

interview



助産師 原田 すず子 さん

■妊婦さんにできること

妊娠は病気ではありませんので、神経質になり過ぎる必要はありません。それでもいつもの身体と同じではないことを自覚し、自身と赤ちゃんの健康を守り、妊娠が順調に経過しているか、定期健診を受けましょう。健診日以外でも、出血や腹痛などの異常があったら、すぐに病院を受診しましょう。

■お父さんにできること

赤ちゃんが産まれたら暮らしは一変します。お母さんは、大部分の時間を赤ちゃんのお世話に費やします。お父さんは今までどおりではないことを理解し、自分のことは自分で行い、育児や家事も必要な部分を分担することが大切です。慣れない育児に不安や孤独を感じるお母さんもいます。一番身近なお父さんが第一の子育てサポーターになりましょう。子どもとの関わりが父親にとっても人生の宝になります。夫婦で楽しみながら積極的に育児や家事に参加しましょう。

■子どもは時代を担う社会の宝

女性の健やかな妊娠・出産・育児には働く職場の理解と思いやりが大切です。安心して子育てができるよう、職場や地域で支え見守り社会の大切な宝を育てましょう。

子育て世代支援センター（すくすくルーム）

専任の助産師や保健師により、母子健康手帳の交付や妊娠中の健康管理の一つとして、初産婦さんへの電話支援（様子確認、相談）、妊婦訪問、産後ケア（授乳相談等）、子どもの身体計測・発育発達相談等を行っています。



私たちにご相談ください！

妊娠から出産、子育て期において、安心して生み育てる環境を整えながら、切れ目のない支援を行っています。

パパママ教室

妊婦さんとその家族を対象に、妊娠中の体や心の変化、日常生活の過ごし方に関する講話、妊婦ジャケットを使った妊婦体験、赤ちゃん人形を使った抱き方やおむつ替えを体験できます。また、歯科や栄養指導、個別相談も行っています。

●パパママ教室に参加した松元ご夫妻にお話を伺いました。

●どのように育児に関わっていきたいですか？

友佑さん：妊娠中には妻が動けないことが多々あります。今は家事などを率先してやっていますが、子どもが生まれてからも妻や子どもをサポートしていきたいです。

莉紗さん：立っていることが辛いときもあり、洗濯物干しなど立って行う家事が大変。そんな時に夫が手伝ってくれるので助かっています。同じように育児についても奥さんを気遣う男性が増えるといいですね。

●本日の体験を通して感じたことは？

友佑さん：抱っここの仕方、おむつ替えなどを体験でき良い経験になりました。この教室なしに出産を迎えていたら焦っていたと思います。

莉紗さん：人形での更衣動作を体験しましたが、スムーズに着脱できず難しかったです。教室で学んだ生活習慣を今からでも気を付けていきたいです。

松元 莉紗さん・友佑さん



妊娠・出産・子育ては喜びや驚き、感動の連続ですが、実際は精神的にも身体的にも負担があるものです。子どもが生まれることで、親やパートナーとの関係性や生活が複雑になるなど心身ともに変化が大きくなります。また、コロナ禍により里帰り・立ち合い出産ができない、実家の両親にも会いにくいなど、これまでとは

異なる問題も起きています。平成30年に市で行った「子ども子育て支援事業ニーズ調査」では、子どもをみてもらえる親族や知人が誰もいないとの回答が10%を超えるなど、悩みを抱えるお父さん・お母さんが少なくないことが分かりました。そこで、市では「母子手帳交付」「パパママ教室」「3歳児健診」などの妊娠・

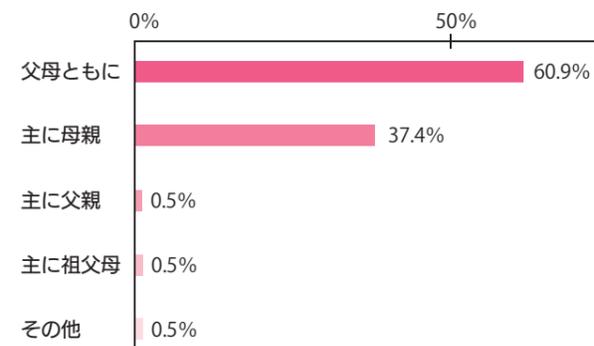
出産・子育て期におけるひとつながりの支援を行っています。これらの事業や地域との関わりを通して、自分の周りに相談できる人^とつながりが増やしていくことが大切です。子育ては一人ではできません。家族・地域・行政が一体となり、愛しい気持ちで子どもや子育て世代を見守り助け合っていきましょう。

市では「2060年に9万人程度の人口を維持する」という将来目標を掲げ、「子育てしやすいまち」の実現に向けて取り組んでいます。今月号では、出産・子育て支援や、本市に設置した人口減少対策本部について紹介します。

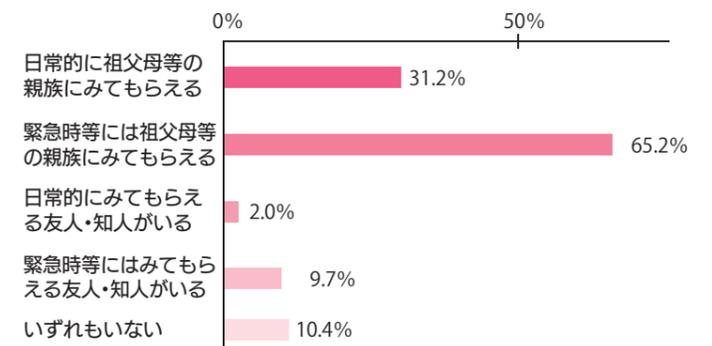


子ども子育て支援事業ニーズ調査の結果

①子育てを主に行っている人について



②子どもをみてもらえる親族や知人の有無について



資料：第2期鹿屋市子ども・子育て支援事業計画