

活動成果報告書

令和6年度（第28回）「チヨダ地域保健推進賞」

活動テーマ 父親への育児支援教室（サンデーパパクラス）とその成果 ～妊娠期から切れ目のない父親支援～	
グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) 牛久市 保健福祉部 健康づくり推進課 代表者：吉原 由加里	 
勤務先：牛久市役所 所 属：保健福祉部 健康づくり推進課 所在地：〒300-1292 茨城県牛久市中央3-15-1 TEL：029-873-2111 FAX：029-873-1775	

<p>◇活動方針</p> <p>令和3年に閣議決定された成育基本法の基本方針によると、出産や育児への父親の積極的な関わりにより母親の精神的な安定をもたらすことが期待される一方で、父親の産後うつが課題となっている。母親を支えるという役割が期待される父親についても、支援される立場にあり、今後の子育て支援に父親も含めた出産や育児に関する支援を行うことで、父親の孤立対策を講じる必要性が示された。母親に限らず、父親を含めた妊娠期からの切れ目のない支援として、牛久市では令和4年度より、両親学級の一環として「サンデーパパクラス」を実施することとなった。令和5年度の実績とその成果について以下に示す。</p> <p>◇活動内容とその成果</p> <p><対象者></p> <p>妊婦とその夫、産後1年以内の夫婦と子ども</p> <p><普及啓発方法></p> <p>○妊娠中の対象者</p> <ul style="list-style-type: none">・妊娠届出時に母親学級及び両親学級について掲載したチラシを配付し説明・妊娠中期等の面談や出産準備状況の確認の電話時に教室勧奨 <p>○産後の対象者</p> <ul style="list-style-type: none">・3.4か月児健康診査時に「サンデーパパクラス」のチラシを配付し説明・申し込み状況により、個別に教室勧奨の電話 <p><実施回数></p> <p>4回/年（6月、9月、12月、3月）</p> <p><令和5年度参加者数></p> <p>妊婦32名、妊婦夫36名、産婦12名、産婦夫13名</p> <p><父親支援の工夫点></p> <ul style="list-style-type: none">・仕事をしている方でも参加しやすいように全日程日曜日に開催・夫としての思いを共有したり、育児への不安が軽減できるよう、夫同士の交流会を実施

活動成果報告書

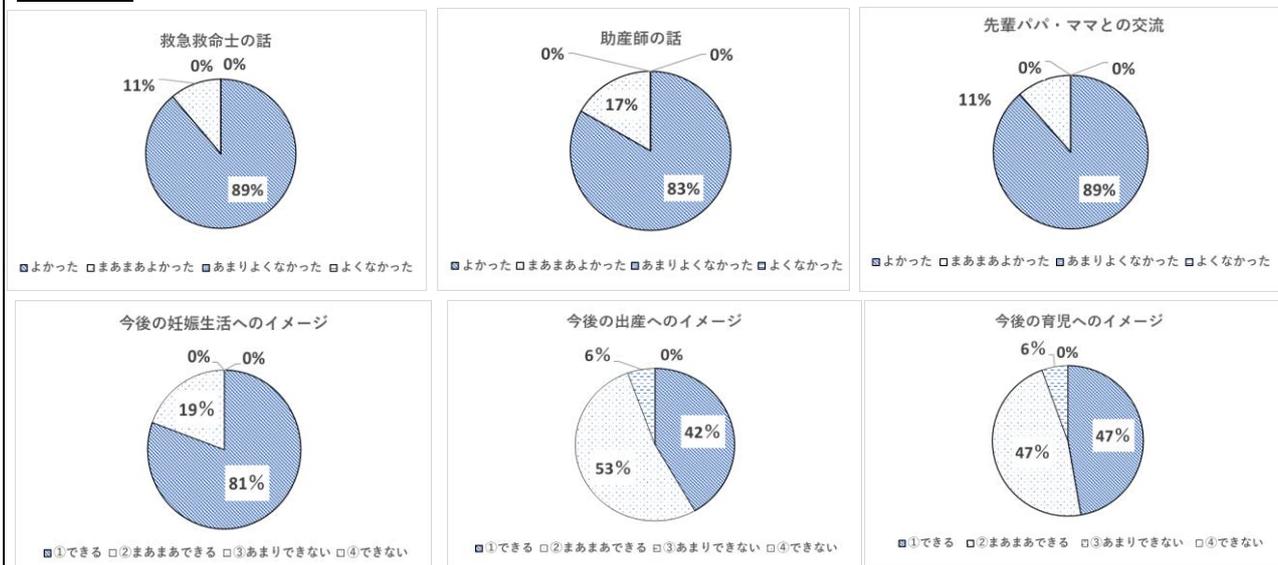
<サンデーパパクラス当日内容>

時間	妊婦とその夫	産婦とその夫
妊婦 9:30-10:40	【助産師の話】 妊娠期のからだの変化、お産が近づいたサインなど	【保健師の話】 夫婦の本音の伝えあい
産婦 10:00-10:40	【救急救命士の話】 安全に搬送するためのポイント、入院のタイミング、帝王切開の入院など	【産婦とその夫同士交流】 パパ、ママ、子どもが一緒に交流（産後の生活や子どものことなど）
妊産婦合流 10:45-11:15	【救急救命士の話】 赤ちゃんのもしも（緊急時）の対応について 【保健師の話】 赤ちゃんの発達と時期に合わせた赤ちゃんとの遊びについて	
11:15-11:45	【妊産婦同士と妊産婦の夫同士の交流】 それぞれ別部屋にて実施	
11:45-12:00	【まとめ・アンケート】	

