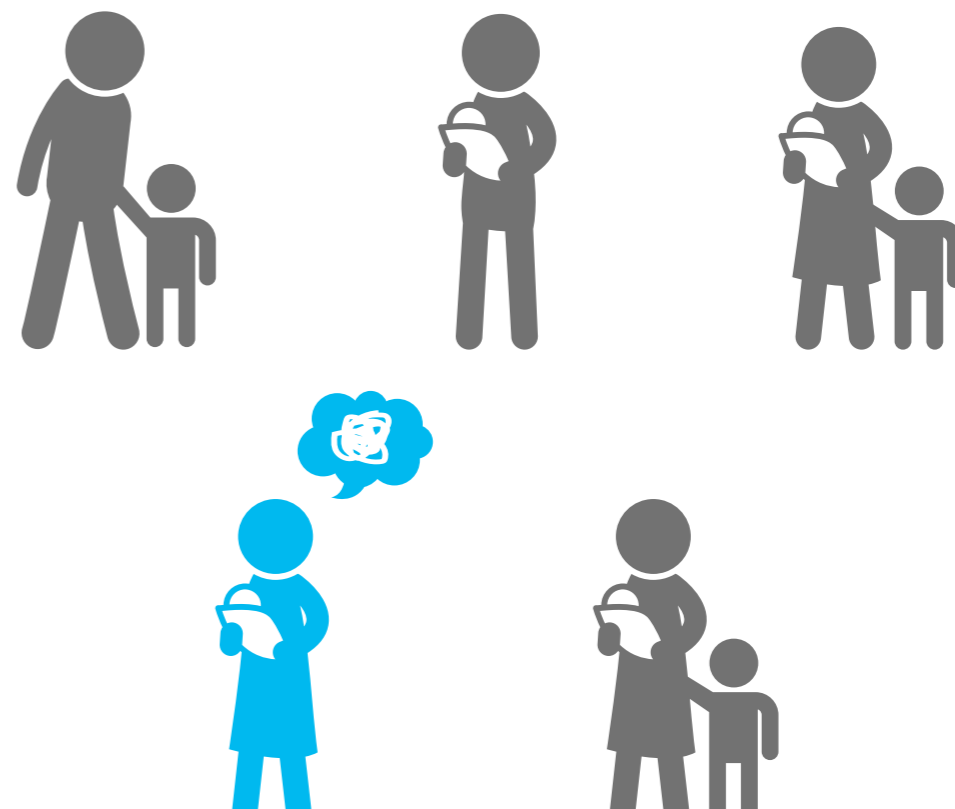
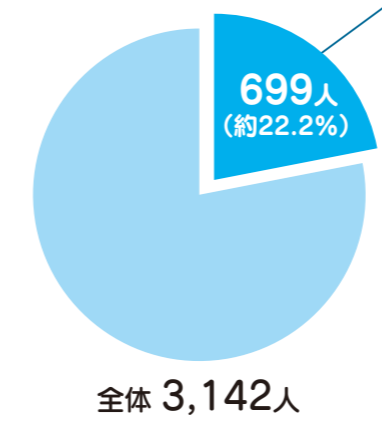


母子健康包括支援センターで支援！ パパママだって0才



平成27年度に『4カ月児健診』『1歳6カ月児健診』『3歳児健診』の対象者全員に行ったアンケートから抜粋したもの。『子どもに対して育てにくさを感じたことがある』と回答した人は22.2%。およそ5人に1人が子育てに悩みを感じています。



深谷市では、7月から子育て中のパパママを支援するため、『母子健康包括支援センター』を設置しました。子育て中のパパママは、子育てをしながら『親』として成長していきます。しかし、子育ては思い通りにいくことだけではなく、つまづいてしまうこともあります。今月は、そんなパパママを支える『母子健康包括支援センター』について特集します。

大切なのは『悩みの共有』 相談できる場所が必要

毎日、全国のいたるところで、笑顔に囲まれ、新しい命が大きな産声を上げています。

昨年度、深谷市で生まれた赤ちゃんは、1073人。その数だけ、新しい家族が誕生し、生活を始めています。

子育て中のパパママは、「子育ては大変だけど、子どもの成長を見るのは楽しい」と話します。しかし、子育ては『決して楽しいことだけではない』ということも同時に実感しています。

子育ては24時間休みなし

「毎日、子どもに起こされてしまいます。ぐっすり眠れない日が多いです。もうずっと…」

ひとたび子育てが始まると、生活が一変します。子どもが何をしても泣きやまない、突然熱が出た、下痢をした、食べたものを吐いてしまった……。親が思ってもいないことが次々と起こります。仕事

