

赤ちゃん学級（産前産後サポート事業）の振り返りと考察

ふじみ野市保健センター
下館 玲南

1 はじめに

令和元年度より初産婦とそのこどもを対象に「赤ちゃん学級（産後サポート事業）」を実施し、育児不安の解消や地域のつながりの推進を図ってきた。新型コロナウイルス感染拡大への対策、及び子育てを取り巻く環境の変化に伴い、本事業の内容や実施方法を見直し、母子保健施策における保健センターの役割について考察したことについて報告する。

2 実施内容

- (1) 目的
- ・同様の立場にある産婦との交流の場を作り、育児相談を産後早期に実施できる場所を提供することで、育児不安などの解消を図る。
 - ・参加後に子育て支援施設の利用へつなげることで、産婦の孤立感の軽減を図り、産後うつの予防を目的とする。
- (2) 内容
- ・手遊び、ふれあい遊び、講義、施設紹介、参加者交流、育児相談、体重測定等
- (3) 対象者
- ・市内在中の生後2から3か月頃のこどもとその母親（初産婦限定）
- (4) 申込方法
- ・開催日約1か月前から約4日前までに、電話または窓口で申込み
- (5) 日程・定員
- ・月1回、各回12組程度

3 実施結果

(1) 実施状況

令和元年度から5年度までの参加組数は表1のとおり。令和元年度は多くの参加があったが、令和2年度は新型コロナウイルス感染拡大により開催が中止となった。令和3年6月から再開したが、事業内容や周知方法の課題、対象者の感染症への不安などから、参加者数が伸び悩む結果となった。

表1 過去5年間の実績

年度	実施回数(回)	定員(組)	各回平均参加組数(組)	参加組数(組)
令和元	9		14	126
令和2	—	—	—	—
令和3	6	10	7.5	45
令和4	12	10	9.2	110
令和5	12	12	8.4	101

(2) 令和5年度事業実施後アンケートから

事業実施後に参加者へアンケートを配布し、その場で回収している。令和5年度は参加者101名からアンケートを回収した。申込時に興味をもった内容（図1）について、「参加者同士の交流」と回答する割合がもっとも高かったが、他の項目との大きな差はみられなかった。また、事業参加後特によいと思った内容（図2）では、「参加者同士の交流」と回答する割合が他の項目に比べ高くなっていた。その他、育児相談、体重測定、手遊び・ふれあい遊びについては同じ割合となっている。

さらに、自由記載欄では、「同じくらいの月齢の子たちの様子を見ることができてよかった」、「緊張していたが、あたたかい雰囲気安心して参加出来た」、「保健師と相談ができて安心した。同じように子育てする母親と情報交換ができてよかった」、「赤ちゃん訪問から体重を測る機会がなかったため計測できてよかった」などの肯定的な意見が多くあった。一方で、「交流しやすい声掛けがあると嬉しい」、「他の母親ともっとたくさん話せると嬉しい」、「ホームページなどで予約ができるようになると便利だと思う」などの要望も聞かれた。

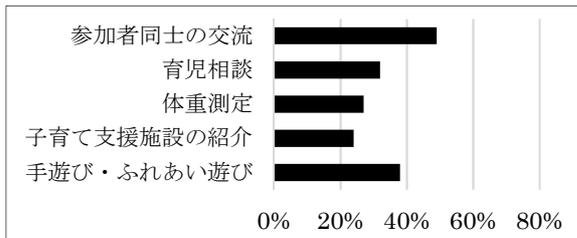


図1 申込時に興味を持った内容

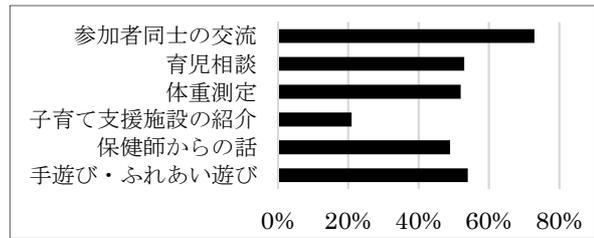


図2 参加後特によと思った内容

(3) 10 か月児相談配布時事後アンケートから

事業目的の達成度を検証するために、事後アンケートを実施している。本市では、10 か月児相談事業を実施しており、案内を対象者全員に発送している。事業参加者には事後アンケートを通知に同封し、同相談来所時に受付で回収している。この結果は、令和5年度の事業参加者に配布し、回答が得られた81名のアンケートに基づくものである。事業参加後に子育て支援施設の利用につながった割合は96%であり、参加者のほとんどが利用につながっていることがわかった。利用したことがない理由としては、「利便性の問題」、「近所の人や、サークルなどで交流ができていいる」などが挙げられた。利用頻度としては、週2日から3日の利用がもっとも多くなっている。また、事業に参加してよかったこと

