



ちがの
Midwives' Association

一般社団法人 長野県助産師会 助産師会だより

令和6年8月0日
広報委員会

会長あいさつ

会長 鹿野 恵美

今年度も会長職を仰せつかりました。今後の本会についてのご意見を寄せていただいております。それらの意見を真摯に受け止めていきたいと思っております。本会は「助産師」専門職団体です。助産師の将来を真剣に考えています。寄せられた意見からまず感じたことは、「会員であることの意義」については、会員一人一人が、会から何かを与えられることを求めるのではなく、一緒に作り上げていくものだと感じます。ぜひ、視点を変えて一緒に活動しましょう。

また、ここ数年、オンラインでの研修や会議になっておりましたが、「対面」により、本題の話のみではなく、余談を含めていろいろな話をするためにも「会」の大切さを感じています。今年度は、オンラインの利便性を考えつつ、一部は対面開催へと変更もしていきたいと考えています。

今年度、産後ケア事業については、「県

内に里帰りをする方についての利便性を考えて、出産間もない里帰り先でも適時に産後ケア事業が受けられる」ように、現在のところ、長野県下7市町村中27市町村（3町村未着）が、長野県助産師会と契約をして、県内40カ所の助産所で産後ケア事業が受けられるように取り組みました。産後ケア事業については、市町村からの委託事業です。市町村と契約をするということ意識して、助産所の安全管理を考えていかなければなりません。

医療機関勤務の助産師は、分娩数の減少で、混合病棟化の中での助産業務に苦勞されています。周産期のメンタルヘルスや妊娠からの切れ目のない支援については自治体や信州大学などと連携して取り組んでいます。市町村の伴走型支援での助産師活用を働きかけ、いろいろな場で働く助産師の交流により、今後の助産師の専門性や活躍の場を考えていきたいと思えます。今年度もよろしくお願いたします。

2024年度長野県助産師会 通常総会報告

(上伊那地区) 赤羽 洋子

6月1日に長野県助産師会通常総会がオンラインで開催されました。当日は出席者77名、委任状77名で総会が成立し、すべての議案が承認されました。オンラインでの総会が4年目となり、オンライン操作がスムーズで、新たに導き出された総会の在り方が定着していることを感じながら総会を担当させていただきました。個人的には、承認の際にリアクション機能を使って手をあげている画面がほのぼのしていて、重要な承認の場でありながらも心が温まりました。

総会では各担当者より2023年度の事業報告と会計報告、2024年度の事業計画案と予算案の説明がありました。担当者の皆様には、時間を意識しながら端的にご説明いただき、総会冊子を見ながら、説明がスムーズに耳に入る連携がとても良いと感じました。担当者の説明を聞くと、各地区がどんな活動をしているのか、各地区を支えるために長野県助産師会がどんなサポートしてくれているのか、長野県助産師会として目指すべき会や組織の在り方等、地区の活動を主に携わっていると見えない部分を知ることができます。またそれらを担当者からの声で聞けるので、より心に残ります。一会員として、総会に出席することで得られる対価は大きいと感じる時間

でした。今年度の総会は、定刻終了時間よりも早く閉会となりました。続く部会集会に参加される方にとって、一息つくことが可能となりありがたいと感じた会員もいたと思います。

そろそろ対面での総会へ移行しても良いのでは...という意見もある中で、総会の在り方は今後の検討課題のひとつです。かたちはどうであれ、多くの会員が集まれる総会という場が、皆様と様々な意見交換をしながら、会員にとつてのベストを導き出す場であってほしいと願っています。



〈部会報告〉令和6年度 助産所部会集會報告

助産所部会長
(安曇野地区) 石田 文絵

今年度1回目の部会集會が7月13日(出)9時から11時までZoomにて開催されました。出席者は13名。今年度は新たに2名の方が入られ部会員は39名となりました。お産が始まる中、「できるだけ出ます」と参加してくださる方もありました。

今年度の計画の中では、3回の部会開催が予定されています。コロナの5類への移行とともに、部会の開催方法について検討しました。県内の移動距離が長く、皆それぞれお産を抱えている中で、Zoomは大勢が参加しやすいというメリットもありましたが、集まれた会員同士で顔と顔を合わせての情報交換のひとときのメリットも大きいことから、今回はハイブリッド型開催に挑戦ということで、事前の準備で試してみても、可能であれば行うことになりました。

