

妊産婦の継続的支援のための産後ケアの普及と連携に関する研究

研究分担者 市川 香織（東京情報大学看護学部看護学科）

出産施設退院後、乳児健康診査を受診するまでの数ヶ月間、特に育児不安の高まる産後1か月の間は、現在行われている新生児訪問や今後支援体制の整備が期待される産後ケア事業などを中心に、より支援の重点化が望まれている。産後ケア事業については、平成26年度妊娠・出産包括支援モデル事業の実施に伴い、市区町村で取り組みが始まっているが、全国での実施状況はまだ十分とは言えない。さらに、平成29年度より産婦健康診査事業が開始され、産後早期の妊産婦のメンタルヘルス支援について、医療機関と保健センターの連携をはじめとした切れ目のない支援が求められている。

そこで、本研究では、産後ケアの普及と関係者間の連携について研究を行っていく。

平成28年度は、日本における産後ケアの実施状況と今後の課題を明確化するための文献検討を行った。そして、今後の調査フィールドの確保を目指し、産後ケア施設に対し、実施状況のヒアリングを行った。

平成29年度は、産後ケア事業の普及啓発に係わる事業への協力、産後ケア事業の利用者評価のためのアンケート項目の検討、妊娠期から子育て期の切れ目のない支援を実践しているフィンランドのネウボラ視察を行い、産後ケア事業の推進に向けて、多様な観点から研究と実践を進めた。

平成30年度においては、妊娠期から育児期までの切れ目のない支援を実現するため、産後ケア事業の推進や子育て世代包括支援センター設置促進のための研修等への協力、産後ケア事業の利用者評価に向けた準備等を行った。

A. 研究目的

出産施設退院後、乳児健康診査を受診するまでの数ヶ月間、特に育児不安の高まる産後1か月の間は、現在行われている新生児訪問や今後支援体制の整備が期待される産後ケア事業などを中心に、より支援の重点化が望まれている。しかし、産後ケアとしてどのようなケアが実施されれば良いのか、またその効果はあるのか、ケア提供の時期や費用など、産後ケアを推進していくための根拠はまだ十分明らかにされていない。また、産後1か月までに母親たちが十分に指導やケアを受けたと実感するのはどのようなケアなのか、出産施設と産後ケア提供

施設の連携はどのようになされていく必要があるのか、妊娠中からの情報をどのように産後に活用していくのかなど、連携の課題も十分明らかにされていない。

そこで、本研究では、産後ケアの普及と関係者間の連携について検討することを目的として研究を行っていく。

B. 研究方法

平成28年度は、現在までに実施されている産後ケアの調査や研究報告を整理し、日本における産後ケアの実施状況と産後ケアの今後の課題を明確化することとした。

そのうえで、今後の調査フィールドの確保を目指し、調査準備として、近年新たに誕生した産後ケア施設に対し、実施状況のヒアリングを行った。

平成 29 年度は、産後ケア事業の普及啓発に係わる事業への協力、産後ケア事業の利用者評価のためのアンケート項目の検討、妊娠期から子育て期の切れ目ない支援を実践しているフィンランドのネウボラ視察を行い、産後ケア事業の推進に向けて、多様な観点から研究と実践を進めた。

平成 30 年度においては、妊娠期から育児期までの切れ目のない支援を実現するため、産後ケア事業の推進や子育て世代包括支援センター設置促進のための研修等への協力、産後ケア事業の利用者評価に向けた準備等を行った。

(倫理面への配慮)

産後ケア施設でのヒアリングにあたっては、施設の管理者への文書と口頭で承認を得て実施した。

フィンランドのネウボラ視察にあたっては、視察前にネウボラ管理者に視察の目的を伝え健診等の見学を企画していただき、ネウボラに勤務する担当保健師（以下、ネウボラナース）に許可を得ておいていただくと共に、視察当日にあらためてネウボラナースに口頭で説明し、研究への協力の同意を得た。健診に訪れた母子及び妊婦に対しては、ネウボラナースより健診への同席の許可を得てもらい、健診時の会話の通訳並びに記録のための写真撮影の許可を得た。また、健診に訪れた母子及び妊婦の個人情報特定されない写真の利用（勉強会や報告書等）についても口頭で承諾を得た。

