



池田 瞳さん

乃木・忌部地区担当
人口 約 18,200人

(*担当地区、人口は 2019年 6月時点)



境 美春さん

古志原地区担当
人口 約 12,900人

1

保健師さん

妊娠届を出す時から、産後の赤ちゃん訪問、健診時などにお世話になる保健師さんのお仕事について、池田さんと、境さんのお二人に伺います。

ずいぶん、たくさんの方を担任されることに驚きました。
(境) そうですね。地域のひと協力し合って、赤ちゃんから高齢者まで、全ての地域住民の健康づくりをお手伝いするのが、私たち保健師の仕事です。
保健師になられたきっかけを教えてください。
(境) 私は隠岐出身で、近所のおじいちゃんやおばあちゃんたちにかわいがってもらって育ちました。その人たちが入院や施設入所のために家から離れていく姿を見て、高齢になっても、なるべく住み慣れた土地で長く過ごせることができればいいな、や病気の予防に携わりたいと、保健師になることを決めました。
(池) 以前は総合病院の産婦人科病棟に勤務していました。そこで出会う妊産婦さんから、喜ぶの反面いろいろな不安を伺うことも多くて。出産後、ご自宅に戻られてからの子育てのお手伝いができたらと思い保健師になりました。
訪問時や相談対応をする上で大切にしていることはありますか？
(池) 私の担当する地区では、年間約150人の赤ちゃんが誕生していますが、子育て環境は、家庭ごとに違います。また、子育てに対する思いもそれぞれです。否定してしまうことがないようにお母さんへ、

お父さんに寄り添うことを心がけています。
今は、情報があり過ぎて迷っているお母さんも多いので、何が一番いい方法なのか一緒に考え探しています。最近では、核家族化で家族の支援が少ない状況や仕事との両立など、みなさん日々一生懸命です。松江市にはさまざまな子育てサービスがありますので上手に活用しながら安心して子育てをしていただきたいと思います。
(境) 私の担当する古志原地区では、年間約1000人の赤ちゃんが誕生しています。相談を受けられる際はなるべく丁寧な答えを出そう、情報提供をして自分で決めてもらうように心がけます。
子育て世代の人へのメッセージ
(池) 以前「イクメン」という言葉が出始めた頃に比べ、乳幼児健診に「夫婦で来所されたら、最近はお父さんがお子さんを連れて健診会場に来られる姿も多くなりました。になりました。
赤ちゃん訪問時にお話を伺っていても、お母さんの手伝いという感覚ではなく、普段から積極的に子育てをしているお父さんが増えたと感じ

ある一日のスケジュール

- 記録・書類整理
- 8:30 朝礼 グループごとに予定確認
- 相談対応(窓口・電話)・打ち合わせなど
- 10:00 乳幼児健康相談
- 11:00 赤ちゃん訪問
- 12:00 赤ちゃん訪問
- 14:00 帰庁
- 記録・連絡・書類整理



ています。でもその割に、お父さんからの子育て相談はまだ少ないように思いますので、お母さんはもちろん、お父さんも気軽に声をかけていただきたいと思っています。

妊娠届を出される人には、母子保健コーディネーター(保健師)がお話を伺いながら、妊娠期から出産、子育てについての制度やサポートのご紹介をしています。大体、30分くらい時間をいただいています。心配事や分からないことなど、この機会にぜひご相談いただけたらと思います。その時伺った内容は、地区担当の保健師と共有し、地区担当保健師がさまざまなお悩みの相談窓口として対応しています。母子健康手帳には妊娠届出時に担当した保健師の名前と、お住まいの地区の担当保健師の名前を記入してお渡していますので、ぜひご確認ください。

*届出にはマイナンバーと身分証明書が必要

松江では、実際にどんなサポートが受けられるのでしょうか。



妊娠届を出す時から、すでにサポートが、始まっているんですね。

赤ちゃんの生後4か月ごろまでに保健師か助産師がご家庭を訪問し、赤ちゃんとお母さんの健康状態の確認や必要な保健指導、健康や育児に関する相談、子育て支援に関する情報提供などを行っています。また、松江市は昔から公民館を中心としたまちづくりが盛んで、乳幼児教室やわいわいサロンなどいろいろな催しを開催しており、地域の母子保健推進員(愛称:まあま)さんたちもお手伝いしてくださっています。妊婦乳児一般健診は、14回の妊婦健診と2回の乳児健診(生後1か月、10か月)が全額公費負担で受けられます。母子健康手帳アプリは、健診や予防接種のスケジュールが管理でき、育児情報も届くので便利だと好評です。

母子健康手帳アプリ

妊娠週数やお子さんの月齢に合わせた市からの情報が手に届くアプリ



アプリダウンロードはこちら



妊娠中、出産後、子どもの成長と、その時々さまさまな不安や悩みが生じます。そんな時に「私たちが応援していますよ、気軽に相談してくださいね」と温かくサポートしてくれる人たちがいます。松江市子育て支援センター子育て保健係長 岸本さんにお話を伺いました。

こんな人に支えられている松江の子育て