安全管理面に関しては、今年度は安全管理機能評価に加え、産後ケア事業の拡大に伴う助産師の質の担保の確保・充実のために、事業に従事する医療者全てに実施されることになった、「自己確認表」研修会について周知しました。

また、日助の助産所部会集會のテーマは「お産ができる助産所を未来に託す」でしたが、全国の助産所でのような取

り組みがされているかや、県の合同研修「周産期メンタルヘルスの支援体制の構築を考える」に参加しての感想等がシェアされました。

2026年から始まると思われる出産費用の保険適応化に向けて、今回は議題とするものはありませんでしたが、今後助産院の存続のためにたくさんの方々の課題に対応していかなくてはならない年になると思います。

また、上記の話し合いの後には、日頃各々がお産を通していただいている経験のシェア・情報交換の時間を持ちました。生理的プロセスをたどる助産ケアについて、具体的にどんなことを行なっているかなど(今回は高齢初産婦への対応・会陰に静脈瘤を持つ産婦へのケアについて)お互いの体験から知恵と励ましもいただきながら過ごした時間でした。



〈部会報告〉令和6年度 保健指導部会集會報告

保健指導部会長
(北信地区) 池尻 由美

2024年6月1日(出)に保健指導部会集會を開催することができました。参加者は23名でした。自己紹介の後、保健指導部会からの「産後ケア自己確認表」と「助産師業務安全管理評価表」についてご報告をさせて頂きました。

2024年度より産後ケア事業において市町村と長野県助産師会の間で契約されたということに基づくものです。利用者様に産後ケアを安全で快適に過ごして頂くためには各施設の「質」が問われますが、県助産師会では把握されていないのが現状です。

他の都道府県では、県独自の研修を設けてその研修を受講されていない方は受託できなかったり、日本助産師会の産後ケア実務研修を受講していないと受託できなかつたりと質の担保のためにルールを明確化されているところが多くあります。

長野県助産師会ではまず各施設や産後ケアに携わるスタッフの状況を把握するために「産後ケア自己確認表」を作成しました。自己確認表には産後ケアに必要な内容が記されており、それに関わる研修を受講できているかを確認して頂きます。研修が未受講だったり、その内容に関して曖昧だと感じた際はそれぞれの研

修を受講して頂くという仕組みです。今年度はまずそれを実施してみても改善の必要があれば検討していきたいと考えております。

上記のことをご報告させて頂きました。皆様からは「今実際に行っているのが研修等必要なかと思っただけ、市町村が安心して依頼してもらえようように考えていく必要がある」「世間で助産師の認知度がまだまだ低いと感じることがある。質の担保を提示する必要があると感じている」などご意見を頂戴しました。

その後、これから産後ケアを始めたい方からの質問や「こういうところはどうやっている?」などの情報交換も活発にお話しできた部会集會でした。



〈部会報告〉令和6年度 勤務助産師部会報告

勤務助産師部会長
(松塩筑地区) 芳賀 亜紀子

令和6年度勤務助産師部会は、6月1日総会の日の午後オンラインで実施しました。テーマは、『医療機関における産後ケアの現状と課題』地域との連携により多様な妊産婦支援をするには』でした。勤務助産師部会から10名、保健指導部会・助産所部会から10名の参加もあり、計20名での部会集会となりました。

産後ケア事業は、少子化対策として、国がその拡充を目指し取り組んでいます。令和5年度の実施要綱の改正で、産後ケアの対象は「産後ケアを必要とする者」となりました。助産師は、今後ますます多様化する妊産婦の支援が求められます。そこで、医療機関の助産師と実際に産後ケアで支援している助産師双方が、産後ケアの現状と課題について意見交換しました。一部ご紹介いたします。