C. 研究結果

1. 日本における産後ケアの実施状況

日本においては、かつての出産習俗の中で、出産した女性を特別にケアする文化的仕組みがあったことは文献で確認された。

近年における産後ケアとしては、平成 27 年度子ども・子育て支援推進調査研究事業において国内の産後ケアに関する文献レビューを行った佐藤によれば、全ての褥婦・母親に標準化された方法で行われている身体的・精神的ケアがなく、産後に行われるケアの内容は定まっておらず、今後エビデンスに基づいた標準化されたケアが提供されることが必要であると結論づけられた¹⁾。

また、同事業の実態調査では、稲田、相良、島田が有床助産所・病院・診療所を対象とした質問紙調査を実施し、施設が提供している産後ケアは、各施設とも母親の身体的な回復を配慮しながらの授乳指導、授乳に適した抱き方、含ませ方の指導、母乳分泌と授乳前後の乳房の状態の評価、今後の授乳の方針への支援などの【授乳の支援】、沐浴指導や、児の気質に合わせた世話の仕方のアドバイス、児の泣きへの対応などの【授乳以外の支援】、母親の身体回復を考慮した母子同室、母親のフィジカルアセスメントや産褥体操、栄養指導などの【母親の身体的ケア】を中心的なケアとして行っていることが明らかになった²⁾。

さらに、同事業の産後ケア利用者を対象にした聞き取り調査によれば、利用者が受けたと認識したケアは、「母親への身体回復の支援」、「授乳の支援」、「授乳以外の育児支援」、「母親への心理社会的支援」、「家族間調整」であった³⁾。

また、日本で先駆的に開設された産後ケアセンターにおける産後ケア事業の利用者意識調査によれば、産後早期に母親が元気になれる要素は、食事を含む休養、受容される体

験、授乳がうまくいくことであったという報告もあった^{4),5)}。

以上より、産後ケアとは、標準化されたケアは確立していないものの、母親の身体的ケアと授乳の支援を中心に、心理社会的な支援、家族間調整など幅広い支援が実施され、利用者は休養や受容される体験によって元気になっていくといった流れがあることがわかった。

2. 産後ケア施設へのヒアリング

産後ケア施設であるAセンターにて、管理者であるセンター長（助産師）よりヒアリングを行った。Aセンターでの事業は大きく3つあり、一つ目は県と市町村の共同体からの委託を受けて行う産後ケア事業、二つ目は県の委託を受けて行う産前産後電話相談事業、そして、三つ目は自主事業として行う母乳ケアや個別相談、各種講座、日帰り型産後ケアなどの独自事業である。宿泊型の産後ケア事業は原則3泊4日で、市町村が認めた場合は6泊まで可となっていた。利用する時期は、出産施設退院後すぐは少なく、産後1~4か月までで月ごとの利用頻度に差はないということであった。利用者は初産婦が多く、年齢は30歳代後半が多く40歳代もいるということであった。宿泊型産後ケア利用者からの感想としては、「精神的にも身体的にも疲れていたことを実感した」、「気持ちが悪くなった」、「心細いときに付き添ってくれる温かい場所だった」等の声が寄せられていた。

産後ケア事業に携わる職種間の連携としては、事業を通して市町村保健師とセンターの助産師の間に顔の見える関係ができ、情報共有に役立っているとのことであった。さらに、助産師どうしの連携も強化され、特に施設勤務助産師や新生児訪問や母親学級などを担当する助産師が、母親たちにAセンターの存在を伝えて

くれることで、母親たちの安心感につながっているとのことであった。Aセンターで助産師としての能力を発揮したいという助産師もいるため、人材の掘り起こしにもつながっているとのことであった。

3. 産後ケア事業の普及啓発

平成29年度、30年度を通して、学術集会時のシンポジウムや研修事業において、産後ケア事業の推進、子育て世代包括支援センター設置推進を図った。

4. 産後ケア利用者調査の検討

産後ケア事業は少しずつ広がりを見せてきているが、まだ必要な人に十分利用されているとはいえない。また、先行研究として産後ケアによる効果については検証されておらず、今後、産後ケア事業の評価として、効果や満足度などを確認していく必要がある。

