



一般社団法人 長野県助産師会

ニュースレター No.12

テーマ：広がる助産ケア

発行 / 広報委員会 発行日 / 令和8年2月

会長挨拶

助産師の力

会長 田中春海

妊娠届で面談をした24歳の初妊婦が、「丙午だから生まれる赤ちゃんは少ないですよ。女の子でも気にしないで育てます。」と話し出しました。不妊治療をしている人にとっては、聞きたくない情報でしょう。私が「今年も午年だね」と答えると、「ひのえうまのうまって干支のことだったんだ！」と驚かれました。

さらに、「NIPITをしたい。夫の家族に発達障害みたいな人がいるから。何か問題があれば育てられない。」と検査を希望されました。妊婦さんたちはインターネットで積極的に情報を集めていて、すごいなと感心する一方で、妊娠・出産・育児に対する想いをしっかりと聴き、情報提供の時間を設ける必要を感じます。

終戦後、助産婦たちは受胎調節実施指導員の資格を持って避妊指導を行い、60年前の丙午では迷信とともに出生数が激減しました。大先輩の助産師からは、地域の公民館で受胎調節の講習会をしていた際、「お産が仕事の助産婦さんが、自分の収入を減らすことをやっている！」と揶揄されたこと聞きました。それでも先輩たちは、女性の健康を守るために頑張っていました。

20年ほど前、子どもが減ることは問題だと講演会で話したところ、「子どもは少ない方がいい」と反対意見を言った方がいました。その当時は、食

糧危機が話題になっていたかと思えます。

出生数の減少は続いています。産後ケア、プレコンセプションケアの周知、周産期メンタルヘルスの支援、男性の育児、出産費用の無償化。新規事業が次々と創設され、その効果が期待されていますが、妊産婦に日々向き合っている私たちが一番、何が大切かを感じ取っているのではないのでしょうか。

会員の声が集まり、繋がることで未来への道筋をつくることのできるのではないかと思っています。そのために、皆さんの声が集まる場をつくるようにしていけたらと思います。

部会集会報告

助産所部会活動報告

助産所部会長 石田文絵

今年度も3回のオンラインでの部会集会を計画し、2025年末現在、7月・11月と2回の部会を行いました。

今年度の1回目には、次世代育成に向けての企画において、より多くの会員の方々に興味を持っていただき参加していただけるようにと考え、長年開業されてきた先輩方より、今回は開業40周年を迎えられた助産所はよやの保谷ハルエ氏より「開業からのあゆみ〜これからの語り継ぎたいこと〜」をテーマとしてお話をさせていただきました。皆で対談する機会を設けました。

開業に至った経緯から、苦労されてきたこと、現在までのお産・母乳育児



支援においてお母さん方や赤ちゃんたちを通して経験された貴重なお話、そして時代の変化とともにお産・育児環境が変わってきている中で、今後の助産師としての、また助産院のあり方について皆で一緒に考え、お話しを伺えた貴重な時間となりました。部会以外の方も含めて20名の参加がありました。

また、2回目の部会集会では、時代の変化とともに今まで経験したことがなかったような経験も増えてきている中での貴重な症例のシェアや、産後ケアについて感じていることの見聞交換が行われ、知識の確認・情報交換・共有の機会を持つことができました。

その他、安全管理に関する活動に関しては6月・11月にNCPRRのSコーズ研修を開催。部会員以外の会員・非会員の方にも参加していただきました。

毎年の安全機能評価も、グループ単位で対面にてそれぞれの施設を評価し合い、課題を明らかにして自施設の見直しにつなげていく機会となりました。

また、今年度後半からは「分娩費用の無償化に向けて」の体制作りが具体的に進んできました。これまでの現状と課題について日本助産師会から数回に

渡りオンラインでの報告があり、その報告をもとに医療法25条に基づいた安全管理基準の必須項目に対する整備の必要性についてなどを共有し、これからの変革に向けての準備段階となっております。

広がる助産ケア
～研修を通して～

2025年7月13日
助産院 もりあね
院長 田口眞弓さんの
安全管理研修会に参加して
(上小地区) 武田 久美子

今回、田口眞弓さんによる「安全管理研修」に参加しました。研修では、産後ケアを行う上での安全管理の重要性について、具体的かつ実践的なお話を伺うことができました。

特に印象に残ったのは、食事提供に関する衛生管理についてのお話です。食品衛生管理者の許可取得は義務ではないものの、万が一に備えて取得しておくことが望ましいという助言があり、安全への備えの大切さを改めて実感しました。

