

27年度上半期 相双会活動報告

ジェスペールの皆様、西友さま、いつもとてもありがたいご支援をいただきましてありがとうございます。

すっかり秋めいてきて、周りの景色を楽しめる季節になってきましたが、いかがお過ごしでしょうか？

東日本大震災から早4年半経過し、皆さんの協力とご支援のおかげで母子訪問や乳房来所ケア、サロン活動を通し、地域・病院・保健所・保健センター・小児科・なごみなど、協力連携ができてきているように思っております。サロン活動ではベビーマッサージや赤ちゃん体操・ママのリフレッシュ体操に加え、ヨガも行っています。また毎年3回救急救命士による、ベビーの緊急時の応急処置や救急蘇生法の講習会や、栄養士さんによる離乳食の調理実習や相談会なども行っており、ママたちに好評を得ています。このたび、上半期の活動報告をまとめてみましたのでごらんください。

上半期の報告

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	合計
母子訪問	46	35	41	15	26	38	201
来所乳房ケア	18	38	16	21	17	11	121
日帰りケア	1	3	1	3	4	4	16
サロン活動(参加母子 組 (人数)						
相馬ベビーマリフレッシュ体操	17(41)	16(33)	20(43)	35(73)	12(24)	20(44)	延べ 383組 805名
子育てサロン	6(13)	8(17)	10(21)	17(33)	10(20)		
原町ベビーマリフレッシュ体操	14(28)	15(30)	19(39)	16(33)	20(40)	28(57)	
新地ベビーマリフレッシュ体操	13(23)	18(39)	15(33)	17(37)	12(26)	13(28)	
合計 組(人数)	50(105)	57(119)	64(136)	84(176)	54(112)	74(157)	
離乳食調理実習						13(28)	

自主企画(7月・9月は保健所とコラボ)

おひさまクラブ(障がい児)	5(10)	7(14)	5(10)	12(24)	5(10)	6(12)	40(80)
---------------	-------	-------	-------	--------	-------	-------	--------

活動内容紹介

福島県助産師会は県の委託事業を受けて、県内全域で母子支援活動を行っています。その中で相双会では相馬市・南相馬市・新地町で妊婦・母子を対象に次のような母子支援事業をおこなっています。

1 産前・産後の家庭訪問

妊婦さんや病院・産院クリニック退院後のお母さんと赤ちゃんのいるお宅へ訪問します。

家庭環境、授乳を含めた育児の状況、赤ちゃんの発育など母乳相談、育児相談、乳房ケアを主におこないます。母乳不足を心配されている方、育児手技に不安を感じている方、退院後マタニティブルーが顕著な方、里帰りから自宅に帰ったあとの心配をしている方等々お母さんの置かれた状況は様々です。悩みや不安を一つ一つ取り除き、楽しく育児ができるよう支援しています。医療・福祉などの支援が必要と判断した時は、市町村や保健所・医療機関と連携して進めています。

2 助産所での日帰りケア（デイケア）

家庭訪問などでさらに育児支援が必要な方には、助産所に入所していただきます（10時～16時）。母子の状態観察、授乳状況の確認、乳房ケア、母乳育児の勉強、沐浴実践などを行い、希望者には母乳に良い昼食を摂ったりしながら、生活全般、家族環境などいろいろなお話を通して、気持ちを楽にして育児を楽しめるよう援助していきます。

3 母乳育児支援（乳房ケア）

授乳中の多様な乳房トラブルに対しては、乳房ケアはもちろん授乳指導、食事指導、生活指導などを行い、不安なく自信を持って卒乳まで母乳育児ができるよう援助していきます。

4 助産師のいる子育てサロン

① ベビーとママのリフレッシュ体操

相馬、南相馬、新地において開催しています。生後2か月～12か月までの赤ちゃんを持つお母さんが対象です。赤ちゃん体操・ベビーマッサージ、赤ちゃんを抱きながらの3B体操、ヨガなどを行い心地よい汗をかいて気分をリフレッシュ。さらにママたちの交流・情報交換、悩み・不安を相談する場となっています。



② 子育てサロン

相馬助産所において月1回開催しています。赤ちゃんの発育確認、子供の病気の勉強会、ベビーマッサージ、母子の近況紹介などで交流を図っています。母乳トラブルのあった方は必要時乳房ケアをおこないます。

③ その他

年に3回、相馬消防署の救命救急士さんによる乳児の緊急時対処法・救急蘇生法などの実技講習会を行い、毎回好評を得ています。



5、食育・離乳食調理実習（県補助金事業）

栄養士さんに依頼して、おんぶしながらの離乳食調理実習を、段階ごとのグループに分けて行います。第1回目は家族が食べる料理（粥・肉じゃが・おやつ）の途中段階で作る簡単な離乳食の調理法を実習し、それを一緒に食べてながら離乳食相談会をしました。（9月実施・次回1月予定）



6 ママと赤ちゃんの電話健康相談

妊娠中や小さなお子さんの健康、母乳育児や子育てに関する不安など様々な悩みにお答えしています。

7 自主企画～おひさまクラブ～（保健所と連携一月1回）

障がいを持つお子さんとママが集い、情報交換や交流を図り、勉強会などを行っています。年4回は保健所主催で助産師・保健師・看護師・保育士が協力し、ママのリラックス体操やハンドマッサージ、フットケアなどをおこない、いつも大変な思いをしながら子育てをしているママに少しでもリラックスできる時間を持てるようにしています。この頃はママたちの自主活動が活発になってきて驚いています。