そこで、平成29年度は産後ケアの実態調査等からアンケート項目を抽出し、案を作成した。

<項目（案）>

- ①年齢
- ②産後何日目（何か月目）か
- ③今回の出産は何回目か
- ④今回の利用目的（複数回答可）
 - ・助産師の専門的なケアを受けたい
 - ・産後のサポートがない
 - ・体を休めたい
 - ・育児の悩みを相談したい
 - ・自分の心身の相談をしたい
 - ・気分転換 他
- ⑤産後ケアについてどのように知ったか
- ⑥料金設定について
- ⑦利用環境について
- ⑧食事について
- ⑨今回受けたケア内容

- ・母親の身体回復への支援
- ・母親への心理的ケア
- ・授乳の支援
- ・授乳以外の育児支援
- ・家族間調整

⑩内容の満足度

⑪担当助産師の対応について

⑫産後ケアを利用した感想

平成 30 年度は、産後ケア事業の利用者評価に向けた準備として、浦安市の委託を受けて、一般社団法人産前産後ケア推進協会が実施している、浦安市日帰り型産後ケア事業（個別）の利用者状況の把握を行った。

平成 29 年度実施分においては、実施予定数 236 件で実施数 218 件であった。利用年代は 30 代が 74%と最も多かったが、40 代も 11%を占めていた。また、産後ケア利用日における児の月齢で最も多いのは 3 か月であったが、月齢 1 か月での利用も増加傾向にあった。また、母親の初産別では、初産 47.7%、経産婦 52.3%であった。前年度は初産婦 58.7%、経産婦 41.3%と初産婦の方が多かったが、平成 29 年度は経産婦の利用が増えてきていた。

5. フィンランドのネウボラ視察

平成 29 年度に妊娠期から子育て期までの切れ目ない支援を実現しているフィンランドのネウボラを視察した。

「母と子のネウボラ」では、妊婦健診及び乳幼児健診が行われており、その健診は担当のネウボラナースによる個別面接形式である。そのため、ネウボラナースの人員分相談室があり、視察したネウボラには、8～9 人のネウボラナースが在籍し、それぞれの相談室があった。

ネウボラナースが担当する人数は国の基準で定められており、1 年間で妊婦は 40 人、乳幼児は 300 人ということであった。ネウボラナ

ースは 1 日 5～6 人の面談を行うと共に、1 時間程度の電話相談にも応じており、1 組の面談には 40 分～1 時間程度ゆったりと時間を取って予約制で対応している。医師とネウボラナースはそれぞれ互いの役割を持ち、協働で健診を行っている。

ネウボラでの記録は、妊婦手帳、乳幼児手帳として紙の手帳にも記載するが、約 10 年前に電子化され、ネウボラ、出産医療機関、保育所でデータが共有されている。

出産後から 1～2 か月の母子の支援については、出産後 1～2 週目は家庭訪問、2～3 週目は家庭またはネウボラで健診、4～6 週目ネウボラで健診、2 か月目ネウボラで健診というスケジュールが定期的に組まれているということであった。

具体的な事業として、「ネウボラナースによる 2 か月の乳児の健診及び予防接種」の見学、「妊娠 37 週初産婦の妊婦健診」の見学、「LENE（発達のチェック）の手順についての説明」、「妊娠中の母乳育児講座」の見学を行った。

それぞれ利用者への説明は時間をかけてゆったりと行われており、妊娠中から担当しているため利用者との間に信頼関係が構築されており、利用者は安心してネウボラを利用していた。

D. 考察

1. 日本における産後ケアの現状

産後ケアに関するいくつかの調査報告から、産後ケアとは、母親の身体的ケアと授乳の支援を中心に、心理社会的な支援、家族間調整など幅広い支援が実施され、利用者は休養や受容される体験によって元気になっていくといった流れがあることが考えられる。しかし、佐藤の言うように、全ての褥婦・母親に標準化された方法で行われている身体的・精神的ケアはなく

1)、産後ケアとして定義づけられていないため、ケア提供者によって、産後ケアの内容には差がある可能性がある。すなわち、産後ケアといったときに、誰もが同じケア内容をイメージできないのが日本の現状であると考えられる。そのため、ケアの効果も一律に評価できる状況になっていないといえる。

