

## (5) 他機関との広報活動

### 【目的】

住民に対し認知度を高め、利用対象者だけでなく、地域全体へ周知することによって、産前産後に速やかに支援を活用することにより育児負担を軽減する。

### 【内容と結果】

行政機関や民間企業と協働し、商業施設での育児相談会や妊婦体験会、季節のイベント等を活用し、チラシを配布し地域への周知を図る。

#### ①行政（新潟市こども家庭課）協働

商業施設で育児相談会開催や母子保健事業の情報提供（チラシ配布）

施設の利用者約 350 組へ新潟市の母子保健に関する情報（チラシ・パンフレット）の配布  
および 10 組程度への育児相談の実施

#### ②民間企業（パルシステムときめき新潟様）との協働企画

「ママも赤ちゃん♡ココロもカラダも元気になろう！」

「コロナ禍で考える。ママと赤ちゃんの防災」

子育て家庭対象のイベントを開催 年間 2 回開催 延べ 65 組参加

### 【参加者の声】 アンケート自由記載

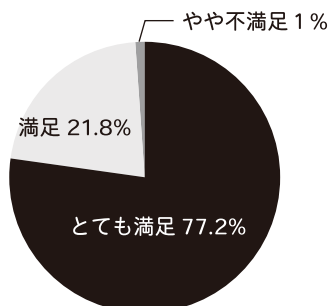
- ・最近防災グッズを見直したところ色々な疑問点があり、今回のイベントで疑問点が解消できました！ありがとうございます。親子共々楽しかったです、また参加したいです。
- ・はじめて参加しましたが、講座なども子どもを気にせずに参加できる雰囲気を作っていただきありがとうございました。催しもとても工夫されていて期待を大きく上回っていただきました。
- ・天寿園の広いスペースでのイベントだったので、子供も楽しそうでした。周りはねんねちゃんやずりハイちゃんが多く、心の癒しになりました。

## <6> 事業参加者の満足度調査

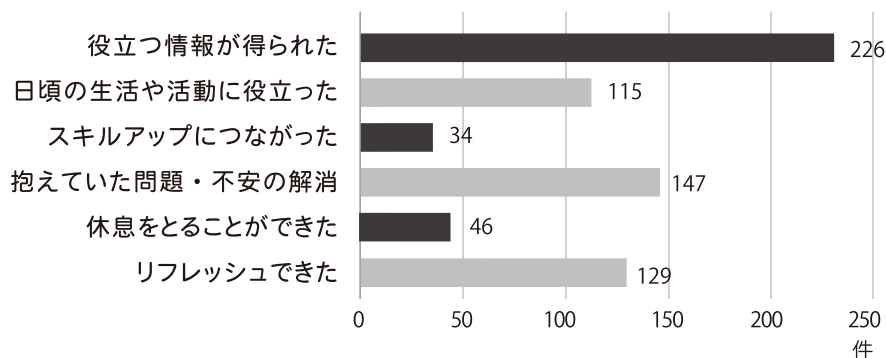
### (1) 参加者の満足度

回収：299件 ※複数回利用の方は、重複回答あり。

#### 1) 事業への満足度



#### 2) 「とても満足」「満足」を選んだ方の良かった点（複数回答可）



#### 【自由記載】

- ・気持ちが楽になった。
- ・現状ですでに子どもも自分もがんばっていると思えた。
- ・心配なことやうまくいかないことなどをミニサロンで解消できるので、日頃安心して過ごせる時間が長くなりました。
- ・相談できるサロンに出会えた。
- ・同じママたちと話せて良かった。

#### 3) 「やや不満足」を選んだ理由

- ・抱えていた問題・不安の解消につながらなかった（3件）

#### 【自由記載】

- ・オンラインの音が聞き取りづらかった。
- ・もっと早く聞きたかった。
- ・チャットに対して返事がなかった。

### (2) 当法人の活動や行政・民間の子育て支援への要望など

- ・カウンセリングやデイケアに対して、助成をいただいて軽い自己負担額で支援を受けられるのがありがたいです。今後とも継続していただくと嬉しいです。
- ・コロナ禍でさらに孤立化しているママは多いと思うので集まって何か作ったりリラクゼーションやヨガの講座などもあったら嬉しいです。また、LINEでの情報提供、個人的にはとても役立っています！是非継続お願いします。
- ・もぐライフはすごいタイムリーな内容だった。行政はスピード感がないのでこういった「なう」なトピックを扱ってくれてありがとうございます。
- ・デイケアの自己負担額がどこもmamaはうすと同じ程度の金額になるように、行政で助成していただけるといいなと思います。
- ・感染拡大中でも個別支援を継続してくださっていて心強く思いました。金銭的にも、手続きの手軽さの面でも、支援を受けやすいはっぴいmama応援団の皆様の活動に大変感謝しています。市の産後ケアも、今後、自己負担額が下がることを願います。
- ・経済的なハードル低く、ちょっと困ったに寄り添っていただけると嬉しいです。是非この活動を続けて頂きたいです！活動拠点が中央区以外にも増えてきたら嬉しいなあと思います。
- ・利用してとても心地よい時間を過ごせました。営利目的ではなく、行政サービスでもなく中間のサービスがもっと各区に増えるとなお良いと思います。また、ケアマネみたいな構造が産前、産後にもあると、支援の情報が知りやすく、なかなか家から出れない人にも支援ができやすくなると思います。そういう支援を是非期待したいです。