○産後ケア事業利用に関する制限がある
退院からの連続利用、利用日数、確保済みの産後ケア病床が空床の場合他科患者利用に変更、帰省分娩で利用できないなど

○助産師自身が産後ケア事業を正しく理解する必要がある

制度や、各産後ケア施設の特徴や内容などを知り、妊産婦に適切な情報提供を

行う。

○妊産婦と家族への産後ケア事業の情報提供が不足、サービスを知ってもらうPRが必要

産後ケアというサービスを知らない妊産婦が多い。父親の育児休業取得増加に伴い「夫婦で育児」する家族が増えているが、実際には出産後の生活のイメージができていないことが多いことで、産後ケアの利用まで考えられていない。

○産後ケアの利用が、保健師の訪問が必要なのかの見極めが重要

○医療機関・行政・産後ケア実施施設の情報共有のための共通フォーマットがあることと良い

産後ケアの拡充に向け、今後も助産師としての活動が期待されています。

次年度は勤務部会の助産師の皆さまに、よりご参加いただけるテーマ設定を行いたいと思います。ぜひ、ご参加ください。今年度もよろしくお願ひします。



助産師よろず相談に 参加して

(松塩筑地区) 夏目 尚子

千曲市のながい助産院母乳育児相談室、訪問看護ステーションはる風に所属している夏目尚子と申します。普段は主に産後の方を対象にケアを行っています。

助産師よろず相談は月に1回鹿野会長が世話役となって下さり、村上寛先生(信州大学医学部「周産期のこころの医学講座」)をアドバイザーに迎えて、周産期で精神疾患のある方、また精神疾患の診断はないが助産師が「この方は何か心配かも」と思うような方の事例を検討する会となっています。月1回お昼時間設定されており、助産師であれば誰でも参加できる会です。

村上先生は、こんなに周産期メンタルヘルスに熱い医師が他にいるだろうかというほど、助産師のような精神科の先生だなぁと勝手ながら思っております。

地域で産後の方に接するなかで困ることとは、母の今の状態が医師につないだ方がいいのか、助産師で経過をみていいのかどうかということだと思います。村上先生は、助産師の「何かおかしい」という感覚を大切にしてください、親身に聞いてください。先生の建前だけではなく、本音の思いも聞けるところがこの会のいいところだと感じました。

また、産後ケア、訪問看護共にこれら

が制度上でどのような位置づけなのかという説明も交えながらアドバイス頂けることは、とても貴重だと感じます。助産師としては耳の痛いお話もあつたりしますが…。

そこで出た事例は外に持ち出さないことが条件なので、安心して話せましたし、県内で働く他の助産師の方々がどんな支援をされていてどんな困りごことがあるのか共有できる場になっています。「こんなことで困っているんだ、同じだな」とか、「そんな支援があるんだ」と発見があつたりします。顔の見える横のつながりができていくことはありがたいと感じています。

最後になりますが、村上先生には毎回時間を割いて下さり、この場をお借りして御礼申し上げます。



国際助産師の日 イベント報告

(諏訪地区) 坂本 薫

6月22日(土)に原村の八ヶ岳自然文化園で「ママとパパと一緒に子育てを楽しむヒント」と題して、国際助産師の日のイベントを開催しました。

男性の育休取得が増える中で、母親と父親がより良いパートナーシップを築けることを目的とし、このテーマを掲げました。また、当事者家族を支えていくご家族や支援者の方たちにもご参加いただきたいという思いもあり、午前の部は、信州大学医学部の村上先生の講演会、午後の部は「ママをやめてもいいですか!」の映画上映会を行いました。午前は大人49名・子ども15名の64名、午後は大人51名、子ども26名の77名と延べ141名の方がご参加くださいました。

村上先生の講演では、産後うつとは何か、何故切れ目のない支援が必要なのか等を具体的にお話していただきました。質疑応答では実際の体験を交えた多くの声が集まり、参加者からは、「産産期の心の変動を、その妊産婦ひとりで見ているのではない事を伝えて頂けてよかったです。」「非常に参考になりました。」「といった感想が寄せられました。SNSで簡単に情報が手に入る時代だからこそ、正しい知識を得る機会があることはとても重要だと改めて感じました。

午後の映画上映では、内容に共感され、

涙を流されている方も多く見受けられました。映画に続いて行われたフリートークでは、日頃感じている想いをお互いに表出し、共有できる機会となりました。「このママも同じような感じで親近感が湧いたし安心した。」「上映後のみなさんの感想もとても学びになりました。」「という感想や、午前と午後との内容がリンクしており、理解が深まったとの声が聞かれました。

