


# 活動成果報告書

令和3年度（第25回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ コロナ禍での母子保健事業 ～保護者が笑顔で育児ができる支援を目指して～	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) 燕市 健康福祉部 健康づくり課 母子チーム 代表者：田邊 藍子	
勤務先：燕市役所 所 属：健康福祉部 健康づくり課 所在地：〒959-0242 新潟県燕市吉田大保町25-15 TEL：0256-93-5461 FAX：0256-93-5463	

## ◇活動方針

燕市では、家族・行政・保護者同士のつながり作りを大切に母子事業を行っている。新型コロナウイルスの影響で、支援側の環境も大きく変化し、大切にきたつながり作りを実施するのは難しい状況となった。当市では令和2年3月に2か月児育児相談会・育児相談会・離乳食相談会を中止とした。しかし、支援を必要とする保護者の声は多く、コロナ禍でも実施できる事業の工夫、支援の窓口の多様化について検討し実施した。

## ◇活動内容と成果

### 【活動内容】

#### ▶育児相談会を予約制で再開（R2.4月～）

コロナ禍で、保護者が安心して参加できる事業として育児相談会を予約制へ変更。時間差、距離を保つ、消毒等の感染対策を実施。緊急事態宣言下で外出できない中、安心して相談できる場として定着していった。また、予約制にすることで家族での参加も増加した。

それでも「感染がこわくて外出できない」という保護者の声を聞く中で、外出しなくても相談できる場やつながりを持てる場が作れないかと課内で検討し、以下のことを実施した。

#### ▶離乳食動画配信（R2.5月～）

以前は健診（4・10か月）、離乳食相談会で保護者同士が離乳食の進め方や悩みをわかちあひながら相談を進めていた。感染拡大防止のため、離乳食相談会は中止、4か月児健診では個別対応、10か月児健診は医療機関委託となり、離乳食の情報発

子どもの成長を家族で実感♡  
以前より家族での参加が増加！




### 第1話 離乳食の基本123



## 活動成果報告書

信の機会やわかちあいの場が激減した。そこで、自宅に居ながら離乳食の進め方がわかるように離乳食動画の作成を行った。作成にあたり、課内栄養士で内容、時間やポイントを打ち合わせて撮影を行い、広報担当に編集協力してもらい、動画配信を始めた。1話あたり3～5分、週に1本ずつ観ながら離乳食が進められるように作成している。

第1話 離乳食の基本 123	第2話 Let' s スタート ごっくん期	第3話 野菜に チャレンジ	第4話 たんぱく質に チャレンジ
第5話 2回食に進もう	第6話 上手になったよ もぐもぐ期	第7話 レシピ紹介★ もぐもぐ期	第8話 ドキドキ3回食 かみかみ期
第9話 レシピ紹介★ かみかみ期	第10話 手づかみ食べ	番外編 「フリージング」と 「だし」	離乳食動画 QRコード 

### ▶オンライン子育て相談 (R2.11月～)

感染収束の目途が立たない中、保護者が安心して相談できる場の一つとして計画を進めた。まず初めに、課内でチームを立ち上げた。パソコン機材については総務課に、Zoomのノウハウについては、すでに移住相談でオンラインを活用していた地域振興課の協力のもと、準備を進めた。保護者が簡単にZoomアプリの使用ができるようにチラシを工夫して作成。さらに、チラシの活用から予約、Zoomでの相談の一連の流れについては、実際に保護者に体験してもらい、アドバイスをいただいた。チーム内でも練習を重ね、より簡便にできるように修正を加えた。そして、音声トラブル時の対応の準備も行い、オンライン相談を開始。燕市では妊娠期から幅広い対象にオンライン相談を活用していただけるように、母子健康手帳の交付、妊産婦の助産師訪問、出生届、両親学級、ホームページ、子育てアプリ、乳児健診、予約制育児相談会でPRを行っている。

### ▶オンライン離乳食グループ相談会を開始 (R3.1月～)

離乳食後期は、特に進み方に個人差がある。この時期は、1歳での入園を控えている場合も多く、食べさせる食材について悩みを抱えている保護者が多くみられる。育児不安解消のために保護者同士のつながりの場が必要とされている中、悩みを共有する場としてオンラインでのグループ相談を開始。より話題が共有しやすいように対象を8～12か月児の親子と限定した。予約制育児相談会の他、10か月児健診受診票と同封して周知を行っている。

### 【 成果 】

#### ①離乳食動画再生回数 全11話で2350回 (R4.1.31現在)

保護者からは、「1話あたりの時間が短くて育児の合間に観やすい」「わからないことは何度も繰り返し観ることができる」と好評である。また、離乳食以外にも幼児期の好き嫌い動画も配信している。