## < 7 > コロナ禍における「妊娠期からの虐待防止事業」の現状と課題

### ～コロナ禍における子育て家庭の現状と課題～

#### (1) コロナ禍における妊産婦・子ども・子育てへの影響

新型コロナウイルス感染症拡大が日本にも広がり全国で緊急事態宣言が出されてから、2年が経過している。その頃に生まれた子どもたちが2歳になるのである。この間に子育て支援の現場で見えてきた様々な影響や今後推測される問題点などを下記に記した。あくまで現場で感じられたもので当法人独自の予想の範囲である旨をご了承ください。

##### ○コロナ禍であることでの影響

- ・あらゆる側面で漠然とした不安を感じている。
- ・子育てへの不安が更に強まる可能性がありとから子育て中のイライラへと発展する可能性。

##### ○母親学級・両親学級等の中止・延期による影響

- ・産後の生活への知識・情報不足から産後の不安が強い可能性がある。
- ・母親学級等での出会いがなく子育ての仲間作りが困難である。
- ・妊娠期に夫婦で子育ての情報を共有する機会がなく夫婦で子育てに取り組み意識が育つ機会を得られない可能性がある。

##### ○医療機関の受診制限等による影響

- ・孤独なお産、面会のない入院生活などにより孤独感が継続している場合がある。
- ・乳腺炎等で発熱した際も受診が困難であり、身体的苦痛や不安感が強くなる可能性がある。
- ・風邪等での体調の変化に対して、強度の不安を感じる。

##### ○外出規制による影響

- ・妊娠中の運動不足による体力低下・体重増加。
- ・孤独感や不安が強まりイライラが募る可能性がある。
- ・精神活動の低下によるうつ傾向が生じる可能性がある。
- ・児への刺激が少なく、生活リズムの構築が難しい。
- ・運動不足であり、児の粗大運動などの身体的発達が遅れる可能性。
- ・引きこもりがちになり、母親の孤立感が強まり不安等が高まる恐れがある。
- ・運動不足・筋力低下により短期的・長期的に、大人・子どもに身体的な影響が生じる可能性がある。

##### ○交流の場、相談会等への参加制限による影響

- ・孤立化の可能性。他の母との交流困難。
- ・児の経験不足・成功体験を得る機会が少ない。
- ・情報・知識不足により SNS の情報に頼ることが多くなり不安が生じる可能性がある。
- ・相談時期が遅れ不安な時期が長くなる可能性。
- ・相談時期が遅れ、子どもの成長・発達などへの対応が遅れる可能性。

- ・子どもへの刺激が不足し生活リズムの成立が難しい可能性がある。
- ・人との接触をさけるため社会資源の利用を躊躇する。
- ・交流が少なくなり情緒的交流の体験が不足する。
- ・他の子育てで家庭と交流する機会が少なく、子育て技術を参考にして自然と育つ子育て力が育ちにくい。
- ・交流が少なく会話が減り、ストレス軽減の機会が少ない。

#### ○県外往来制限による影響

- ・里帰り先から数カ月戻れず、家族の新しい生活が始まらず、父親の父性の芽生えへの影響がある。
- ・里帰りができないことや祖父母が支援に訪れることが困難であり、支援体制が脆弱となる。

#### ○在宅時間増加による影響

- ・SNS への情報依存。
- ・活動量低下による身体的影響。
- ・産後身体的回復の遅れの可能性。不快症状の慢性化。
- ・在宅ワーク等による家庭環境の変化から夫婦関係・親子関係の変化。