(図3)は、事業実施後アンケートと同様に、参加者交流の満足度が高かった。

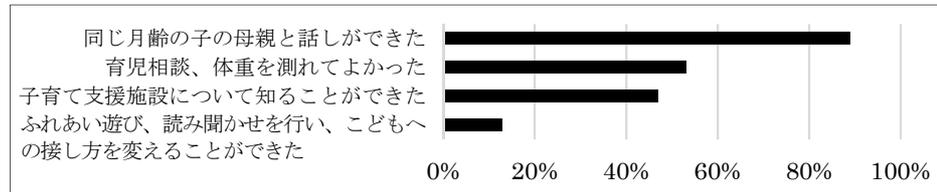


図3 赤ちゃん学級に参加してよかったこと

4 考察

当事業が対象とする児の月齢は、こどもの発育、育児に関する不安やストレスなどが生じやすい時期と考えられる。さらに、0歳児における虐待死が他年齢よりも多い現状もある一方で、出産後早期に児を連れて安心して外出できる機会が少ないと考える。そのため、この期間に母親が自身の体調や育児に関する悩みを専門職に相談したり、仲間をつくるきっかけをもつことは、不安や虐待を予防する観点からも非常に有効だと考える。さらに、このような機会をもつことで母親のストレス軽減につながり、心身の健康の維持・向上が図られ、育児に対する自己効力感も高まると考えられる。

近年の課題として、参加者数の減少が浮上してきた。原因として、周知から申し込みまでのタイムラグにより予約を忘れてしまうことや、近年の若者世代の電話離れによる、電話予約に対する敷居の高さが考えられる。そこで、令和6年度からは申込み開始日を設けず、受付方法を電話からWebフォームへ変更した。さらに、参加者交流の時間枠を拡大し、アイスブレイクなどを導入することで参加者同士が交流しやすい内容に修正した。その結果、参加者数が大幅に増加した。

アンケート結果から、参加者同士の交流への満足度が高く、9割以上の参加者が子育て支援施設の利用につながっていたことが明らかになった。現在はSNSを通じた交流が主流となり、対面での交流機会が少なくなりつつあるが、これらの結果を踏まえると、母親たちは実際に外へ出て仲間づくりをすることや、子育て支援施設を利用するきっかけを求めていると推測できる。子育ては1人では困難であり、周囲のサポートがとても重要である。保健師などの専門職による個別支援も重要ではあるが、母親同士のネットワークにより、地域で支え合う仕組みをつくることも保健センターとしての重要な役割であると改めて感じた。今後もこのような視点を持ち、事業内容を適宜見直しながら母親たちをエンパワーメントできるような事業運営を意識して赤ちゃん学級を実施していきたい。

入間市における「チームオレンジいるま」の取り組みについて

所属 入間市高齢者支援課

氏名 西澤響子 増岡里佳

1 目的

令和元年6月に策定された認知症施策推進大綱の基本理念は「共生と予防」であり、地域支援体制の強化をするための具体的な方策の一つとしてチームオレンジを地域ごとに構築することが位置付けられている。

当市では、令和3年6月にチームオレンジとして「チームオレンジいるま」が発足した。現在、活動は多岐にわたっており、当市の認知症施策の一角を担う存在となっているため、設立から現在の活動について報告し、他市におけるチームオレンジ構築の一助となることを目的とする。

2 実施内容

【令和元年度】

認知症サポーターステップアップ研修（以下、ステップアップ研修）を開催するも、新型コロナウイルス感染拡大のため、全5回のうち4回を終了したところで開催中止となった。

【令和2年度】

令和元年度のステップアップ研修参加者を対象に「認知症サポーターステップアップ研修STEP2」を開催。新型コロナウイルス感染拡大のため、全5回のうち2回で開催中止となった。

【令和3年度】

過去2年のステップアップ研修受講者に活動意思を確認し、活動の意向を示された方と認知症当事者の計28名をもって、令和3年6月に書面で「チームオレンジいるま」を立ち上げた。

