

報道関係者各位

平成 23 年 3 月 15 日  
社団法人日本助産師会  
会 長 加藤 尚美

### 助産師による「東北地方太平洋沖地震」被災者への対応について

3 月 11 日に三陸沖で発生した「東北地方太平洋沖地震」にて被災された皆様にお見舞い申し上げます。

日本助産師会では、妊産婦・母子・女性のために、別紙のとおり各県支部において電話相談をはじめとした支援をおこなっております。また、「助産師マタニティ・サポート」は携帯電話から助産師にメールで相談できるもので、3 月中は無料で相談できる窓口を準備いたしました。

まだ、電話の通じない地域へのメッセージも準備いたしましたので、報道関係の皆様を通じてお届けいただければ幸いです。

妊産婦・母子・女性は、被災による影響はもとより、ストレスの多い避難生活の中、母乳分泌の低下や育児不安の増加、避難所での性暴力被害など様々な悪影響を受けることが知られています。私たち助産師は、このような弱い立場にある女性たちをきめ細かに支援していきます。

今後もできる限りの支援を行ってまいりますので、被災地の皆様に支援の情報をお届けいたしますよう、よろしく願いいたします。

連絡先 社団法人日本助産師会事務局 岡本・市川  
電話 03-3866-3054

## 子育て・女性健康支援センター 一覧

センターでは、助産師による電話相談を行っています。全国どこのセンターでも電話相談を受け付けます。

支部	所在地	電話番号
北海道	札幌市清田区清田 7 条 1 丁目 38-15 助産院 hug ネット 月～金曜日(祝日を除く) 10時～16時	080-3291-4188
青森県	青森市駒込字蛸沢 289-39 ハローベビー助産院内	017-742-7500
秋田県	秋田市南通築地 4-9-506 (月～金 10 時～16 時)	090-6454-1334
山形県	山形市小白川町 5-14-36 (9:00～17:00)	023-631-9326
栃木県	河内郡南河内町薬師寺 3311-159	0285-58-7516
群馬県	太田市丸山町 250-7 (月～金 10 時～16 時)	0276-37-5660
埼玉県	さいたま市桜区下大久保 107 第 2 スカイコーポ 205 号 (月～金 10 時～12 時・13 時～16 時)	090-6124-4060
千葉県	香取郡多古町間倉 544-75 (月～金 10 時～16 時)	080-5039-4720
東京都	文京区音羽 1-19-18 東京都助産師会館2F (毎週木曜日 10 時～16 時)	080-3915-9923
神奈川県	横浜市中区富士見町 3-1 神奈川県総合医療会館内 (月～土 10 時～16 時)	044-766-3932
新潟県	新潟市中央区八千代 (月～金 13 時 30 分～16 時)	025-223-3231
富山県	滑川市中塚 413 (10 時～16 時)	076-475-1366
石川県	加賀市黒瀬町カ 1-24 助産院ママのおうち	080-3740-4512
福井県	越前市大虫町 78-33 谷口助産院内 (月～土 9 時～17 時)	090-5685-4103
山梨県	甲斐市島上条 2773-3 花みずき助産院 (月・火・金 11:30～13:00)	055-277-6001
長野県	長野県松本市大手 4-6-19 日本助産師会長野県支部事務局 (月～金 9 時～12 時)	0263-31-0880
岐阜県	岐阜市島原町 42 木澤助産院内 (月～金 10 時～16 時)	058-275-8677
静岡県	静岡市葵区瀬名川 3-14-13 (月～金 8 時～17 時/土 8 時～12 時)	054-262-4979
愛知県	名古屋市南区港東通 1-18	052-613-5751
三重県	四日市市西日野町 3220-2 Mワイフあどヴァイスルーム (9 時～14 時 30 分)	059-321-0344
滋賀県	野州郡野州町小篠原 (月～金 10 時～16 時)	077-586-2609
京都府	京都市中京区西の京南両町 33	075-841-1521
大阪府	大阪市天王寺区細工谷 1-1-5 (月～金 9 時～17 時)	06-6771-3839
兵庫県	神戸市中央区花隈町 9-25 グランピア下山手通 003 (月～金 10 時～17 時)	078-362-1188

奈良県	橿原市内膳町 4-3-32 (月～金 10時～16時/土 13時～20時)	0744-21-2422
和歌山県	和歌山市園部 849-27	073-462-2140
鳥取県	日野郡日野町野田 66	0859-72-1603
島根県	松江市東津田町 1688-16	(毎月 1日-15日) 090-7135-4637 (毎月 16日-31日) 090-7136-4609
岡山県	倉敷市真備町川辺 98-1 花田助産院内	0866-98-6030
広島県	呉市広古新開 2-3-23-102 (月・金 10時～16時)	0823-73-3865
山口県	山口市大字黒川 746-11 ひめやま母と子の相談室(月～金 10～16時)	090-7122-9111
徳島県	徳島市助任橋 3-1-3	088-652-2293
香川県	高松市春日町 1176(すこやか助産師センター)	(月～金 10時～16時) 087-844-4131 (6時～24時) 090-4331-7130
愛媛県	松山市中一万町 2-1 まつやま助産院内 (月～土曜日 9時～17時)	089-945-6757
高知県	高知市中宝永町 7-10 (めぐみ保育園内) (月～金 9時～16時)	088-861-8440 090-6282-1141
福岡県	福岡市中央区平尾 1-3-41 (社)福岡県助産師会	092-521-2025
佐賀県	三養基郡みやき町白壁 2946-3(西田母乳育児相談室内)	0942-89-3554
長崎県	長崎市さくらの里 1丁目 19-50(プロジェクトママ さくらの里助産院内) (9:00～18:00)	095-850-0775
熊本県	熊本市本山 3-3-25 (月～金 10時～16時)	096-325-9432
大分県	大分市寿町 2-6 大分県看護研修センター内	097-534-0753
宮崎県	宮崎市神宮 1丁目 235 宮崎か母ちやつ子くらぶ (月～金 10:00～16:00)	0985-35-7210
鹿児島県	鹿児島市高麗町 17-17	099-252-1062
沖縄県	沖縄市住吉 2-1-5 ふじや荘 205	098-938-1807