#### ②オンライン子育て相談 R2年度8件、R3年度14件 (R4.1.31現在)

件数は多くないが、新生児期からの利用、双胎の保護者、市外へ里帰り、海外在住、感染症に罹患して

# 活動成果報告書

いるなど様々な場面での利用がある。相談内容として一番多いのが離乳食や幼児期の好き嫌いである。また、訪問拒否の保護者からの利用もあり、オンライン相談の利用は多岐にわたっている。

## ③オンライン離乳食グループ相談会 R2年度3回、R3年度1件（R4.1.31現在）

利用者からは「実際に食事の形態や量をみてもらえて安心」と声をいただいている。反面、音声トラブルなど、グループで実施する難しさも感じている。また、利用者が伸びず、今後は対象や周知方法の検討が課題である。

## ◇今後の計画

### 【PRしたい活動】

#### ▶2か月児育児相談会（R3.4月～再開）

コロナ禍で中止していた2か月児育児相談会を再開。事前予約制とし、健康チェックの徹底、パーティションを活用し、保護者同士が会話をしている時間を設けている。2～3人でグループを作り、赤ちゃんのあやし方、おすすめの子育てグッズなど共通のテーマで盛り上がっている。「久しぶりに家族以外の人と話をした！」「同じように育児しているママと話ができ楽しかった」と保護者の笑顔がみられ、対面でのわかちあいの大切さを実感している。また、父の参加も増えており、家での兄のあやし方の工夫など積極的なグループワークへの参加がみられている。この事業は、来年度以降も継続して実施していく。

### 2か月児育児相談会の様子



### 【来年度の計画】

#### ▶離乳食座談会の開始（R4.4月～開催予定）

予約制育児相談会の日程を利用し、オンライン離乳食グループ相談会の対象月齢の親子と管理栄養士で離乳食座談会を開催予定である。少人数予約制で実施し、3回食への移行や入園前の不安など、月齢の近い親子同士で育児の喜びや悩みを共有し、日々の育児がより楽しいものになることをねらいとしている。また、この座談会参加後、オンライン離乳食グループ相談会への参加につながることも期待している。

コロナ禍での事業を通し、オンラインならではのメリット、2か月児育児相談会を再開して対面での良さを改めて感じている。

今後も、多様な切り口で新たな育児相談スタイルを構築していきたい。

### ▶資料

令和4年度オンライン相談チラシ

妊娠から子育てまで気軽に相談できる

令和4年度 **オンライン** 無料

**子育て相談**

妊娠中の悩み、授乳、離乳食、育児、発達のことなど気軽に相談ください  
保護者、管理栄養士の顔を見ながら相談できます

**日程** 火曜日と金曜日（祝日を除く）  
①9:30～ ②10:30～  
\*相談時間は約30分程度  
\*上記の日程以外をご希望の方は、他の時間帯をご希望の方は保健センターまでお問合せください

**対象** 燕市民  
燕市に里帰り中の人

**相談の流れ** ①燕市ホームページから申込み  
②健康づくり課から招待メールが届く（おおよそ1週間以内）  
相談当日までにZOOMアプリをダウンロード

**予約方法** 燕市ホームページから申込み

③[当日] 招待メールのURLをクリックし、入室

※予約状況により相談日時を調整させていただく場合があります。  
※「ZOOM」利用には専用アカウントが必要となります。連絡先は相談者の氏名となります。  
※Wi-Fi環境下での相談をお願いします。

問合せ先： 燕市健康づくり課 保健センター 室 (0256) 93-5461

3回食に変わるポイントやこれからチャレンジしたい食材、多分のみ食べ、ベビーフードやフォローアップミルクの活用など、疑問やアイデアをみんなで話し合ってお互いの育児の悩みを解決！  
赤ちゃんの成長を喜びましょう。ぜひ、ご参加ください。

**オンライン離乳食グループ相談会**

【日時】 時間 10時00分～30分程度

4/21(水)	5/18(水)	6/16(水)	7/20(水)	8/18(水)	9/21(水)
10/20(水)	11/16(水)	12/16(水)	1/18(水)	2/16(水)	3/15(水)

【対象】 生後8～12か月の  
お父さんと保護者

【定員】 先着親子3組  
(保護者のみの参加もOK)

【相談の流れ】 ①燕市ホームページから申込み  
②健康づくり課から招待メールが届く（おおよそ1週間以内）  
相談当日までにZOOMアプリをダウンロード  
③[当日] 招待メールのURLをクリックし、入室

※「ZOOM」利用には専用アカウントが必要となります。連絡先は相談者の氏名となります。  
※Wi-Fi環境下での相談をお願いします。

問合せ先  
燕市健康づくり課 保健センター  
室 (0256) 93-5461