#### ○消毒等感染症予防のための行動による影響

- ・大人にも子どもたちにも感染予防行動への強迫的思考が強まる可能性。

#### ○オンラインが広がったことによる影響

- ・スマホ・タブレット等を子どもに与えることが日常化している。
- ・メディアへの接触の低年齢化が進む可能性があり、メディア依存などを生み出す可能性がある。

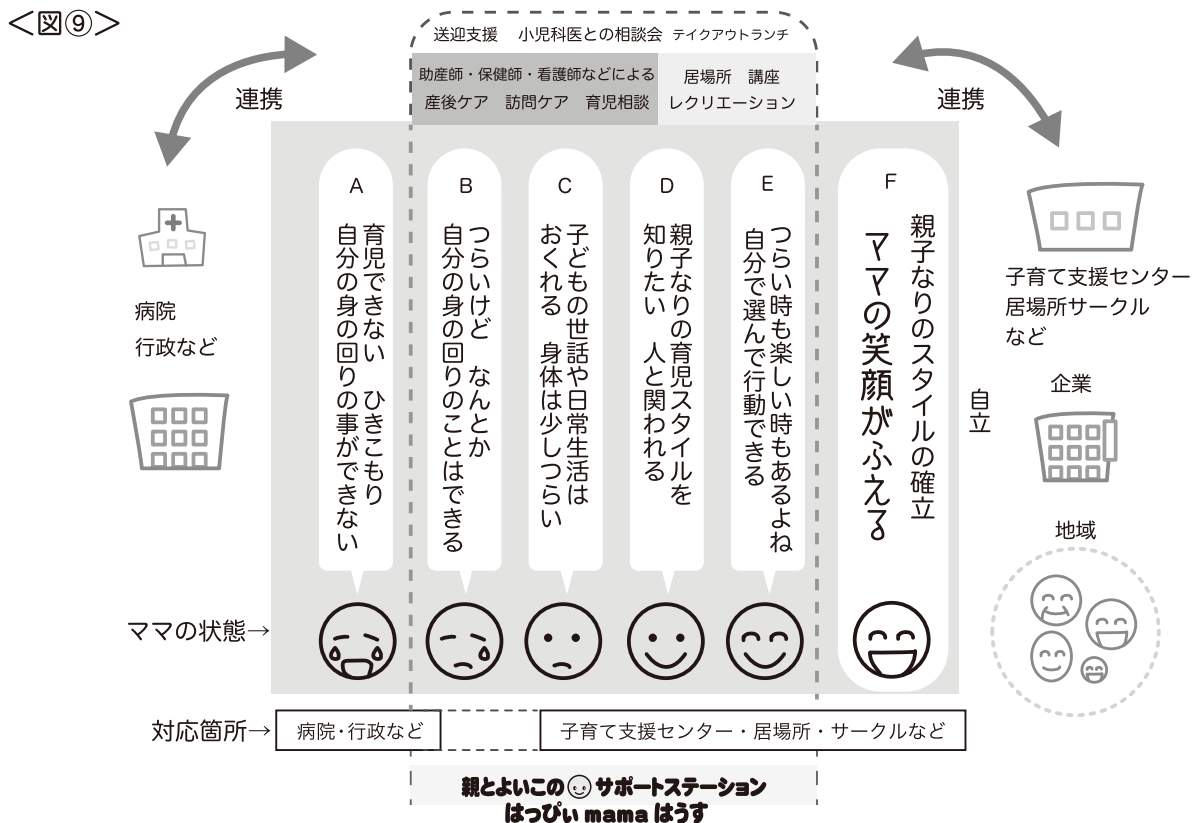
このような様々な影響が考えられ、潜在的ニーズに応えるための支援の必要性が高まっている。

## (2) 妊娠期からの関わりの重要性

上記のように、新型コロナウイルス感染症拡大による生活は、様々な影響が考えられ、全国の緊急事態宣言（2020年3月）から2年が経過し、時間の経過とともに2次的に影響を受けていることも考えると、妊娠・出産・育児、更には子どもたちへの影響は計り知れない。

当時、行政・医療機関の母子保健サービスの中止・延期が相次ぎ、入院時の面会制限や立会い分娩の中止等、妊産婦へのフォーマルな支援体制が大きく揺らいだ。更に、県内外の移動制限や人との接触の自粛は里帰りなどインフォーマルな支援体制をも困難にした。

<図⑨>（13頁）に示すように、子育て中の養育者は、A～Fを揺れ動きながら子育てをしている。産後直後や病気に罹患した時には、A段階と考えられ、そこから徐々に回復しD～F段階では比較的安定しその親子なりに自立して過ごせるようになる。



子育て中は誰もがA～Fを揺れ動いています。

**親とよいこの😊サポートステーション**は、小児科医と助産師・保健師・看護師などの専門職がB・Cのような少し辛いママの身体的・精神的なケアを提供できるところが最大の特徴です。さらに、居場所や学びの場を提供し、その時々状態に合わせた支援活動をしています。また、行政機関など他の機関とも連携し、地域の中でママの笑顔を応援する活動をしています。

産後の回復状況は、妊娠中の過ごし方が大きく影響する。身体的に慢性症状が続くことや、情緒的に不安定な状態など、妊娠中の負担が大きき場合、産後の子育てへの負担も強くなる可能性がある。