# 地震・水害にあわれた 妊婦さん・赤ちゃんを持つお母さん・女性の皆様へ

被災者の皆様 心より お見舞い申し上げます。

私たち助産師は、いつでも女性の味方です。避難所での生活は不便で、心細いと思いますが、皆様が少しでも健やかに過ごすことができますようお祈りいたします。

## ●おなかの赤ちゃんのこと

- ・今は心配が先にたってしまうと思いますが、赤ちゃんがおなかの中で元気に動いていれば大丈夫です。もし、胎動が少なくなる、おなかが張って痛みがあるようなら、病院に搬送してもらうように責任者へ言いましょう。

## ●保温しましょう

- ・使い捨てカイロや靴下、毛布等により保温をしましょう。
- ・赤ちゃんはできるだけ抱っこし、添い寝をしましょう。
- ・妊娠中は冷えるとお腹がはったりする場合があります。できるだけ暖かくして横になりましょう。

## ●母乳をあげましょう

- ・赤ちゃんにしっかりお乳を吸わせましょう。極度のストレスや恐怖で一時的に母乳の出が悪くなることはあっても、それは一過性のものです。一時的に出が悪くても、あげているとまた母乳は出てくるようになります。
- ・母乳のトラブルや心配な時は、巡回した助産師などへ相談しましょう。携帯電話などが通じるようになったら、電話・メールでの相談もできますので、遠慮なく何でも相談しましょう。

## ●清潔を保つために

- ・外陰部や手指の清潔が保ちにくい場合、使い捨ておしぼりや清浄綿を利用しましょう。

## ●ご自身の安全のために

- ・トイレや暗がりには女性一人ではけして行かないようにしましょう。
- ・お互い声を掛け合って、安全を確認しましょう。



ストレスをためないでといっても今は難しいことでしょう。ささいなことでも誰かに聞いてもらうだけでスッキリするものです。電話やメールが通じる環境になったら、全国各地の「子育て・女性健康支援センター」が皆様の相談をお受けいたします。どうぞ遠慮なくご相談ください。

～あなたのそばに助産師はいます～  
社団法人日本助産師会  
TEL 03-3866-3054

# 助産師 マタニティサポート

～ 助産師があなたのお悩み解決! ～

★★ my room ★★

ママさんは今、17週3日目です。



赤ちゃんデータ  
胎児年齢 122 日  
160mm～250mm

## 今日のアドバイス

毎日助産師さんからのアドバイスが見られます!

## みんなに相談

妊娠のことや家庭のこと、みなさんに教えて!

## 助産師さんに相談

あなたのギモンに助産師さんが回答!

## 日記

あなたのマタニティ日記を書きましょう!

## からだだけ

体重の変化をグラフで確認出来ます!  
出産予定日の管理もこちらから☆  
→ 体重・基礎体温を入力

ケータイから助産師さんに質問できる! 100% 回答!

この『助産師マタニティサポート』では、日本助産師会監修の妊娠・出産に関するお役立ち情報が閲覧できるだけでなく、妊婦さん・ベビ待ちさん・産後ママさんに嬉しい機能が満載!

主なメニュー

- 助産師さんに相談投稿  
(抽選で選んだりしません。100%お返事します。)
- 先輩ママや妊婦会員同士で相談・回答
- 毎日の妊娠アドバイスが見られる「今日のアドバイス」
- 自分の日記を記録、先輩の日記を閲覧できる日記機能
- 体重・基礎体温をグラフで管理
- 生理日の記録や排卵日予測
- 離乳食のレシピ、妊婦さん向けレシピ
- 赤ちゃんの体調管理やお世話の方法
- 妊娠、出産に役立つコラム

監修: (社) 日本助産師会

URL: <http://www.midwife.or.jp/>

母子保健推進のため、全国の助産師をネットワークし、助産師業務の水準の維持・改善・向上につとめる。主に妊娠・出産の経過や母乳育児についての専門的な知識を元に母子やその家庭のニーズに即した安全で快適なケアの提供を行う。

協力: 松本隆博氏

社会貢献的エンターテイナー。音楽活動だけでなく少子化対策支援活動を積極的に行っている。もっと安心して子どもを産み育てる環境を世の中に推進する「出産・子育て支援NPO法人 CFFC」理事として平成の子守唄「親友」を製作、公開中である。

## 『助産師マタニティサポート』アクセスの方法

### 携帯サイトの見方

- iメニュー > メニューリスト > 結婚 / 出産 / 育児 > 出産 / 育児
- au one > カテゴリ (メニューリスト) > 生活情報 > 住宅・健康・暮らし > 子供・育児
- Y! Ketai メニューリスト > 暮らし・健康 > 健康・医療



QRコード

携帯電話から URL を打ち込む方はこちら: <http://josanshi.net/>

