

A 助産所における産後ケア事業の効果の検証

Examining the Effectiveness of Postpartum Care System in A Maternity Home

宇都 弘美¹⁾, 北村 愛²⁾

Hiromi Uto, Ai Kitamura

¹⁾ 鹿児島女子短期大学 ²⁾ 鹿児島中央助産院

研究目的は、産後ケア事業の利用がその後の母親の育児等に及ぼす効果を検証することである。A助産所で入所型産後ケア事業を利用して研究協力の得られた母親5名を対象に、半構成的面接を事業利用中及び出産後概ね2か月後の2回実施した。内容は逐語録を作成し質的帰納的に分析した。結果、産後ケア事業を利用の理由は、【産後の生活への不安】【身体の休養】【産後の育児の悩み・不安】であった。助産師から受けたケアは、【母乳育児支援】【身体の回復のためのケア】【心理的ケア】【母乳以外の育児支援】【家族関係の調整】で、産後概ね2か月後の面接では全員が事業を利用して良かったと答えた。【育児についての自信】が付き、【気持ちに余裕が出た】、また【自身を客観視する】こともできていた。また、良い【夫の育児に対する態度の変化】がみられ、困りごとにも自身の力で相談者を選択することができ、その後の育児への自信にも繋がると考えられた。

Keywords : postpartum care system, child-raising generation comprehensive support center, maternity home, midwife

キーワード : 産後ケア事業, 子育て世代包括支援センター, 助産所, 助産師

I. 緒言

妊産婦と乳幼児が、全国どこの市町村に居住していても安心して健康な生活ができるように、母子保健法の改正により2017年4月から子育て世代包括支援センター（法律における名称は「母子健康包括支援センター」以下、センター略す）の設置が推進されている。センターは2020年度末までに全国展開を目指した。センターについては、2014年度から実施されている妊娠・出産包括支援事業と、2015年度から開始された子ども・子育て支援新制度の利用者支援や子育て支援などを包括的に運営する機能を担うものであり、妊娠期から子育て期にわたって、保健・医療・福祉・教育等の地域の関係機関による切れ目のない一貫した妊娠・出産・子育て支援の実現と専門知識を生かしながら利用者の視点に立った支援のマネジメントを行うことを期待して設置された。

妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援に向けて厚生労働省は、2014年度に全国29の市町村において「妊娠・出産包括支援モデル事業」を実施した。モデル事業では、母子保健相談支援事業（母子保健コーディネーター）、産前・産後サポート事業、産後ケア事業の3事業を実施し、2015年度からは、市町村の事業として、利用者支援事業（母子保健型）を必須事業、産前・産後サポート事業及び産後ケア事業は任意事業という位置づけで「妊娠・出産包括支援事業」として展開した。その後、2019年の母子保健法改正によって、産後ケア事業は市町村の努力義務として法制化

され、2021年4月1日から施行されている¹⁾。

産後ケアの実態については、稲田²⁾が母子に対して重要な支援であり、ケアは助産師が中心となり「授乳の支援」、「授乳以外の育児支援」、「母親の身体的ケア」と「家族間の調整」、「心理社会的支援」を母親に寄り添いながら専門的な知識と技術に拠ったケアを提供していると報告している。

また、伊藤³⁾は産後ケアの効果として、産後宿泊ケアと同様に「自分を認められるようになる」、「子育てに気持ちの余裕が生まれる」、「ゆっくりする時間をもて癒される」などと述べている。

そこで、本研究は、A助産所で宿泊型（入所）産後ケア事業（以下、産後ケア事業と略す）を利用した母親に対して聞き取り調査を行い、産後ケア事業の利用がその後の育児等に及ぼす効果を検証することを目的とする。