イベントには、地域で子育て支援に携わっている方や議員さんも参加してください、地域がひとつのチームとなり、より豊かな子育て環境を構築することができると感じています。



健やか親子21内閣府特命 担当大臣表彰を頂いて

(北信地区) 永井ひろみ

昨年の11月に栃木県宇都宮市において「健やか親子21内閣府特命担当大臣表彰」を頂きました。

第一子の出産がきっかけで、故山西みな子助産師(自然育児相談所所長)のもとを訪ね、目からウロコのお話や母子ケアの技術を学び、さらに川手幸子助産師から乳房ケアの技術を学び助産師になり、開業してから今年で29年目になります。その間、助産師会の皆さんはもちろんのこと、多くの母子から学ばせていただき助けて頂いたりしながら続けて来たことを感謝いたします。

現在は、産後ケア事業の委託を受けて

仕事をしていますが、子育ての状況が大きく変化しているのを感じています。産後の里帰りが減り父親の育児休暇取得が増え、義祖母、実父母が仕事をしています。育児以外の手助けが少なくなっています。育児休暇の取得率が上昇しているのは喜ばしいことですが、実際には、父親が何をしても良いかわからない、些細なことが夫婦で不安になりSNSで検索してさらに不安になる、赤ちゃんの泣き声がつらくうつ状態になる、夫婦二人でストレスがたまるとの相談が増えていきます。父親へ育休取得前からの育児家事技術の習得支援と共に、それぞれの夫婦に合った育児休暇中のストレスが軽減できる過ごし方を考えて頂くような機会を作ることなど、家族支援の視点でケアすることがこれからの課題かと思うこの頃です。



〔研修報告〕長野県・長野県助産師会
長野県看護協会共催 研修会

「周産期メンタルヘルス支援体制の構築を考える」長野県の周産期看護を繋ぐために」に参加して

(安曇野地区) 松澤 ひろ美

今回の研修では、シンポジウムとして信州母子保健推進センター、助産師会、病院、自治体の保健師から「周産期メンタルヘルスに関する現状」と課題が挙げられました。それぞれがどういった関わりをしているのかをあらためて知ることができました。

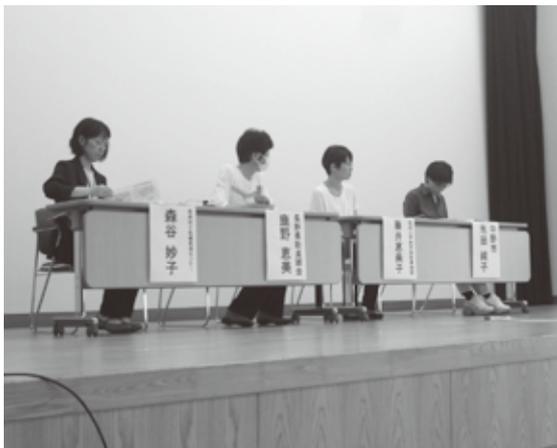
信州大学医学部保健学科 中込先生の講義では、「母子保健の現場で相手の気持ちに寄り添うためのスキル」というテーマのもと「コンコダスアセスメント、実践的問題の整理、振り返り、両性の探求、信念と懸念についての会話、先を見据える」といった何気なく臨床の現場で用いているコミュニケーションスキルの重要性を再認識しました。

周産期こころの外來村上先生の講義では、「産後うつ」の基本、「見えない」重症症例から考える切れ目のない支援「見える」重症症例から考える多職種支援についてのお話がありました。中でも印象的だったのは、「見えない」症例の中で何となく気になるという「勘」をチームで共有できる雰囲気作りが大切と

いうことです。また、流産や死産した方へのメンタルヘルス支援が希薄であることも挙げられ、今後、支援できる体制ができていければと感じました。

グループディスカッションでは、地区ごとで課題や困りごとについて意見交換をしました。助産師だけでなく地区の保健師も一緒に話し合えたことは貴重な時間となりました。

今回で第3回目となる本研修に初めて参加して、とても学びの多い時間となりました。周産期に関わる助産師、保健師が、妊産婦さんがより安心して出産育児ができるように日々関わっていることを再認識できました。それぞれの役割を果たしながら、そしてお互いの役割を知りながら連携していくことで、切れ目のないより良い支援が構築できるのではと思います。