また、産後ケアを提供する施設として、ガイドラインに沿った対応を行うこと、そして委託事業であるという意識を常に持つことの重要性についても学びました。自分たちのオリジナル性を大切にしつつも、依頼者の意図を汲み取ったケアを提供する姿勢が求められていることを再認識しました。

研修では、二つの施設の取り組みも紹介され、非常に参考になりました。

どちらも実践的で、今後の自分のケアに活かせるヒントが多く得られました。

日々、予期せぬ出来事に対応しながらも、常に考え、行動し、少しでも利用者寄り添えるケアを目指していきたいと、改めて強く感じました。また、田口さんの温かく誠実なお人柄にも触れ、参加者として非常に心に残る研修となりました。

今後も、より質の高いケアを目指して、日々の実践を大切にしていきたいと思えます。

広がる助産ケア
～研修を通して～

勤務助産師部会・保健指導部会
教育委員会合同研修会報告
勤務助産師部会長
江田 真理



2025年9月28日に勤務・保健指導部会教育委員会合同研修会を開催しました。今年度は「様々な立場から家族ケアを考

える」をテーマに、コロナ禍以降、初の対面研修会となりました。対面であった為、参加者はシンポジスト4名の他23名(会員20名・非会員3名)といった小規模な人数ではありましたが、実際の会場でそれぞれの実践を聞くことができ、大変実りのある研修となりました。

松本市役所健康づくり課の中田保健

師様からは「市町村で行われている家族ケア」について、佐久医療センターの新津様からは「病院で行われている家族ケアの実際」、こども病院新生児病棟副看護師長の百瀬様からは「医療的ケア児を持つ家族への支援」、はぎもと助産院の萩元様から「訪問看護の立場から見た家族ケアの実際」についてお話を伺いました。それぞれの立場で、症例を交えながらお話し下さり、その後のグループワークも充実したものでした。

グループワークでは「シンポジストの発表を聞き、感じたことの共有と、自分の立場で何ができるか」をテーマに5グループに分かれ、意見交換をしました。意見交換では、医療的ケア児の支援や保育園の受け入れ、退院後の連携など情報共有の重要性が確認されました。また、家族への支援では、父親を含めた育児サポートや妊娠期からの関わりが大切であり、母親が困りごとを発信しづらい現状も課題とされました。更に、助産師の働き方や助産師としてのモチベーション維持も必要であるという声もありました。

研修会全体として、「養育者への徹底的支援」と「つながりづくり」の重要性が共有された一日となりました。9時間催といった早い時間にも関わらず、遠方からお越しになったシンポジストの方々及び会員・非会員の皆様に感謝するとともに、会場及び機材など運営に関わる部分を担っていただきました信州大学の芳賀様、徳武様、この場をお借りして感謝申し上げます。

広がる助産ケア
～研修を通して～

長野県
総合防災訓練に参加して
(諏訪地区) 坂 本 薫



10月19日に岡谷市で長野県総合防災訓練が行われ、諏訪地区から3名の会員が参加しました。訓練実施にあたり5月から9月まで毎月1回会議がありました。

訓練には243名の団体が参加することがわかり、その規模は私の想像をはるかに超えるものでした。会議は、オンラインでは聞き取り辛かったことと他団体の方と顔合わせや相談もできるので現地参加をお勧めします。準備は、助産師会として行う訓練内容を記載した訓練調書を作成するところから始まりました。避難所に来た経産婦さんが陣発した設定で、搬送引き継ぎまでの支援と授乳支援と2つの訓練を行うことにしました。

当日は、避難所内のテント設営、段ボールベッドの組み立てを行った後、社会福祉協議会、防災士会、日赤災害派遣チームの方々と一緒にそれぞれ1名ずつで構成されたチームを組む、避難されて来た方の巡回・アセスメントを実施しました。テントや段ボールベッドの組み立ては、コツを掴むまでは難しかったです。機会があれば是非組み立ててみてください。巡回・アセ

スメントでは、それぞれの立場で視点が異なり他職種連携できることが有益だと感じました。また、助産師がいることも認知していただけたらと思います。この時に調書のシナリオに沿った配役の方がいらっしやると思っていたのですが、設定まで共有されておらず予定していたようには訓練が実施できずとも残念でした。会議は毎月ありましたが、最後まで全体のイメージがつかず、シナリオの共有方法もわかっていませんでした（調書に記載したのでよいと思っていた）。毎年担当地区が変わるため、どの地区も不完全燃焼感があったようです。せっかくの機会なので、有意義な訓練ができたらと思います。