産後ケア事業の展開はまだ少ない状況ではあるが、先駆的に実施している市町村や事業体からは、利用者からの肯定的な評価を得ていることが報告され始めている³⁾。ヒアリングを行った産後ケア施設においても同様の利用者の反応が確認された。ヒアリングからは、産後ケア事業を通して、市町村保健師と産後ケア施設の助産師の間に顔の見える関係ができ、情報共有に役立っている、助産師どうしの連携も強化されたということが語られ、他職種連携や医療と保健の連携へのきっかけになる可能性が示唆された。

そこで、平成 29 年度は産後ケア事業のアンケートの項目の検討を始めた。

また、平成 30 年度は産後ケア事業を開始し 3 年目となる浦安市日帰り型産後ケア事業（個別）の利用者状況の把握を行った。その結果、児の月齢 1 か月での利用の増加、経産婦の利用の増加の傾向が認められた。これは、事業の周知が広がってきたことにより、産前から産後ケア事業の利用を視野に入れ、産後早期に申し込みをしている可能性や、経産婦ならではの負担や悩みを相談し、気分転換を図る場として申し込んでいる可能性が考えられた。育児の悩みは初産婦のみならず経産婦にもあるため、今後は産後ケア事業利用のきっかけ、産後ケア事業への期待、産後ケアの満足度等を確認していく必要があると考えられた。

2. フィンランドネウボラの切れ目のない支援

平成 29 年度は、妊娠期から育児期までの切れ目ない支援を実践しているフィンランドのネウボラを保健・医療の視点から視察した。全ての母親にアドバイスを提供するという理念は、日本でこれから全国展開されていく「子育て世代包括支援センター」にも貫かれるべき考え方であると感じた。ネウボラに健診で訪れていた母親や妊婦は、自分の担当のネウボラナースに何でも話し、とても信頼している様子が視察でも感じられた。妊娠初期から同じネウボラナースが継続して関わることで、単に身体的な診断ではなく、家族全員の背景や状況も含めたその人まるごとの生活やストーリーを共有している安心感、しかも専門職である保健師がそれを担っていることの安心感、信頼があることを実感することができた。ネウボラナースに対しての安心感、信頼があるからこそ、海外から複数的人数で視察に訪れても、気兼ねなく健診に立ち合わせてくれたのだと考えられた。この、専門職への安心感、信頼こそが、「切れ目ない支援」の基盤を形成しており、逆にそれが欠けてしまえば、いくら体制を整えても切れ目が生まれてしまうのではないかと考えられた。特に出産後の不安は日本同様、母乳分泌への不安、児の泣きへの対応、母親自身の健康回復への不安などであるが、フィンランドでは、妊娠中から担当しているネウボラナースが出産後 1~2 週目に家庭訪問を行い、その後も約 2 週間おきに家庭またはネウボラで健診を行うことで、母親が不安を抱いても、常に顔見知りの専門家がそばにいて支えてくれるという安心感が提供されているということがわかった。

一方で、乳児健診の内容や対応そのものは、フィンランドと日本で大きな違いはなかった。保健師に与えられている権限として、予防接種や発達チェックの責務は大きいですが、健診時に行う母子のアセスメントなどは日本の保健師も

すでに行っている内容であると思われた。また、妊婦健診におけるフィジカルチェックやアセスメントも、日本における助産外来、助産院での妊婦健診と同様の健診及び保健指導であると思われた。よって、フィンランドのネウボラを日本でも同様に活用しようと考えた場合、子育て世代包括支援センターを基盤として、保健師、助産師がすでに持っているケアやアセスメントの技術をいかに活用できるかが課題であると考えられた。保健師、助産師がすでに持っている技術を活用するためには、フィンランドのように、人員配置の基準を設け、年間に対応可能な母子や妊婦の数の上限を明確にし、専門職としての技能を發揮できるよう設定することが必要だと思われる。また、情報については、IT を活用し電子化したデータの共有を効果的に行うことで、他機関や他職種と連携がよりスムーズになると考えられた。