コロナ禍以前には、妊娠中の母親学級や両親学級、マタニティヨガ教室など、行政機関や医療機関、民間団体においても妊婦対象の集団指導を積極的に行っていた。それらの場面では、妊娠出産の知識を得るとともに参加者同士の交流の場となり、後々の子育て中の情報共有ができる仲間づくりに繋がることも多く見られた。また、両親参加型のものであれば、夫婦で子育てに取り組む意識が芽生え、母性・父性の育ちを促すことにもなる。妊娠期からの専門職や周囲との関わりが、家族としての育ちに大きく影響を与えてきた。

しかし、コロナ禍より、妊娠期の母親・両親学級が激減し、病院の面会や立ち合い出産にも制限がかかり、妊婦は情報もなく孤独な中、不安なまま出産したという声が多く聞かれた。

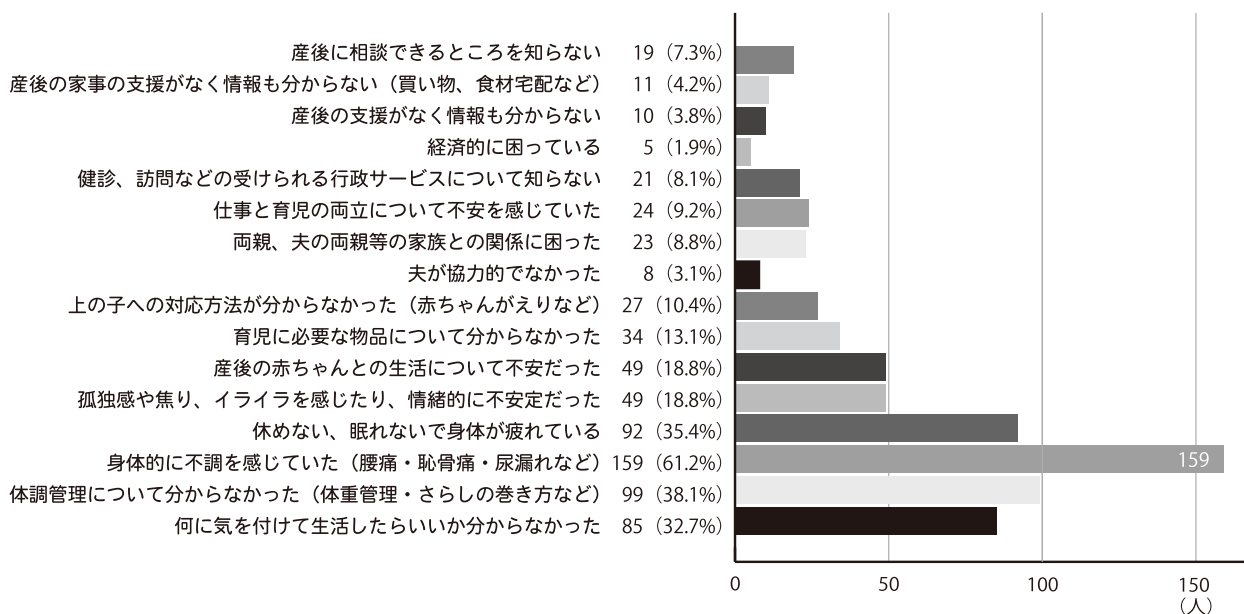
コロナ禍からのこの状況は、子育て中の不安や孤立感の増強、夫婦で子育てをするという意識が育つ機会を失っている可能性があり、母性・父性の育ちへも影響を与え、子育てへの負担が増強する可能性がある。このような状況は、以前からもあった引きこもりによる孤立化や産後うつ・ネグレクト等の虐待を生み出す危険性を更に強めている。これらの予防のために、妊娠期からの母親同士の交流や専門職との関わりが必要として多くの施策が組み立てられており、当法人のような団体の活動も必要とされてきた。その予防的支援活動が十分に提供されない昨今では、妊産婦の孤立化や産後うつ・虐待等で辛い思いをしている妊産婦が声を挙げられずに過ごしている可能性も高い。

以前、当法人で行った妊婦ニーズ調査（新潟看護ケア学会第7巻に掲載）<図⑩>（14頁）では、妊娠中の困りごとで最も多く6割を超えていたのが「身体的に不調を感じていた」であり、医療機関の受診にも制限がかかることや母親学級の減少で専門職と接する機会が減っている現状では、この不調を改

善できないままに過ごしている妊婦が多数存在することが予測される。また、「〇〇について分からなかった。知らなかった」という困りごとも多く、相談できれば解消される不安も気軽には相談できない、相談先が分からない現状ではその困りごとが解消されないまま過ごしていることが容易に想像できる。

