

実践例4 お母さんを支える「母乳育児サークル」を通して退院後も支援

妊娠中や入院中のケアの充実から退院後の支援へ～母乳育児サークルの結成～

院内での支援を推進する一方で、退院後の母子を取り巻く地域の支援は手薄で、溢れるほどの情報にさらされ、迷い悩みながら育児を進めている母子の現状を目の当たりにして、サークル立ち上げの活動を開始。

院内で検討し、場所、時間、周知方法、スタッフ、必要物品、参加費（無料）など最低限のことを決め、問題点があればその都度考えていこうということで、平成14年10月に母乳育児サークル「おっぱい広場」をスタート。

*おっぱい広場；誰もが自由に集まれる広場の
のような感覚で利用して欲しいと名づけられた

サークルに参加したお母さんの声

- ・ 自分ひとりじゃないんだと精神的に楽になった
 - ・ 悩みが解消され、がんばる元気をもらった
 - ・ 同じ立場の友達ができて嬉しい
 - ・ ストレス発散、気分転換になった
 - ・ もっと回数を増やしてほしい など
- (サークル参加者へのアンケートより)

育児サークルの成長

当初病院スタッフが発行していた「おっぱい広場便り」もお母さんたちの手で発行（通信費等として100円の参加費も徴収）。おっぱい広場を卒業したお母さんたちが自主的に「カンガルークラス」を結成・運営し、「おっぱい広場」の母親たちへも助言。このカンガルークラスのお母さんたちが中心になって全サークルの集いとして「青空交流会」を企画。

現在では、偶数月に「ふたごの集い」が開催、さらにNICUを退院した母子を対象にした「がんばりっこ仲間」も開催。

〈サークルの内容〉

- 自己紹介
- 近況報告
- 参加児の体重測定
- 季節の行事
- 院内講師による学習会
- ボランティア参加（ベテラン保育士が母子のふれあいを重視した遊びや歌などを教えてくれる）
- お誕生日会
- 卒乳証書の授与 など

卒乳したお子さんには母子健康手帳サイズの可愛い証書が手渡される。

卒乳証書

平成 年 月 日 gで
生まれた ちゃんは、
お母さんからいっぱい愛情と安心を
もらい、身体も心も大満足して
平成 年 月 日 オヶ月で
大好きなおっぱいを卒業することが
できました。
これからの日々の健やかな成長をお祈りしてここに卒乳証書をおくります。
平成 年 月 日
熊本市民病院母乳育児サークル「おっぱい広場」

| | |
|----------|------------------------------------|
| 平成14年10月 | 「おっぱい広場」(毎月) 1ヶ月後～1歳までの母子を対象 |
| 平成15年4月 | 母親の手によるサークル通信「おっぱい広場便り」発行 |
| 平成15年5月 | 第1回青空交流会(春・秋の2回) ふたごの母子を対象 |
| 平成15年9月 | 「カンガルークラス」(毎月) おっぱい広場を卒業した母子を対象 |
| 平成16年10月 | 「全サークルのつどい(第4回青空交流会)」(秋) 母親による企画運営 |
| 平成17年2月 | 「ふたごのつどい」(偶数月) |
| 平成17年3月 | 「がんばりっこ仲間」(不定期) NICUを卒業した母子を対象 |

(提供：熊本市立熊本市民病院)