験豊富な助産師、保育士、臨床心理士、事務職員で構成している。ブルーとピンクの淡いユニホームを着用した助産師が母親たちのケアにあたっている。

最近の入院期間の短縮で産後5日程度で退院となるため、母親は十分な休息も取れず育児方法もわからないまま自宅に戻ることが問題となっている。狭い住宅事情や実家の両親の高齢化で「里帰り出産」が難しくなっていることや、加えてインターネットなどの膨大な情報の中で育児不安が増しているのが現状である。生まれたばかりの赤ちゃんの命は母親の手にゆだねられるため、助産師は産褥期の母親への支援に重点を置くようにしている。産後の疲れを取ることで、赤ちゃんの命の保護と母親を支えること、母子を地域に戻すことが最も大切な仕事になる。

産後ケアの内容

1. 赤ちゃんのいる生活に慣れるための援助
2. 母親自身のセルフケア能力をサポート
3. 母親の仲間づくりや地域の子育て情報の提供を行い母親の孤立化を防ぐ
4. 育児不安や児童虐待危険の早期発見・対応による悪化防止を目指す

育児する力への支援

出産したらすぐ「母親」になれるわけではない。赤ちゃんの成長とともに子育ての大変さを実感し、そこを乗り越えていく過程で、母親も成長していく。ここでは沐浴や授乳の仕方、あやし方などの基本的な育児の方法を学ぶ。エステや臨床心理士によるカウンセリングも受けることができる。完璧を求める母親は、親としてやらなければならないことがたくさんあり、どれから手を付けてよいかわからなくなる。そんなとき「今必要なことは何か」を考え「できることから始める」ことを促すことで、あきらめない子育てにつなげる。ネット社会で情報量の多い若い世代はハウツーマニュアルがあれば子育てができるという感覚を持っている。マニュアルからの脱却と自分なりの子育てに気づきつ

かけをつくることで、母子が自宅に戻った後も、ゆとりをもって子育て出来るような支援を目標としている。

利用時の母親の年齢は31歳から35歳までが半数近くを占め、「母子デイケア」「母子ショートステイ」ともに多くの母子が利用している。

親子を孤立させないために

母親同士の交流は、悩んでいるのは自分だけではないと気づき孤立感を軽減する場となっている。センターでは自然な交流がすすむよう、手遊びや育児の伝承の時間をつくっている。食事の時間は赤ちゃんを預けてリラックスすることができる時間になっている。この時間は地域に戻ったときの交流のきっかけ作りになっており、母親たちの貴重な共通体験となっている。また、上の子がいる場合は一緒に利用できる家族室も準備されている。



居室の一例：家族室（ベッドタイプ）

センターから区への報告は、適宜の電話連絡と週一回の書面により行われており、必要な場合は子ども家庭支援センターの保健師や保育士による家庭訪問につないでいる。センターの利用は子育ての通過点であるため、地域でのサポートが必要であり、地域連携は欠かせない。

専門知識を活かした「地域の子育て支援」

ケアセンターの助産師は夜勤もあるが、常勤・非常勤とその人の時間の使い方に合わせた働き方ができ、地域に住む専門職の就労の受け皿にもなっている。



中央がセンター長

行政との連携

で、助産師などの専門知識と技術を活かし、母子と地域をつないでいる産後ケアセンターの取り組みは、母親の心身の回復を助け、育児力を高めることにつながっていた。このような取り組みが各地域に広がり、切れ目のない支援が実現できることを期待する。

(ひとまち代表理事 工藤春代)