<図⑩>

妊娠期に困ったこと・相談したかったこと



妊産婦の死因に、自殺が多いことや「産後うつ」が原因のひとつであること、子ども虐待による死亡事件は例年0歳が多く、中でも0か月が多い<sup>※1</sup>ことから、妊娠期からの支援によって防げることは多く潜んでいると考えられる。

※1(「子ども虐待による死亡事例等の検証結果等について」の概要：社会保障審議会児童部会児童虐待等要保護事例の検証に関する専門委員会)

妊娠中をできる限りより健康に過ごすことで、産後の子育ての受け入れ状況も変化する。妊娠中の過ごし方は、その後数年にわたる子育てをいかにその親子なりに充実したものとしていくために非常に重要であり、それを支える地域全体の支援体制の構築や個々への働きかけは、今まで以上に積極的に取り組むべき重要な課題である。

### (3) コロナ禍における「妊産期からの虐待防止事業」

「妊娠期からの児童虐待防止対策」は、以前から国の施策の重点課題であり、感染症拡大により、更に重要性が高まったと言える。他との交流が制限される社会で、問題を抱えた家庭が増えていると予測されるものの、顕在化せずに水面下で深刻化している可能性もある。今後、将来的に生じるであろう問題を予防的に関わる視点が非常に重要となってくる。必要とされるサポートを下記にまとめた。

#### ①身体的サポート

上記でも述べたように妊娠期の生活は子育てに大きく影響を与える。妊娠中、身体的に不快症状が強い場合やコロナ禍以降の運動不足から体力・筋力の低下が予測され、産後の回復にも影響を与える恐れがある。出産は非常に体力を使い疲労感を伴うものであり、妊娠中の体力・筋力の低下は産後の回復も

影響を与える。また、腰痛・恥骨痛・創痛など不快症状が強く回復が遅い場合には、産後の精神状態にも影響を与える。痛みがない場合でも精神的に不安定になりやすい時期に更に身体的苦痛が強い場合には、抱っこをすることへの負担感も強くなり子どもへの愛着形成にも影響を与える。現在の生活は、車社会であり幼稚園・保育園バスに象徴されるように、歩行の機会が減少し、現代の母親たちは、筋力・体力が低下しているとも言われている。

さかのぼれば、幼少期からの運動量や運動習慣が、将来の健康レベルにも大きく影響しており、幼少期から子どもたちが積極的に運動に取り組む支援体制が、今まで以上に重要となる。小学生がランドセルを背負うことが負担であると言われるような現代、そのような子どもたちが将来成長し、子どもをおんぶすることが困難になることは容易に想像できる。

身体を使って友達と遊ぶことは、筋力の発達や情緒の安定に繋がる。日常生活の中からも体力づくりを考えられるよう、親への知識提供も重要であり、安全な出産・楽しい子育てへ向けた大事な健康教育であると言える。

妊産婦の現状として、全国的にも34～45歳の出産割合が増え<図⑦>(7頁)初産年齢の平均は30.7歳で推移している。当施設においてもデイケア・訪問ケアの利用者は30代後半以上が50%を超えている<図⑧>(7頁)出産年齢が上がり、妊娠・出産による身体的負担が増し、支援を要する妊婦が増えていることが予想できる。更には、下記〔表②〕で示したような既往歴をもつ母親もおり、重複して複数の既往歴を抱えている場合もある。年代は20代～40代と幅広い。年齢や既往歴などから、現在の妊産婦が身体的負担感が強くなっている可能性がある。妊婦ニーズ調査<図⑩>(14頁)においても、妊娠中に身体的不調を感じていたものが最も多かったことから、身体的サポートは、非常に重要であり、支援側のスキルの向上も求められていると言える。

妊娠中から専門職による指導を受けることで妊娠中の不調が軽減する可能性は高い。しかし、コロナ禍では母親学級等の縮小により、妊娠中に専門職に出会い相談する機会が減っており、症状が軽減されないまま過ごす妊婦も増えていると予測される。さらに、外出自粛等による運動不足は、妊産婦の体力・筋力低下を加速させている。当施設では、妊産婦の姿勢の面からもフィジカルアセスメントを行い、妊婦がより楽に過ごせるよう体操や骨盤支持などのセルフケア技術を提供している。産後にセルフケアについて知った母親から「もっと早くから知っていれば、気持ちの面でも楽に過ごせた。妊娠中に知りたかった」などの声は多く聞かれており、身体的支援の重要性は高いと言える。身体面と精神面は大きく影響し合っており、妊娠期を元気に過ごし、出産後の回復が速やかであり、身体的な苦痛がより少ない中で子育てをスタートするためにも、妊娠期の身体的支援の重要性は高いといえる。

## 〔表②〕【母親の既往歴】

デイケア・訪問ケア利用者(114名)に下記の既往歴があった。(重複あり)