〈開業された方のご紹介〉 助産院スピカ

(松塩筑地区) 伊藤 佳奈



2022年11月から松本市村井町で『助産院スピカ』を開業した伊藤佳奈と申します。

私は松本市出身で、都会に憧れて県内外様々な病院に勤務しましたが、結婚を機に地元に戻ってきました。今は夫と7歳と5歳の息子がおり、毎日ドタバタしながら充実した生活を送っております。

病院勤務時、退院後の経過を見る事には限界があり、継続的な支援を行うためには地域に出る必要があると感じていました。松本市に戻り上の子を産むまで、新生児訪問などを経験しました。その時一人ひとりのママと赤ちゃんに深く関わる機会が多くあり、開業したい思いが強くなりました。

また、下の子を妊娠・出産した際、切迫早産になり自分自身が筋力低下を身をもって実感し、産前産後の体のケアがとても大切だと感じました。そして同じ松塩地区の林辺さんに導かれ、骨盤ケアを学びました。その時期に

知り合った年齢が近い助産師の友人達が開業していて、私もいつかはと想っていた開業が、自分でもびつくりするほど早く出来ました。当時は大丈夫かと不安にもなりましたが、今思い返すと良いタイミングだったと思ひ、背中を押してくれた皆様には感謝しかありません。

助産院スピカは、私の星座であるおとめ座の星スピカと、『全てのママと赤ちゃん、女性がステキにピカッと輝けるお手伝いがしたい』という思いを込めて命名しました。

当院は、分娩取扱はしておりませんが、授乳・離乳食・育児相談、産後の骨盤ケアを行っております。また地域でのベビーマッサージ・他職種の友人とワークショップ・育児サークル活動、性教育についての活動も勉強しながら始めております。

今後は更に地域と連携して、近隣で子育てをするママ達が気軽に相談できる助産院にしていきたいと思っております。

最後に、助産師会の諸先輩方にはいつも大変お世話になっており、今後もしも指南頂ければ幸いです。よろしくお願いたします。



表彰者のご紹介

(※敬称略)

〈2024年度〉

(一社)長野県助産師会会長表彰

- 江田 真理 (安曇野地区)
- 小林 文子 (松塩筑地区)
- 田口 陽子 (上小地区)
- 松葉 砂恵子 (佐久地区)
- 宮崎 ひでみ (北安地区)
- 百瀬 由貴子 (安曇野地区)

(公社)日本助産師会会長表彰

- 小口 智子 (諏訪地区)
- 小林 由枝 (上伊那地区)

(公社)日本助産師会永年活動感謝状

- 清水 久美子 (北信地区)

〈2023年度 自治体及び他団体からの表彰〉

厚生労働大臣表彰 母子保健功労

- 永井 ひろみ (北信地区)

(一社)日本家族計画協会会長表彰

- 佐々木 叶枝 (木曾地区)

長野県知事表彰 母子保健

- 塚田 典子 (上小地区)
- 藤沢 祐子 (上小地区)
- 柳沢 明子 (佐久地区)
- 渡邊 明美 (松塩筑地区)

長野県将来世代応援県民会議会長表彰

- 伊藤 こず恵 (諏訪地区)

新入会員のご紹介



- 徳武 恵理さん (北信地区)
- 花岡 美樹さん (上小地区)
- 山田 さか江さん (上小地区)
- 吉川 加良子さん (佐久地区)
- 宮岡 望美さん (松塩筑地区)
- 増子 真菜さん (安曇野地区)
- 中村 亜美さん (安曇野地区)
- 高橋 静巴さん (諏訪地区)
- 谷口 美智子さん (上伊那地区)
- 太田 美穂子さん (松塩筑地区)
- 中村 佳美さん (上小地区)

編集後記

ここ数年、当たり前となったオンラインでの活動の中、対面での研修や会も開催されつつあります。多様な形態で行われ、活動も幅広いものになったと感じます。皆様の活動を会員の方にもお知らせできる、このおたよりを今回も発行でき、お忙しい中、ご協力いただいた方々には広報委員一同より御礼申し上げます。