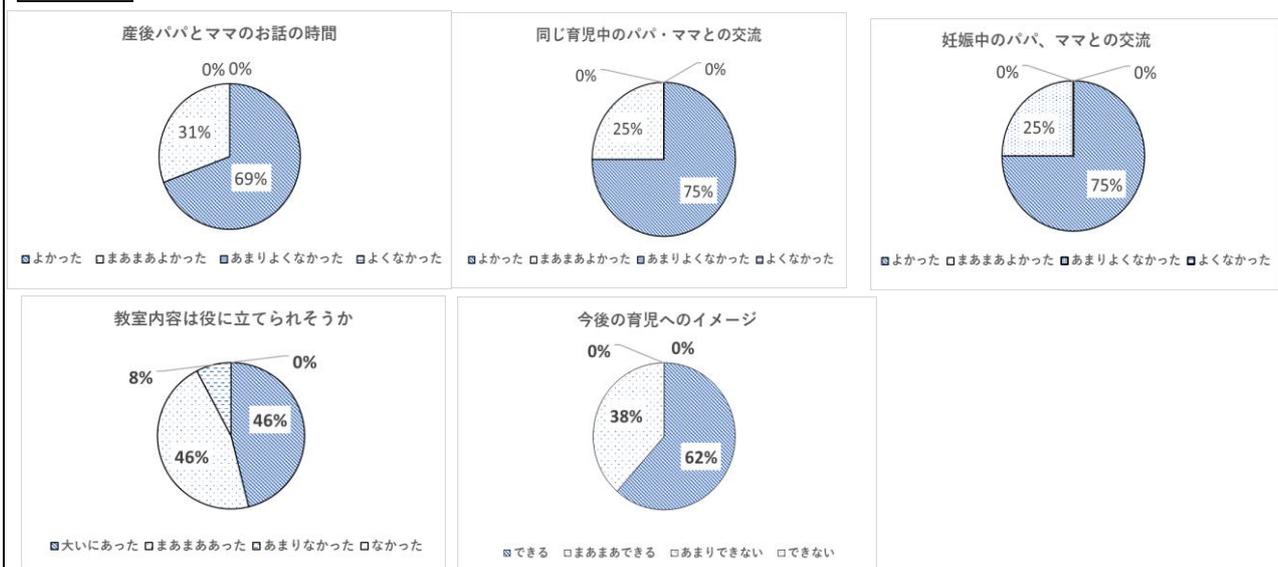
【活動成果】

※産前・産後ともにアンケート回収率は100%、産前産後の夫のアンケート集計結果について示す

産前の方



産後の方



活動成果報告書

自由記載に記載されていた内容については以下の通りである。

【妊婦の夫】

- ・破水の理解が進んだ ・子どもの緊急時のイメージがついた
- ・何かあった時の予備知識があることでスムーズに動くことができそう ・救命救急方法が分かった
- ・先輩パパからのお話が聞けてアドバイスももらえてよかった ・出産のイメージがついた
- ・育児のことを考えると恐怖しかないが今後役に立つ情報がたくさんあり参考になった
- ・育児中の生の声が聞けて非常に良かった ・分娩時の状況が想像できた
- ・スキンシップを積極的に取ろうと思った
- ・生まれた子への接し方について難しく考えなくてよいと聞き前向きになった
- ・交流会で不安に思っていることを確認できた

【産婦の夫】

- ・困りごとなどについて共有できた ・育児中のパパ同士の交流する機会がなかったのでよかった
- ・子どものあやし方など参考になった ・家族の本音が聞けて良かった
- ・育児中のパパ同士の交流時間が少なかった ・産後のパパの学びの場としては物足りなさを感じた
- ・夫婦で改めてゆっくり話すことができた
- ・ほかの子どもの状況を参考にしてこれからの育児に生かしたい
- ・様々な意見交換により新たな発見があった
- ・職場ではこのような意見交換の場がないので、機会がありとてもよかった
- ・産後で忙しくなっても夫婦で話をするのがたいせつだとわかった

交流会では、育児休暇に関することや父親としての役割確認、産後の母への接し方のポイントなど、積極的に質問する様子があり、父親自身が育児に主体的に取り組もうとする姿勢や育児に対する不安感も軽減できていることが伺えた。

◇今後の計画

産前・産後ともに教室の内容については満足度が高いことがわかった。産前に参加した方の出産後、3.4か月児健診の間診票では、父親の育児と家事への協力についての問いに、「よくやっている」と母が回答している割合はほぼ100%であり、教室に参加した父親の積極的な育児や家事への介入が伺えた。産後の方のアンケートに、育児中のパパ同士の交流時間が少なかったなどの意見もあり、産後でより具体的になった育児に対しての疑問や不安を確認しあう場としても、サンデーパパクラスには意義があることがわかった。育児中のパパ同士、妊娠中のプレパパ同士、育児中と妊娠中のパパ同士で交流する時間を増やし、参加者同士のコミュニティづくりに発展していけるような教室を今後展開していきたい。

また、教室内容が評価されている反面、産前産後どちらも参加者が少なく、開催日によっては産後参加者が1組ということもあったため、より多くの方に参加を促すしくみづくりがこれからの課題である。教室勧奨チラシのみでは、教室のイメージが付きにくく参加に至らない可能性があり、産後の方については、産後の思いを共有したい気持ち以上に、育児への余裕のなさが上回って参加に至らない可能性がある。教室のイメージを可視化できるような掲示等を作成し、参加勧奨に取り組んでいくと同時に、妊娠期に参加いただいた方には産後参加者として参加いただけるしくみを考えていきたい。

父親の育児休暇取得率が上がり、育児に参加する父親が多くなっている一方で、父親の産後うつを評価する方法が確立されていない。父親の産後うつの評価体制を整えていくこと、また啓発資料を配布するなど早期発見に努められる体制も見直していきたい。