精神疾患	9名	うつ、パニック障害、ADHD(注意欠如・多動症)、適応障害など
婦人科疾患	5名	子宮筋腫、子宮内膜症、卵巣嚢腫など
呼吸器疾患	6名	気管支喘息、自然気胸など
難病指定疾患	2名	潰瘍性大腸炎、オスラー病など
その他	7名	乳がん、脳腫瘍、難聴、腱鞘炎、椎間板ヘルニアなど

## ②メンタルサポート

前述したように、妊産婦の自殺や主な原因とされた産後うつ等は、数年前より非常に重要な問題とされてきた。精神疾患の既往や通院歴がある妊産婦も増えている。

さらに、新型コロナウイルス感染症の拡大により、漠然とした不安を抱えている。連日の報道により感染症への恐怖や罹った場合の周囲の人に対する罪悪感・自責の念も予測され、社会に対しての信頼感を低下させた。産前産後の周囲の支援が困難な状況も産後への不安に拍車をかけている。

マスク・手洗い・うがいといった感染防止のための行動も、不安から強迫的に実施している可能性もあり心的負担は非常に強いと思われる。

さらに、新しい生活様式では、食事中に会話を楽しむことや、人との接触を制限された生活をするのは、情緒的に多くの体験をする機会を失っている可能性があり、子どもたちや親同士の社会性の発達を妨げている可能性もある。

また、外出制限や人との交流規制、在宅ワークなど家族内の生活の変化は大人の精神状態にも大きな影響を与え、ストレスが高まっている場合も多い。親がストレス状態にいることは、子どもへのイライラとなって現れることは多く、虐待等へ発展する可能性もあり、それらを未然に防ぐためには、母親や父親等、養育者のメンタルヘルスが非常に重要である。

親として「立派でなければならない」「ちゃんとしなければならない」と、～ねばならないと思っている人ほど、子育て中の心理的負担感は強い傾向があり、その価値観は、親のもつ価値観や育てられ方に影響を受けている。実際に実の親との関係性に悩む親も少なくない。子育て中は、今までに感じたことのない感情に襲われることもある。心身の負担から「子どもを可愛いと思えない」「母親失格だ」と自分を責める母親も多い。人は、自分自身に生まれる感情を受け入れることで精神的負担感が軽減することもある。感情を受け入れるためには、その感情に気づいたり素直に話したりすることも一つの方法であり安心して話せる人がいることがとても重要である。

また、精神科疾患の既往や心療内科通院歴などを持つ母親も増加傾向と言われており、そのような母親は育児に順応していくことが困難な場合が多い。メンタルサポートとともに育児全般の支援体制も非常に重要となってくる。

妊娠期や子育て中には、同じ境遇にいる者同士の関わりがピアサポートとなることもあり、当施設での居場所でも同じような月齢の母同士の会話が弾みリフレッシュできたとの声を多く聞く。しかし、コロナ禍においては、母同士の交流が減り、以前は自然にされてきたピアサポートの場が失われたとも言える。コロナ禍における交流の場としてオンラインという方法を手に入れた。当施設でも、まん延防止等重点措置の期間には、育児相談会や交流の場はオンラインに変更した。

特に、今年度のオミクロン株の感染拡大の速さは驚くべきものであり、感染や濃厚接触などによる自宅待機の期間中に不安になっている人たちへの支援の必要性が高まった。その支援のために、その期間の生活について語り合えるオンライン座談会を開催した。「気軽に話しづらい話題とっていたので、今回、参加してとても前向きな気持ちになりました！」等の声が聞かれ、話しづらいとっていたことを話せる場があることは、孤立を防ぎ精神的負担を深刻化させないためにも重要であることを実感した。また、オンラインで自宅待機期間中や入院中の方の参加もあり、不安が強く孤独も感じやすい状況でも、人と繋がることのできる手段があるということは精神的にも大きな支えとなる。妊産婦へのメンタルサポートは、母親が情緒的に安定して過ごし、虐待や産後うつ等の防止のために非常に重要である。



また、コロナ禍における子どもの情緒面の発達への影響も考えられる。

前述した感染症予防行動への不安による強迫的行為は、親から子へ強要する可能性もあり、子どもにも強迫的概念が植え付けられる可能性もある。またマスクは、表情を見て真似をすることや人の表情から相手の気持ちを察するという力を弱めてしまっている可能性もある。

この不安な社会情勢は、しばらく続くと思われ、子育て以外にも不安になる要素は多々ある。母親の精神的ストレスが子どもの人格形成に影響を及ぼすということは周知のことであり、子どもの成長や家族の安定のために、母親の精神面へのサポートが特に重要な時代であると言える。

