

# 事業概要 自治体連携による妊産婦の心身の予防的セルフケアを促進する社会的処方システム



**解決したい課題**

- ① 孤立・孤独
- ② 社会資源・サービス利用不足
- ③ 自分自身の健康についての意識不足
- ④ コロナ禍におけるメンタルヘルスの悪化
- ⑤ 妊産婦の体力不足

30歳代女性の体力低下  
妊産婦の不定愁訴増

妊産婦のメンタルヘルスの悪化

- ・妊産婦死亡における死因の1位が自殺 (森臨太郎 2018)
- ・初産婦の4人に1人が産後2週間において抑うつ傾向が陽性 (久保隆彦 2014)
- ・児童虐待の相談件数は10万3000件/年虐待をした人の半数が実母 (2016)

**かかりつけ機関からの紹介 (社会的処方)**

高石市立母子健康センター  
高石市内の産婦人科及び近隣市の主要病院

産婦人科 小児科

医療保健機関からのルートのみではなく、民間も含めた地域資源の活用による多様なアクセスルートの確立

近隣自治体（和泉市、泉大津市）及び民間企業等（ポーンランド、TSUTAYA、ベビーカレンダー、スギ薬局等との連携

**社会資源につなぐ**

オンラインとオンサイトのハイブリッド型教室

- ①セルフケアアカ・ヘルスリテラシー・育児リテラシー向上
- ②体力・健康度・精神健康度・幸福度の向上
- ③母親が自ら地域資源を活用する力をサポート
- ④専門家と参加者、参加者同士のコミュニティの醸成

地域の生活習慣病予防活動・妊産婦・子育て支援

健幸ポイント、健幸づくり教室  
通いの場・親子での遊びの場・コミュニティカフェ等

## 楽しい子育てのコミュニティづくり

**関係機関と連携してつなぐ仕掛け**

高石市役所 地域包括ケア推進課 子育て世代包括支援センター

高石市地域子育て支援センター

高石市健幸のまちづくり協議会

高石市イベント 「あれこれ相談ステーション」

健幸アンバサダー

親子での遊びの場（ポーンランド）  
書店（TSUTAYA）  
ドラッグストア（スギ薬局）  
妊産婦対象情報アプリ（ベビーカレンダー）

**効果の検証** (筑波大学)

**社会的処方システムのモニタリング**  
妊産婦へのアプローチ法、アクターへの質的調査など

**妊産婦への社会的処方のインパクト評価**

- ①妊産婦の孤立・孤独の解消
- ②妊産婦の社会資源の利用・専門職への相談状況
- ③セルフケアの意識・行動の醸成
- ④メンタルヘルスの向上
- ⑤妊娠に伴う生活習慣病予防、体力向上、不定愁訴の軽減



令和4年度からの新たな取り組み部分

## 令和4年度事業の成果と課題

### 1. 高石市妊産婦全数調査（2021年8月18日～9月14日/2022年11月29日～12月15日）

対象者：妊娠届出をした妊婦および産後3年未満の母親全員 回答者数 2021年：553人(回収率、2022年：277人 方法：WEB調査

心の健康		2021年	2022年	運動実施		2021年	2022年
孤独感 (UCLA loneliness scale)	うつ傾向者 (エジンバラ)	19.0%	19.1%	運動実施者の割合	妊婦	13.7%	9.7%
	なし/軽度	42.8%	30.4%		産後12か月未満	11.9%	11.9%
	中等度	38.2%	48.0%		産後12か月以上	9.7%	8.7%
	重度	19.0%	22.3%		妊婦	29.1%	29.0%
コロナ禍で行われた全国の妊産婦を対象とした別の調査（松島・堀口、またはJACSIS研究）に比べて、いずれの指標においても精神的健康状態は良い。				1日1時間以上の歩行実施者	産後12か月未満	24.1%	38.1%
					産後12か月以上	31.4%	26.8%

## 2. 成果と課題

### 成果1：ハイブリット型教室により妊産婦・子育て女性の健康づくりを促進する場づくり

開催回数：67回 のべ参加者数：718人 参加者の居住地：高石市、堺市、泉大津市、和泉市、柏市  
2022年度新規申し込み者 77人（2021年46人）  
妊婦 12人（平均年齢 34.0歳±5.6）産婦～3年未満者 65人（平均年齢 32.0歳±5.3）



オンライン教室での交流場面

参加者数(人)	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
オンライン	37	61	115	81	86	81	112	104	41
オンサイト		12	15	8	6	7	12	19	25

- 育児不安感有者：参加前75%内、参加後1か月目で軽減された割合70%
- 参加者の声

- ・コロナ感染で自主隔離先のホテルから参加して気分転換になった。
- ・上の子が障害があり外出が制限されがちだったが自分のための時間を楽しむことができ嬉しい。
- ・高石市に転入してきたばかりで、参加してママ友ができた。
- ・1日中1人で家にいて産後外出したのは3回のみ。「誰かに会いたい」「自分の時間が少ない」と感じていた。参加できてよかった。

#### 令和5年度 実施地域の拡大

【11自治体】 大阪府高石市、茨城県取手市、北海道東神楽町、岩手県滝沢市、千葉県白子町、新潟県見附市、埼玉県所沢市・美里町、兵庫県西脇市、奈良県田原本町、福岡県飯塚市  
【民間企業・NPO】 柏の葉、世田谷区



2022年12月のオンサイト教室（対面）の様子

**今後の課題：パブリックリレーションの強化と参加者の増加  
アクセシビリティを改善して参加しやすさの向上**

### 成果2：地域の子育てサービスとの連携と相互の利用者が増加

- 高石市立母子健康センター
  - ・オンライン教室の中継
  - ・SNSで教室開催のお知らせ、オンサイト教室の発信
- 高石市地域子育て支援センター
  - ・オンライン教室の中継
- TSUTAYA BOOKSTORE アブラたかいし
  - ・イベント開催場所提供
- 子育てウェルカムステーション『HUGOOD』
  - ・SNSで教室開催のお知らせを発信
  - ・イベントでの読み聞かせの開催
- ベビーカレンダー
  - ・連携地区のベビーカレンダー会員にメールマガジン配信 2回 約5000人
  - ・教室公式インスタアクセス数が1591に増加
- 健幸ポイント
  - ・2022年度新規入会者 323人



アブラたかいしでのイベント



『HUGOOD』母子健康センター SNS

### 社会的処方シンポジウムの開催（2023年2月16日）

保険者協議会、自治体、子育て支援関係機関（企業・NPO等）、医師・保健師・助産師等の医療保健関係者等を対象とした成果発表およびパネルディスカッションを実施