3. 子育て世代包括支援センターと産後ケアの普及に向けた活動

子育て世代包括支援センターの設置や産後ケア事業の推進が求められており、市町村においては設置に向けて準備を進めているところである。また、設置した市町村においても運営にあたり様々な課題に直面し、悩みながら事業を進めている現状がある。様々な研修事業等に協力し、啓発を行った。研修参加者等の背景や実情を聞きながら、市町村ごとの課題もあることがわかった。他の自治体の取組状況を聞いたり、設置の必要性を考えたり、また県の担当者にサポートを求めたりする機会を設けることは設置を推進するきっかけになっていると考えられた。

また、産後ケア事業の中でもメンタルサポートの必要性が増え、産後ケア事業を活用してメンタルヘルスケアを行っていくと同時に、精神

科との連携が新たな課題として指摘された。

E. 結論

本研究では、産後ケアの普及と関係者間の連携について多方面からの検討を行った。

まず、現在までに実施されている産後ケアの調査や研究報告を整理し考察した。そして、産後ケア施設に対するヒアリング、産後ケア事業利用者調査の準備を進めた。

さらに、妊娠期から子育て期の切れ目ない支援を実践しているフィンランドのネウボラ視察を行い、日本における子育て世代包括支援センターの役割を考察した。

産後ケアの普及と関係者間の連携を強化していくためにも、子育て世代包括支援センターの設置は欠かせない。平成29年度～30年度は、産後ケア事業の推進や子育て世代包括支援センター設置促進のための研修等への協力も積極的に行っていた。その中で、産後ケア事業実施においてはメンタルヘルスのサポートが、子育て世代包括支援センター設置促進においては出生数少なく、母子保健担当者も少ない規模の小さな自治体への支援が課題として考えられた。

今後も、子育て世代包括支援センターの設置を推進し、その中で利用者にとって効果的な産後ケア事業が展開されるよう、さらに調査や分析を進めていく必要がある。

【参考文献】

- 1) 佐藤香(2016). 日本の産後ケアに関する文献検討. 平成27年度 子ども・子育て支援推進調査研究事業「より効果的な妊娠出産包括支援事業としての産後ケアのあり方に関する研究」研究報告書, 15-28.
- 2) 稲田千晴, 相良有紀, 島田真理恵(2016).

有床助産所ならびに病院・診療所を対象とした質問紙調査,平成27年度子ども・子育て支援推進調査研究事業「より効果的な妊娠出産包括支援事業としての産後ケアのあり方に関する研究」研究報告書,39-58.

- 3) 相良有紀, 稲田千晴, 國分真佐代, 島田真理恵(2016). 有床助産所ならびに病院・診療所で産後ケアを受けた利用者に対する聞き取り調査. 平成27年度子ども・子育て支援推進調査研究事業「より効果的な妊娠出産包括支援事業としての産後ケアのあり方に関する研究」研究報告書,127-140.
- 4) 小松崎愛美, 齋藤泰子, 青山廣子, 阿部秀行, 萩原玲子, 丹波恵津子, … 宮里和子(2011). 産後ケア事業の評価 武蔵野大学附属産後ケアセンター桜新町利用者アンケートから. 武蔵野大学看護学部紀要,5,59-68.
- 5) 富田素子, 小堀由祈子, 渡部たづ子, 阿部正, 宮里和子, 齋藤泰子, … 福永一郎(2010). 産後ケア事業の評価、利用後のアンケート調査から. 東京都福祉保健医療学会誌平成21年度受賞演題論文集,56-68.

F. 研究発表

1. 論文発表

- 1) 山崎さやか, 篠原亮次, 秋山有佳, 市川香織, 尾島俊之, 玉腰浩司, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太朗:乳幼児を持つ母親の育児不安と日常の育児相談相手との関連:健やか親子21最終評価の全国調査より. 日本公衆衛生雑誌,65(7),334-346,2018.
- 2) Ritei Uehara, Ryoji Shinohara, Yuuka Akiyama, Kaori Ichikawa, Toshiyuki

Ojima, Kencho Matsuura, Yoshihisa Yamazaki, Zentaro Yamagata: Awareness of cardiopulmonary resuscitation among parents with 3-year-old children; a population-based cross-sectional study in Japan. Pediatrics International, 2018.