### ③子育て技術の習得のための支援

生まれたばかりの乳児を初めてお世話するのは、誰もが不安を抱くものであり、小さな赤ちゃんを抱くことに躊躇することも多い。しかし、毎日のお世話の中で徐々に慣れていくことで親としての自信にもつながる。毎日の生活の中では、授乳や抱っこ、寝かせ方、離乳食、外出等々、様々なお世話を繰り返していく。現在の母親は、インターネットでの情報の取得が主であり、様々な情報が氾濫している。その情報に母親が振り回され、不安になることも多い。コロナ禍以前には、支援センター等で他の母親や祖父母のやり方を見て真似て学び、お世話の仕方や工夫を自然と身につける機会があった。コロナ禍では、そのような機会を奪っていると言える。

母親は、我が子の反応を見ながら、自らが選んだ方法でお世話することによって、児の欲求に応えることができたと効果を実感できるとそれが小さな成功体験となり、母親としての自信につながる。しかし、寝てくれない、泣き止まない等の体験が多くなると母親として自信を失うことも多い。

そこで、児の身体的状況や発達過程に即して児に合わせたやり方を一緒に考える専門職が重要な役割を果たす。子育て技術の知識提供は、母親の自尊心を傷つける場合もあることから、知識の押しつけではなく、母親の創意工夫・努力・我が子への思い等を尊重し苦労をねぎらった上での関わりが重要となる。児の成長発達過程に合わせ、母親自身の意思決定を尊重し、育児方法の選択肢が増え、成功体験を積むことができるように支援することが重要である。

産前から育児技術を知ることができるのが母親・両親学級であるが、コロナ禍より中止となった場所も多く、再開したところも、開催回数の制限や人数の制限があり、沐浴や抱っこなどお世話の仕方について知らないまま親になっている場合も多い。妊娠中から、抱っこや寝かせ方、沐浴等の育児技術を知ることが、妊娠中から産後の生活をイメージできることにもなる。当施設では、産後のイメージが持ちやすいよう、乳児を連れて集う場に妊婦も参加できるようにしているが、現在はコロナ禍の影響からか積極的に参加する妊婦は少ない。今後、以前のような母親・両親学級などにより育児技術をイメージできる機会を積極的に作っていく必要性は非常に高い。

産後育児技術を習得していくために、グループでの交流も重要であるが、個々の状況に寄り添って行くために、デイケアや訪問ケアによる個々の支援の際に助言することも有効である。

訪問した場合は、沐浴や寝かせる環境作りなど、その家に合ったやり方を一緒に考えることができる。母親自身やわが子に合ったやり方を見つけることで今後の子育ても自分自身で工夫していけるようになる。

更には、全国的にも医療的ケア児の割合が増加していると言われており、当施設においても次頁〔表③〕に示したような医療的ケア児や双胎児の利用があった。母親は、医療的ケアや育児技術を総合的に習得す

る必要がある。しかし、コロナ禍のために病院で十分な退院指導が困難な状況となっている。退院直後など、デイケアや訪問ケアなどで、医療と子育てを総合的に支援する体制の強化が今まで以上に必要であると言える。

【表③】【医療ケア児、双胎児の基礎疾患などの状況】

医療ケア児	4名	心室中隔欠損症、口蓋裂、四肢形成不全、 腹壁破裂、先天性難聴、ダウン症
双胎児	8名	低出生体重児7組、新生児集中治療室退院児4組

#### ④レスパイトの必要性

子育て中は、子どもを優先的に考え、寝る時間も自分のリズムでは取れず、心身の疲労が蓄積しやすい。疲労によって、精神的に不安定になることも多く、休息をとることは子育てをしていく上で非常に重要である。当施設では、気軽に利用しやすいよう日帰り型デイケア事業を実施している。

主な利用目的は「休息」が最も多く<図④>(6頁)疲労感に満ちて来所され、少しでも休息が取れた後は、笑顔が見られることが多い。また、母親自身が入浴されていく場合も多く、自分の好きなペースで眠れて入浴できることは、心身の疲労の回復に非常に有効である。「心身のリフレッシュになりました」「子供の世話が億劫になっていましたが少し改善されました」などの声があり虐待等の防止に有効であると考えられる。「休息」を取れたことによって子育てに前向きになり、専門職に相談するケースは非常に多い。そこで個々に合わせた問題解決方法を得て、自宅に帰ってからの子育て力の向上に繋がる。そして、徐々に母親が親としての自信を持てるようになっていく。母親の問題は、様々で会話で話している内容だけでなく違った問題を抱えているケースも多い。本当の一番の困りごとに気づき話せるよう丁寧に関わることがとても重要となる。そして、母親が自立に向かっていけるようにサポートする必要性が高いと言える。デイケアや訪問ケアなど、未だに母親が自分のためにお金や時間を使うことに躊躇するという風潮がある。母親自身の捉え方の意識改革も必要であり、日本の風潮で母親が「楽をする」と怠けていると感じて自分を責める母親も多い。しかし、昔と比べてインフォーマルな支援は少なく周囲の支援を受けながら母親の心身の休息をしっかりとることがその後の育児における精神的安定を図るために非常に重要である。