立ち上げ後、コロナ禍で集合形式の活動ができず、市が主導して自宅でできる活動（マリーゴールドの種を送り、育ててもらおう。啓発パンフレットの送付など）を行った。令和3年11月より定例会を月1回開催。メンバーは3つの班（①居場所づくり班、②研修・勉強会・個別支援班、③普及啓発班）に分かれて活動内容を検討し、アルツハイマー月間には、普及啓発や認知症当事者の困りごとの把握などを行った。また、ステップアップ研修の補足講座を定例会内で行った。

定例会に出席できないことを理由に退会されることも少なくないため、欠席されても参加継続しやすいよう、市が定例会の報告書を作成し、メンバー全員にメールと郵送で情報共有を行った。

【令和4年度】

定例会を毎月開催し、班毎に活動について話し合いを行った。話し合いの中で「地域包括支援センターの現場の声を聞きたい」「メンバーのスキルアップがしたい」との意見があり、地域包括支援センターの認知症地域支援推進員による事例紹介とその対応等についての発表や、認知症の症状がまとめられている冊子を輪読する勉強会を開始した。また、市内商業施設（イオンスタイル入間）で、オレンジカフェ「オレンジ広場いるま@イオンスタイル入間」（以下、オレンジ広場）を開始。オレンジ広場の運営が開始されたことにより、定例会以外に顔を合わせる機会が設けられ、メンバー同士のコミュニケーションが増えた。

【令和5年度】

オレンジコーディネーターを地域包括支援センターに配置（認知症地域支援推進員がオレンジコーディネーターを兼務）。

オレンジ広場では、メンバー発案で終了後に反省会を行い、参加しやすい会場づくりや看板の設置、声のかけ方、手作業やレクなどについて話し合った。オレンジコーディネーターもオレンジ広場の運営について検討し、定例会で劇を交えて改善策を提案した。

また、市が若年性認知症当事者の講演会を開催するにあたり、運営協力を依頼した。講演会や講師との懇親会を通じ、認知症についての意識が変わる出来事となった。講演会の学びから、当市の認知症施策におけるキャッチフレーズをみんなで考え、「認知症といきるまち」に決定した。キャッチフレーズにより意識統一がされ、より一層活動に力が入った。

また、令和6年度からのチームオレンジの自走化や活動の柔軟化に向けた検討を開始し、役員を選出や会則の作成、市では補助金交付要綱制定を行った。

【令和6年度】

チームオレンジに対して補助金の交付を開始。メンバーのやりたいことが実現しやすくなり、モチベーションの向上につながっている。当事者メンバーも積極的に意見し、活動が活性化した。

これまで定例会は市が主体となっていたが、役員を筆頭に、「認知症といきるまち」の実現に向けて、より主体的に取り組んでいる。メンバーが体験したことを発表する場を設けたり、メンバー主導で各班での話し合いをしたり、相互的な定例会となってきている。

また、定期的に役員会を開催し、各班および全体の取り組み状況の報告や、補助金執行状況について話し合い、自主的に団体の運営をしている。

3 実施結果

令和3年6月に設立した当初には、何を目的にどんな活動するかを模索し、市が主導して団体を運営した。現在は、活動が軌道に乗り、メンバーが自主的に考えて活動をする独立した団体になってきており、市やオレンジコーディネーターと密に連携を図りながら、認知症に特化したボランティアグループとして活動の幅を広げている。

4 考察

活動を支援するにあたり、メンバーが継続しやすい環境づくりが求められる。定例会や活動に参加できないことを理由に退会がないよう、特に活動が軌道に乗るまでの間は、きめ細やかなサポートが効果的であった。また、「チームオレンジいるま」には当事者メンバーがいるが、認知症であることをお互いに理解したうえで、支える側・支えられる側という垣根を越えて、活動をすることができている。

今後は、自分が住む地区であれば活動できるというメンバーも多いため、メンバーとオレンジコーディネーターの連携を強化することが重要であり、各地区でのコミュニティ形成を目指していきたい。認知症は誰もがなりうるものであるが、認知症のマイナスイメージは未だ大きい。「チームオレンジいるま」に限らず、支援の垣根に囚われない関係性作りとマイナスイメージの払拭は、今後の社会において必要不可欠である。今後も、「チームオレンジいるま」やオレンジコーディネーターとともに「認知症といきるまち」の実現を目指していきたい。

のぼり旗による熱中症警戒アラートの周知

所属名 所沢市保健医療課
氏名 八川 麻紗子

1 経緯及び目的

令和3年に市内で初めて、熱中症による死亡事例が発生し、また翌年の令和4年にも熱中症による死亡事例が1件発生した。このことから、熱中症予防に関する周知が十分ではなく、新たな取組の必要性を感じ、特に救急搬送者数が急増する目安となっている熱中症警戒アラートの周知方法について検討を行った。