訓練後には炊き出しご飯をいただき、温かいものをいただける有り難さも身に染みしました。何事も経験していただくさを感じた1日でした。

プレコンセプションケア

語り合う中で見えてきた
プレコンセプションケアのかたち
中信地区プレコンセプションケア
プロジェクト長 小林 文子

本年8月に行われた子育て・女性支援センター交流学習会は、今後のプレコンセプションケア講義に関する基本的内容を伝達し、必要なスキルを習得することを目的に開催されました。本稿では、その開催経緯、参加者の声、今後の方向性について報告します。

運営委員会は本年1月、北信地区を中心とした県内4地区の委員により発足し、月1回のZoom会議を重ね、準備を進めてきました。3月には長野県「若者のライフデザイン支援事業」公募型プロポーザルへの応募、県庁での発表、国の施策を見据えた高校生向けプレコンセプションケア講座の企画検討を進めて参りました。

参加者は総勢37名で、これからプレコンセプションケアを学びたいという方から、すでに学校現場で性教育を実践している方まで多様でした。学習会後半のグループワークでは、ジェンダーや性の多様性を、「どの様に受け止め・尊重し・伝えるか」が複雑で繊細な課題であるといった意見、性暴力被害、思いがけない妊娠等の支援経験を通じ、「性的同意と性的尊厳」の重要性を再認識しているが、その伝え方には難しさを感じている、若者の性感染症や将来のがん・不妊症リスク、HPVワクチンに関する正確な情報提供の必要性、さらに、高齢出産やハイリスク妊娠、無痛分娩の需要増加など、急速な社会変化に対応する柔軟な取り組みが求められる等の意見がありました。終了後のアンケートでは、回答が得られた32名全員が、目標を達成できたという結果でした。

助産師会が推進するプレコンセプションケアは、SRHR（性と生殖に関する健康と権利）と包括的性教育を基盤とした切れ目のない取り組みであり、科学的根拠による情報提供と身体や健康を前向きに捉える関わりを大切

にしています。依頼先の意向を踏まえ、複数の助産師が関わる体制をとる事で、質の高い継続的な講座開催が可能となり、助産師会の役割は今後さらに重要になると考えます。

助産師の手

上小地区で
女性や家族のために
助産所ひめぐり
下 村民子

上田市に拠点を移して5年、開業して3年が経ちました。分娩の最前線からは離れましたが、未だたまに夢の中でお産に立ち会って、以前、元上司に「お産好きでしょ」と言われた事を思い出します。

今まで病院と言う組織の中で関わってきた仕事の内容を、現在、地域に出で行ってみて感じるのは、より枠に囚われることなくできるという事と、より言葉行動の一つ一つに責任を持って携わる必要があるという事でした。それが、助産師という国家資格を有した自分たちの責務であると痛感します。

助産所での活動は、産後ケア事業を中心に妊娠中の方の伴走支援、看護系学校の講義等のお手伝い、小学校への命の授業がメインとなっています。そのような中、今年度は上田市から助産師会へ依頼された市内の中学校性教育出前授業を市内の助産師会会員で実施いたしました。これに伴い、市内の開業助産師は来年度以降も委託を受ける事ができました。学生さんたちに、地

域には助産師と言う相談相手がいるという事を引き続きアピールしていきたい所存です。

また、数年前から上田市の活力あるまちづくり支援金を利用して活動する「あつたか産前産後応援事業（1135信州）」に上小地区の開業助産師を紹介していただき、上小地区としてイベントに参加したり月1回のアリオ上田での助産師無料相談で共に活動したりしています。今年度は「ママリラ」という上田市の温泉施設を利用して、児を預けて母親たちがゆっくりと温泉を楽しむ企画もありました。湯治による子育て中の母親のストレス軽減効果を期待し、継続したいという思いになりました。

少子化の中助産師を取り巻く環境が劇的に変わりつつあり、存在意義を明確に活動していく必要がありますが、昔見た産婆だった祖母の背中を思い出しながら、決意を新たに地域の女性とその家族に手を差し伸べて参ります。