- 3) 上原里程, 篠原亮次, 秋山有佳, 市川香織, 尾島俊之, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太朗:次子出産を希望しないことと早期産との関連:健やか親子21最終評価より. 日本公衆衛生雑誌,66(1),15-22,2019.
- 4) 上原里程・篠原亮次・秋山有佳・市川香織・尾島俊之・松浦賢長・山崎嘉久・山縣然太朗:市町村における母子保健対策の取り組み状況:「健やか親子21」の推進状況に関する実態調査を用いた都道府県別観察,厚生学の指標,第64巻第15号,1-7.2017.
- 5) 市川香織:事例紹介を総括して 母子保健事業を活用した妊産婦のメンタルヘルスへの支援や関係機関連携について. 母子保健情報誌,4,29-31.2019.
- 6) 市川香織:妊娠期から子育て期における心身・家族関係・社会的な変化と課題. 母子保健情報誌,3,3-7.2018.
- 7) 市川香織:出産した女性が親になっていく過程をサポートする産後ケア第1回産後ケアとは. MEDEX JOURNAL,181,4-5,2018.
- 8) 市川香織:出産した女性が親になっていく過程をサポートする産後ケア第4回なぜ産後ケアが必要なのか. MEDEX JOURNAL,184,4-5,2018.
- 9) 市川香織:出産した女性が親になっていく過程をサポートする産後ケア第5回海外の産後ケア事情. MEDEX

JOURNAL, 185, 4-5, 2018.

- 10) 市川香織：出産した女性が親になっていく過程をサポートする産後ケア第6回産後ケアの課題と展望．MEDEX JOURNAL, 186, 6-7, 2019.
- 11) 市川香織：母乳育児の進め方と悩みへの対応．月刊母子保健, 696, 6-7, 2017.
- 12) 市川香織：子どもの健やかな成長を支援するプロの知識・プロの技術 第3回産後うつを予防するために．健康づくり, 470, 12-15, 2017.
- 13) 市川香織：産後ケアを成功に導くコツ, 助産雑誌. 71(3), 181-184, 2017.

2. 学会発表

- 1) 高橋智恵, 小野有紀, 岸千尋, 小柳星華, 手塚麻耶, 市川香織：新生児集中治療室(NICU)に入院した後期早産児の母親が抱く想い．第59回日本母性衛生学会総会, 2018年10月.
- 2) 上原里程, 篠原亮次, 秋山有佳, 市川香織, 尾島俊之, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太郎：早期産は次子出産を希望しない要因である：健やか親子21最終評価より．第77回日本公衆衛生学会総会, 2018年10月.
- 3) 秋山有佳, 篠原亮次, 市川香織, 尾島俊之, 玉腰浩司, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太郎：3・4か月児の母親の再喫煙と市区町村の母子保健施策取組状況との関連－健やか親子21の調査から－．第64回小児保健協会学術集会, 2017年7月
- 4) 上原里程, 篠原亮次, 秋山有佳, 市川香織, 尾島俊之, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太郎：母子保健対策に関する市町村の庁内他部局連携：健やか親子21最終評価から, 第76回日本公衆衛生学会総会, 2017年10

月

- 5) 大岡忠生, 秋山有佳, 篠原亮次, 市川香織, 尾島俊之, 玉腰浩司, 松浦賢長, 山崎嘉久, 山縣然太郎：地域の主要産業と人口規模が妊婦の喫煙行動へ及ぼす影響－健やか親子21最終評価から－, 第76回日本公衆衛生学会総会, 2017年10月
- 6) 市川香織：産前・産後サポート事業と産後ケア事業の現状と課題～全国調査から～．シンポジウム「新しい子育て支援における産前産後サポート・産後ケア事業の効果的な展開」, 第76回日本公衆衛生学会総会, 2017年11月
- 7) 市川香織, 服部律子, 國分真佐代, 稲田千晴, 相良有紀, 島田真理恵：助産所・病院・診療所で行われている産後ケアの実態．第75回日本公衆衛生学会総会, 2016.
- 8) 葛西圭子, 島田真理恵, 國分真佐代, 市川香織：有床助産所ならびに病院・診療所に産後ケア事業を委託している市町村担当者への聞き取り調査．第31回日本助産学会学術集会, 2017

G. 知的財産権の出願・登録状況

1. 特許取得

なし

2. 実用新案登録

なし

3. その他

なし