周囲も母親自身も、心身の疲労を蓄積しないよう支援を利用するなどのセルフケアができることも重要である。そのためには、産後はデイケアで休息を取ることが当たり前の社会となるよう、子育て家族だけでなく地域全体への啓発活動が重要である。

#### ⑤支援体制の確保・強化

2020年全国的な緊急事態宣言の際、行政の母子保健事業や医療機関の面会が中止となり、県内外の移動に制限がかかり、フォーマルもインフォーマルも支援体制が崩れた。両親の関係性を育む両親学級は、現在もほとんど行われていない現状であり、家族での支援体制の構築も各家庭の力が大きく差が見られる事態となっている。以前から、家族間での支援体制や地域のつながりが脆弱化してきたと言われている。

たが、感染症拡大により一層それらに拍車がかかった状態である。

行政や民間団体等、様々な母子に向けた支援サービスは、定員を制限して実施している。また、感染症拡大は繰り返されており、外出を自粛する動きは続いている。水面下で子育ての困難感を感じながら過ごしている家庭が多いことが予測される。

子育てをして行く上では、夫婦で話し合い互いの役割を理解し合って共に協力し合っていくことが非常に重要であり、子どもはその人間関係を見て社会を学んでいる。また、育児のことについてよく話し合っている夫婦の子どもは発達が良いとも言われており、社会的には支援体制が脆弱化している状況ではあるが、だからこそ夫婦の会話と支え合いが重要なのである。

しかし、前述のように産後の生活をイメージする機会が減っており、父親は母親よりもイメージは難しいと思われる。また、母親は産後ホルモンバランスの変化や産後の疲労から精神的に不安定になることも多いが、それを父親が事前に知る機会も少ないと言える。産後の母親の変化に戸惑う父親は非常に多い。産後は、精神的変化から夫婦間での話し合いが難しい時期でもある。妊娠期から産後の母親の変化について学べる場を提供することも非常に重要である。今は、それが困難な現状であり、産後の夫婦関係に困難さを感じたときには、第三者の介入が必要なきももある。自身の気持ちを整理したり、夫婦で思いを伝えあうお手伝いをしてもらうことも一つの手段として有効である。第三者が入ることによって伝えたいことが言えるときもある。自分たちに合ったやり方で関係改善に努めるにも大事な時期と言える。

現在のコロナ禍のように社会資源の活用が困難な時には、夫婦や家族の支え合いが大きなカギとなる。コロナ禍での虐待や離婚が増えていると報道されているが、コロナ禍だからこそ、夫婦で絆を深めることができたとの声もある。子育て家庭を支援する際、夫婦・家族全体をみて、養育者が安定するために必要な支援をすることが重要でありその支援に努めていきたいと考える。

上記①～⑤の視点は、それぞれ独立しているのではなく、大きく影響し合っている。支援する上でこれらを総合的にアセスメントし、養育者がどのような視点で課題を捉えているのか、課題解決に近づくためには、どんなアプローチが効果的か、これらの指標を多角的に捉えて支援に活かしていきたい。

## < 8 > まとめ

子育ては、家庭だけでなく社会が守り育てようという日本で、感染症拡大防止のための新たな生活様式は、子育て家庭が社会と繋がるのが困難になっていると言える。親は、最初から親ではなく親子関係や社会の中で自然と子育て力が育つことも多く、乳幼児も親以外の環境との関わりが刺激となり成長発達が促されることもある。現在は、このような機会が激減しており、その影響が出始めている。そのために、家庭で担う役割が今まで以上に大きくなっている。つまり、私達支援者は、親が子どもを育てることができるよう守り育てる役割があり、今まで以上に必要性を強めていると言える。

現在のような社会情勢が不安な中でも、今私達にできることを常に考え子育て家庭をサポートしていきたいと考えている。今後も、いつでも駆け込み寺として地域に存在する「ネウボラ」として活動を継続していきたいと考えている。

最後に、日頃より、当法人の活動にご理解とご協力をいただいている皆様に厚くお礼申し上げます。今後とも、よろしく願いいたします。

認定特定非営利活動法人 はっぴい mama 応援団  
代表理事 松山由美子



認定特定非営利活動法人 はっぴい mama 応援団

## 親とよいこの😊サポートステーション はっぴい mama はうす

〒950-0983 新潟県新潟市中央区神道寺 1-5-44 TEL 025-278-3177 mail : npo.hmo@gmail.com  
HP <https://www.happy-mama-ouendan.jp> ブログ <https://ameblo.jp/happy-mama-house>



ホームページ