II. 研究方法

1. 用語の定義

1) 産後ケア事業

産後ケア事業は、分娩施設退院後の母子に対して、母親の身体的な回復のための支援、授乳の指導及び乳房のケア、母親の話を傾聴する等の心理的支援、新生児及び乳児の状況に応じた具体的な育児指導、家族等の身近な支援者との関係調整、地域で育児をしていく上で必要な社会的資源の紹介等を行う市町村の母子保

健事業で、短期入所（ショートステイ）型、通所（デイサービス）型（個別・集団）、居宅訪問（アウトリーチ）型の3種類の実施方法がある⁴⁾。

利用の条件については、対象者が出産後1年未満（2021年度より施行、調査時は出産後4か月まで）、同居家族の有無にかかわらず利用できる、里帰り出産等、住民票の無い自治体において支援を受ける際は自治体間で協議し連携、母親のみの利用も可能等である。

2) 助産所

医療法（第2条）において、助産所は「助産師が公衆又は特定多数人のためその業務（病院又は診療所において行うものを除く）を行う場所」をいい、「妊婦、産婦、又はじょく婦10人以上の入所施設を有してはならない」と定義されている。また「出張のみによってその業務に従事する助産師については、それぞれの住所をもって助産所とみなす」（第5条）とされ、助産所は入所施設を持たなくても開設できるとされている。

2. 対象および方法

A 助産所で入所型の産後ケア事業を利用してケアを受け、研究協力の得られた5名の母親を対象に、半構成式面接を同事業利用中及び出産後概ね2か月時点の2回実施した。

面接内容は逐語録を作成し、質的帰納的に分析した。

尚、本研究は鹿児島女子短期大学倫理委員会の承認後実施し、研究参加者には書面で同意を得た。

調査内容は、同事業利用中は事業利用の理由や受けたケアの内容と感想、出産後概ね2か月の時点では、助産所での産後ケアを受けて良かったかと、具体的に良かった内容、産後ケア利用後の育児や家族に対する気持ちの変化について、自宅に戻ってから困ったこと等である。

調査期間は、2020年1月14日から12月4日までである。

Ⅲ. 聞き取り調査の結果

1. 対象者の背景

研究参加者の平均年齢は34.4歳であった。

出産の経験は今回の出産を含み1～2回で、今回の出産場所は病院が4名、助産所が1名であった。

産後ケア事業利用中の面接日は、利用中が産後14～28日で、平均が16.6日であった。自宅に戻ってからの面接日は、出産後65～97日目で、平均が82.6日であった。

産後ケア事業の利用日数は、2～14日（うち一人は連続した日数ではなく、2回に分けて利用）で、平均が9日であった。

2. 産後ケア事業を利用した理由（表1）

分析の結果、助産所での産後ケア事業を利用した理由は、【産後の生活への不安】、【身体の休養】、【産後の育児の悩み・不安】の3つのカテゴリが抽出された。なお、文中ではカテゴリを【 】、サブカテゴリを〈 〉で表す。

以下、カテゴリとそれぞれに含まれるサブカテゴリを示す。

1) 産後の生活への不安

【産後の生活への不安】は、〈実母の支援が得られない〉、〈実家に里帰りができない〉、〈夫が料理ができない〉、〈上の子どもの保育園のこと〉の4つのサブカテゴリから構成された。

2) 身体の休養

【身体の休養】は、自宅では休息できなかったため、〈身体を休めるため〉であった。

3) 産後の育児の悩み・不安

【産後の育児の悩み・不安】は、〈沐浴が一人でできない〉、〈双子の育児が大変だった〉、〈育児の悩みを解決してほしかった〉、〈赤ちゃんとうっくり向き合う時間がほしかった〉の4つのサブカテゴリから構成された。

表1 産後ケア事業を利用した理由

N=4（複数回答）

カテゴリ	サブカテゴリ
産後の生活への不安	実母の支援が得られない
	実家に里帰りができない
	上の子どもの保育園のこと
	夫が料理ができない
身体の休養	自宅では休息できなかったため、体を休めるため
産後の育児の悩み・不安	沐浴が一人でできない
	双子の育児が大変だった
	育児の悩みを一緒に解決してほしかった
	児とうっくりと向き合う時間が欲しかった

