

## 【教室】

### 1 産前産後サポート事業「うみのご教室」

妊娠初期から妊婦交流を通して仲間づくりを促し孤立感を軽減するとともに、妊婦体操を継続することにより外出意欲につなげるようにする。

出産後、妊娠中から交流のある仲間と交流することにより育児不安や育児ストレスの軽減することを目的に実施する。

#### <実施状況>

- (1) 実施日時 毎月第4木曜日（年9回・中止2回）  
妊婦：午前10時～11時30分  
産婦：午前10時30分～11時30分（受付10時～）
- (2) 実施場所 保健センター
- (3) 対象者 下記に該当すると考えられる妊婦  
①妊娠・出産・育児に不安を抱えている妊婦  
②身近に相談できる人や協力者がいない妊婦  
③多胎、若年妊婦、高齢妊婦、特定妊婦など支援が必要と思われる妊婦  
下記に該当すると考えられる産後4か月未満の産婦  
①妊娠中に産前サポート事業に参加していた産婦  
②育児ストレスや育児不安を抱えている産婦  
③育児協力者や支援者がいない産婦  
④その他、支援が必要と思われる産婦
- (4) スタッフ 妊婦：助産師、保健師  
産婦：保健師、子育てコンシェルジュ
- (5) 周知 母子健康手帳交付時に必要な人に対して周知  
関係機関や本人等からの相談により必要と思われる人に対して周知
- (6) 内容 妊婦：自己紹介、講話、妊婦体操、個別相談（保健師・助産師）  
産婦：自己紹介、ふれあい遊び、子育てサービス紹介、交流会  
希望者は計測、個別相談

#### <実施結果>

参加人数（延人数）

（人）

実施月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
妊婦	3	3	5	4	5	5	4	3	2			34
産婦(組)	0	0	1	2	1	1	1	3	5			14