には休憩時間がありますが、子育てにはなく、24時間仕事をしているといつても過言ではありません。

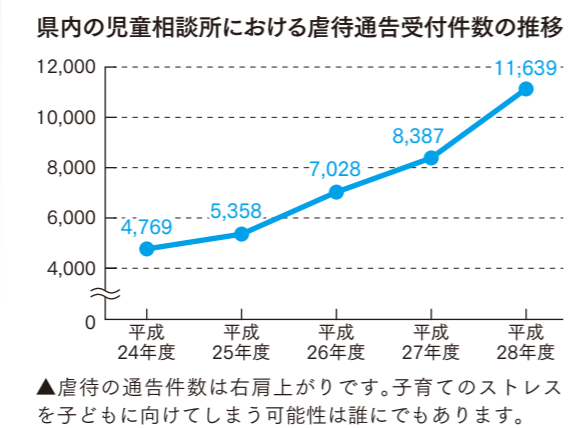
子どもと向き合う人だからこそ迫る不安・悩み

子育てをしているときに『子どもはかわいい。だけどなぜかイライラしてしまう』『何もやる気が起きない』などと感じることはありませんか。

子育て中のパパママは、誰よりも子どもと向き合っているからこそ、他の人からは見えにくい不安

子育て中のパパママの味方『母子健康包括支援センター』

しかし、近年は核家族化も進み、身近に子育ての悩みを相談できる相手が少なくなっています。さらに、誰にも頼らず1人で抱える『孤育て』の状態に陥っている人もいます。



や悩みを抱えがちで、そのストレスを子どもに向けてしまう可能性は誰にでもあります。大切なのはそうした悩みを共有し、相談することができる場所があるかどうかです。

深谷市では、子育て中のパパママが『孤育て』にならないよう、気軽に相談できる場所として、7月から『母子健康包括支援センター』を保健センター内に設置しました。

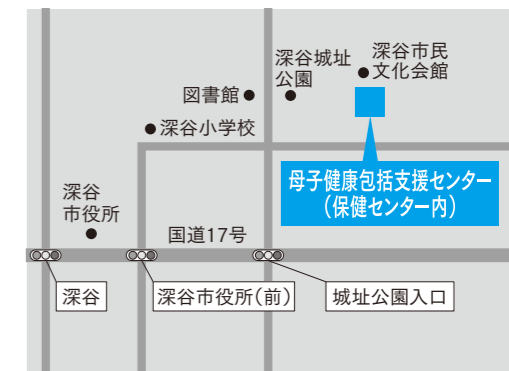


▲保健師(写真左)は子育て中のパパママの強い味方です。

特集 母子健康包括支援センターで支援! パパママだって0才

親と保健師をつなぐ 手渡しの『母子健康手帳』
 深谷市では他の自治体に先駆け、『母子健康手帳の専門職(保健師・助産師)による手渡し』に取り組んできました。母子健康手帳は、妊娠初期に交付されますが、早い段階から専門職が関わり、子育てに臨むパパママの不安を減らすことを目的としています。
 実際に保健センターの保健師や助産師には『子どもの発達』や『夜泣き』などの相談が寄せられ、今まさに子育てに奮闘しているパパママの強い支えになっています。

子育て支援機能を強化 『母子健康包括支援センター』
 こうした親と保健師との接点を生かし、母子健康包括支援センターでは、妊娠から出産直後という子育ての『入り口部分』の支援を重点的に担います。その特長は、『原則同一保健師・助産師による支援』で、原則同じ職員が行い、支援に継続性を持たせ、子どもや親の健康上の変化などに気付きやすい体制をつくります。
せっかくなら、前に相談した人に相談したい
 前に相談した人なら、子どもの様子も知っているから話しやすい。母子健康包括支援センターは、そうした声にも応えます。子どもは、日々成長していきま。その分だけ、悩みや課題も変わっていきます。少しでも気になることがあれば、ぜひ母子健康包括支援センターにご相談ください。
あなたの産後をサポート! 産後ケア事業
 産後2カ月未満の心身ともに不安定になりやすい時期に、家族などから十分なサポートが受けられないかたや育児に不安を感じているかたが、一時的に、医療機関などを宿泊や日帰りで利用でき、専門的なケアを受けられます(有料)。
 ※対象要件や内容、その他詳しくは市ホームページ(☞『深谷市産後ケア』で検索)をご覧ください。



▲『母子健康包括支援センター』は、保健センター(本住町17-1)内にあります。

同じ担当者による継続支援が可能に
 母子健康包括支援センターの支援機能

深谷市では、これまでも保健師などの専門職を中心に、妊娠期や子育て期の保護者のケアを進めてきました。そして、7月に開設した『母子健康包括支援センター』では、その機能を強化して、妊娠から子育て期まで切れ目の無い支援をします。生まれながらのパパママなんていません。だからこそ、子育てでつらくなったらいつでも相談してください。

深谷市母子健康包括支援センター(平日午前8時30分〜午後5時15分)
 ☎075-11101(保健センターと共通)
 ✉boshi@city.fukaya.saitama.jp



NPO法人ホット・ステーション 代表理事 上野一美さん

子育ては『できて当たり前』と思われている
 私自身、幼稚園教諭を経験し、子育てについて、知識があるつもりでいました。しかし、実際に自分が子育てをすると、24時間次々に起こる出来事に悩み、落ち込む時期もありました。子どもは生身の人間です。だから、子育ては思い通りにはならず、『全部できて当たり前』なんてことはありません。
『孤独な子育て』になっていませんか
 最近、私が子育てをしている頃よりも、『孤独な子育て』をしている人が増えているように感じます。子育てをしていろいろな『グチ』も言いたくなりやすくなる。時には、友達と『グチ』でも話して、肩の力を抜いて子育てしてもらいたくて、私たちのNPOでは、同世代のパパママが集まって話していただける場所づくりをしています。
 市内にはほかにも、『子育て支援センター』などさまざまな集いの場所がありますので、どんな悩みも抱えず、ぜひ周りの人にどんどん頼ってください。
 ※NPO法人ホット・ステーション(☎090-2734-8008)は、毎月第2・4月曜日午前9時30分〜11時30分に岡部B&G海洋センター体育館で活動中。参加料は1回300円。事前申し込み不要。



▲NPO法人ホット・ステーションでは、子どもが体育館を使って運動できるほか、親同士の交流の場所にもなっています。