熱中症警戒アラートが発表された際、当市では防災行政無線及びところざわほっとメール（以下、市メール）で周知を行っている。しかし、防災行政無線は放送時間のみと短時間での周知であり、また市メールは受信設定をしている方のみへの配信であり、情報が限られた市民にしか届いていない。特に、熱中症ハイリスク者である高齢者は、インターネットの使用に個人差が大きく、情報を受け取りたくても難しい方が多いと想定し、熱中症警戒アラートの発表を周知し、熱中症予防行動をとることを促し、熱中症による死亡者数ゼロ、熱中症による救急搬送者のうち重症者の割合の減少を目的に、のぼり旗による熱中症警戒アラート発表時の周知を令和5年に開始した。

2 事業内容

(1) 実施状況

表1〈実施状況〉

	令和5年	令和6年
期間	令和5年7月4日～10月25日	令和6年4月24日～10月23日
施設数	24か所	42か所
主な施設	老人福祉施設(4か所)	令和5年度実施施設(左記参照)
	老人憩の家(8か所)	各まちづくりセンター
	市民体育館	コミュニティセンター
	保健センター	所沢図書館本館・分館
依頼方法	依頼 熱中症ハイリスク者である高齢者がよく利用している施設、人通りが多い立地にある施設へ設置を依頼	照会 クーリングシエルの指定と合わせて全所属へ照会

(2) 使用物品

- ・「熱中症警戒アラート発表中」と記載したのぼり旗（赤地に白文字）
- ・のぼり旗運用に関するマニュアル
- ・のぼり旗を掲示するためのポールと注水台

(3) のぼり旗設置条件

- ・各施設敷地内で、周囲の方の目につきやすい場所（可能な限り建物の外）

- ・転倒などの事故がないよう安全性に配慮すること

(4) 運用方法

表2 <設置施設における対応>

	令和5年	令和6年
取得方法	・市メール	・市メール ・環境省熱中症情報サイトメール配信サービス
今夏初発表時の対応	高齢者福祉センターと老人憩の家へ直接連絡	熱中症警戒アラート発表前日に職員向けインフォメーションで発表の可能性があることを周知
発表当日	始業後にのぼり旗を敷地内に設置し、終業前に撤去	

3 結果

表3 <所沢市内の熱中症による搬送者情報(埼玉西部消防局より提供)>

	令和2年	令和3年	令和4年	令和5年
死亡者数	0	1	1	0
重症者の割合	1.2%	1.5%	2.3%	2.8%
中等症者の割合	35.1%	37.8%	26.6%	30.3%
重症者+中等症者の割合	36.3%	39.3%	28.9%	33.1%

※令和6年は現在実施期間中のため集計なし

4 考察

本事業を開始した令和5年は熱中症による死者数はゼロであったものの、熱中症による救急搬送者のうち重症者及び中等症者の割合は令和4年と比較すると高い結果となった。しかし、令和2、3年の重症者と中等症者のそれぞれの割合、重症者+中等症者の割合は減少しており、のぼり旗による周知の効果はあると考える。この効果については、のぼり旗が防災行政無線や市メールに比べ、外出している場合、日中何度も目にする機会が増えることで、暑さへの気づきにつながっていると考える。しかし、実施してまだ2年と開始したばかりであり、本事業が定着していないことから、効果を測定することは困難であると言える。

熱中症警戒アラートについては、令和5年に環境省が実施した意識調査1によると、全年齢層で約8割が「知っている」と回答しており、認知度は高い。しかし、具体的な対応については、最も高い「こまめな水分補給に努めた」が5割程度であった。さらに、年齢層の偏りもあり、青年層(18~22歳)では4割と最も低く、最も高い高齢層(65~89歳)は6割を超えており、差が目立っている。このことから、熱中症警戒アラートの情報を熱中症予防行動につなげていくための対策が必要と考える。

気候変動適応法の改正に伴い、熱中症特別警戒アラートや指定暑熱避難施設の指定等が開始され、より一層の熱中症予防行動が重要となってくる。新型コロナウイルス感染症の流行拡大を経験し、平時からの健康危機管理が求められていることから、日頃からの備えや意識することの重要性は高いと言える。いつか来る熱中症特別警戒アラートの発表の日に備え、暑さへの気づきを促すためののぼり旗での熱中症警戒アラート発表時の周知、また暑さへの気づきからの熱中症予防行動へつながる対策に取り組んでいきたい。