

川崎市産後ケア事業 取材結果
（なかはら子ネット通信第75号追加情報）

川崎市が産後ケア事業を委託している「一般社団法人 川崎市助産師会」に、子ネット通信編集委員が取材をしました。スペースの都合で本紙に掲載しきれなかった取材内容をご紹介します。

取材先：川崎市助産師会会長 勝俣喜代子助産師（さくらバース院長）
取材担当：子ネット通信編集委員、事務局（中原区役所地域ケア推進担当）

①産後ケアの重要性や利用することのメリットについて

産後自宅に戻ってから、頼る人がいなかったり、上のお子さんの世話があたりで、あまり休まず無理をしてしまう方もいるかと思います。産後ケアの重要性や利用するメリットについて、教えてください。

特に初めての出産の場合、赤ちゃんとの生活が急に始まるのでとても大変と感じる方がたくさんいらっしゃいます。里帰りをしないお母さんや、産院が母子同室でなかったり、母子どちらかの体調によって母子同室ができなかったりする場合もあり、自宅に帰ったら一気に環境が変わってしまいます。また、里帰りをしても、実の親とうまくいかないケースもあるようです。

そのような時にこの事業を利用して、まずはしっかり体を回復させ、元気な心身を養ってはいかがでしょうか？お産や産後が満足するものであれば、その後の子育てもうまくいくのではないかと思います。

②宿泊型、日帰り型、訪問型それぞれについて、皆さんどのように活用されていますか？

○宿泊型について

里帰りしなかった方が、産後すぐに自宅に帰らず助産院で過ごしたり、産後自宅で頑張ってきたけれども大変で…という方の利用が多いです。上のお子さんと一緒に宿泊することはできませんが、2人目以降の出産で利用される方もいらっしゃいます。

○日帰り型・訪問型について

授乳方法や母乳・ミルクに関する悩み、赤ちゃんのお世話の仕方がわからない、産後の疲れからママの体調が悪いなど、子育てやお母さん自身に関するどんなことでも相談にのっています。その方の都合によって、日帰り型・訪問型の都合が良い方を利用していただくようになります。他機関の案内・紹介や、ご相談に対するアドバイスも行うことができます。

③宿泊型、日帰り型、訪問型それぞれの手続きの流れについて。

電話をかけると産後ケアのコーディネーターにつながり、そこで利用者の方と話をしながら、利用形態(宿泊型、日帰り型、訪問型)や、利用する助産所を決めていきます。コーディネーターは、川崎市助産師会の助産師が当番制で担当しています。直接助産師会に電話が繋がるため、助産師会のネットワークですぐに動けるということがメリットだと思います。また、宿泊型は出産前に助産所を見学することもできます。

○取材を担当した編集委員の感想をご紹介します。

助産師さんは皆さんとても優しく、お母さんたちに寄り添ってくださる存在なんだなあと思えて感じました。取材に伺ったのは素敵な助産院で、今後2人目ができたときの参考にもなりました。

1人目の出産のときは何も知らず、分からず、手探りで育児をしてきましたが、せっかくある制度だからもう少し活用してもよかったのかなと思いました。出産後夫が初めて出張に行ったときは、ひとりで娘と一緒に寝るのが少し怖かったのを思い出しました。そういう時にも使わせてもらえるとありがたいです。(S・T記)

「産後ケア」って改めて考えてみると、具体的に何を示すのか分からない単語だなんて思いました。私自身は、もともとヨガをやっていたこともあり、「産後ケア」と聞くと、産後うつをはじめとした精神的なケアや、身体的にはゆるんでいた靭帯や関節が半年から1年位かけてもとに戻る…そのときにどんな対応をしておけばいいか？などをイメージしていました。

でも、赤ちゃんが家族の一員になって、新しい生活が始まる…そのすべてが産後ケアの対象だし、その中で困ったことがあれば何でも相談していいんだ…それが今回の取材を通じて一番感じたことです。自分自身で、勝手にハードルを設けていたのですよね。

そういえば、子どもと初めて一緒にお風呂に入ったのも、息子が2か月の時に宿泊型を利用して産後ケアハウスに宿泊した際に、半ば無理やり勧められてのことでした。こんな日常の些細なことでもサポートしてくださるのですよね。

そして、いざとなったらサポートしてくれる人が身近にいるっていうそのこと自体がとても心強いことだな、と思いました。素敵な取材の機会をいただき、心から感謝いたします。(A・S記)

以上