開業者ご紹介

ながつき助産院

(佐久地区) 吉川 加良子

ながつき助産院を開業いたしました助産師の吉川加良子(かよこ)と申します。当院は「長い月日をあなたとともに、ゆっくり・じっくり・丁寧に」をモットーに、2024年9月に開業いたしました。主に産前・産後の相談、母乳ケアや育児相談を行っています。

何か困れば簡単に情報や便利なものが手に入る世の中ではありますが、人との繋がりがや温かさが感じられ、子育てがしやすい世の中かと問われると、必ずしもそうではないと感じることがあります。女性が「自分にはこんな力があったんだ!」と気づき、お母さんと赤ちゃんが持つ生命力をいきいきと発揮しながら、楽しい妊娠・出産・子育てに繋がるよう、地域の皆様とともにお手伝いのできたらと考えています。

また、将来的には分娩開業を目指し、準備を進めています。お産の直後に「またすぐに産みたい!」とキラキラされた



ていた女性の姿に衝撃を受けたことをきっかけに、女性中心の助産への向き合い方、自分自身の在り方やお産の選択肢について考えるようになりまし。実際に海外へ赴いたり、ここ数年は静岡をはじめ各地の助産院で研修をさせていただきました。その中で、お母さん方や地域でご活躍されている助産師の皆様から日本のお産や助産がこんなにも深く幅広いものだということに気づかせていただきました。

現在は、御代田町にある産院音々で、女性を中心に継続的に関わる継続ケア・お産を学んでおります。産院音々で関わった女性やご家族のケアも、助産院として継続してできればと考えています。

経験が浅く、助産院としてはまだまだこれからではありますが、会員の皆さまとの繋がりを大切に、学びを深めながら地域の女性や赤ちゃんとともに歩んで参りたいと思います。どうぞよろしくお願いたします。

開業者ご紹介

助産ケアサロン COCOWA

(北信地区) 徳 武 恵 理

2023年10月、助産ケアサロンCOCOWAを開業しました助産師の徳武恵理です。

助産学生の頃、健康な赤ちゃんでもお母さんはたくさん不安を抱えていることを知りました。それなら、胎児疾患があると分かったお母さんは、ど



たちです。その姿から、言葉にならない思いに寄り添う大切さを学びました。

約10年働く中で、私自身も2人の子どもを出産し、乳房トラブルに悩んだときには、ほやほやさんや、ひよりさんの支えを受けました。その経験から、退院後の育児支援を必要とする方が想像以上に多いことを実感しました。病院には病院の役割が、地域には地域の役割があります。「私でも何かできるかもしれない」「子どもを育てる母親として共感できることがあるかもしれない」と思い、開業に至りました。

病院で培った技術に加え、母親としての実感や思いやりを大切に、訪れるお母さんたちの気持ちに寄り添いながらケアしています。地域で活動する助産師や産後ケアの取り組みが、必要な方に無理なく届く社会であるよう、微力ながらこれからも頑張っ行ってきたいと思えます。よろしくお願いたします。

新入会員のご紹介

茅野 真梨奈 さん



【所属地区】諏訪地域
【自己PR】下諏訪町出身、3児の母です。これまで総合病院勤務で母子支援に携わってきました。今後は大好きな地元で、産後の育児支援や乳幼児の睡眠に関するサポートを行い、ママが安心して子育てできることを大切に活動していきたいと考えています。

【先輩方へのメッセージ】皆さまとのつながりを大切にしながら、地域の母子支援に貢献できるよう努めてまいります。諸先輩方からたくさんのお話を学ばせていただきたく思っていますので、ご指導よろしくお願いたします。

通常総会の開催について

2026年度
(一社)長野県助産師会通常総会
2026年5月30日(日)

※オンラインにて開催予定
*総会出席者は地区長が取りまとめます。
*欠席の方は、案内をするグループフォーム、または郵送で委任状の提出をお願いします。多数の方の出席をお願いします。

編集後記



2026年の新しい年を迎え、第2号となる「ニュースレター」を無事に皆さまのお手元にお届けすることができました。ご多忙のなか原稿をご寄稿くださった皆さま、そして最後までお読みいただいた皆さまに、心より感謝申し上げます。昨今、助産師が活躍できる領域は多岐にわたる、様々な場面でその専門性が求められています。その為、研修会に参加し視野を広げる意義は大きいと感じています。今後も多様な場において、助産師としての力を存分に発揮してまいります。