3. 助産師から受けたケア（表2）

助産師から受けたケアは、【母乳育児支援】、【身体の回復のためのケア】、【心理的ケア】、【母乳以外の育児支援】、【家族関係の調整】の5つのカテゴリが抽出された。

以下、カテゴリとそれぞれに含まれるサブカテゴリを示す。

1) 母乳育児支援

【母乳育児支援】は、〈乳房マッサージ〉と〈母乳育児についての助言〉の2つのサブカテゴリから構成

された。

2) 身体の回復のためのケア

【身体の回復のためのケア】は、〈身体のマッサージ〉と〈食事の提供〉の2つのサブカテゴリーで構成された。

3) 心理的ケア

【心理的ケア】は、〈妊娠中や分娩、これまでの育児の話を書く〉であった。

4) 母乳以外の育児支援

【母乳以外の育児支援】は、〈児の世話〉、〈育児法を学ぶ〉、〈ミルクのあげ方を学ぶ〉の3つのサブカテゴリーから構成された。

5) 家族関係の調整

【家族関係の調整】は、〈夫からのサポートについての助言〉であった。

表2 助産師から受けたケア

N= 4 (複数回答)

カテゴリー	サブカテゴリー
母乳育児支援	乳房マッサージ
	母乳育児についての助言
身体の回復のためのケア	身体のマッサージ
	食事の提供
心理的ケア	妊娠中や分娩、これまでの育児の話を書く
母乳以外の育児支援	児の世話
	育児法を学ぶ
	ミルクのあげ方を学ぶ
家族関係の調整	夫からのサポートについての助言

4. 産後概ね2か月後に産後ケア事業利用を振り返って

出産後概ね2か月後の面接時に産後ケア事業利用を振り返ってもらくと、対象者全員が利用して良かったと話し、具体的には「助産所で体を休めることができた」や「夫や上の子も一緒に利用して、一緒に過ごす流れが分かった」、「育児に集中できて良かった」、「他の利用者と話をすることができた」などと話した。

5. 産後ケア事業利用後の育児や家族に対する気持ちの変化(表3)

産後ケア事業利用後の育児や家族に対する気持ちの変化については、【育児についての自信】、【気持ちに余裕が出た】、【自身を客観視する】、【夫の育児に対する態度の変化】、【今後の相談先・相手の拡がり】の5つのカテゴリー

が抽出された。

以下、カテゴリーとそれぞれに含まれるサブカテゴリーを示す。

1) 育児についての自信

【育児についての自信】は、〈子どもが泣いた時のかわり方が分かった〉のサブカテゴリーであった。

2) 気持ちに余裕が出た

【気持ちに余裕が出た】は、〈赤ちゃんも力を持っているということを知り気持ちが楽になった〉、〈肩の力が抜け、できなくてもいいと思えた〉、〈あやすのもうまくいく時とそう出ない時があることが分かったので、気持ちに余裕ができた〉、〈自分で何とかしたいという思いから、子育て支援施設の託児利用に変化〉の4つのサブカテゴリーから構成された。

3) 自身を客観視する

【自身を客観視する】は、〈自分が神経質だったということが実感できた〉、〈利用中に話を聞いてもらい、自分を客観視できた〉の2つのサブカテゴリーから構成された。

4) 夫の育児に対する態度の変化

【夫の育児に対する態度の変化】は、産後ケア利用時より手伝いが減ったが、〈夫がやや早く帰ってきてくれる〉、〈利用後の夫の態度が変わり、あやし方などを勉強するようになった〉、〈育児や自分の気持ちに寄り添ってくれるようになった〉の3つのサブカテゴリーから構成された。

5) 今後の相談先・相手の拡がり

【今後の相談先・相手の拡がり】は、産後ケア事業で利用した助産所の助産師や行政の訪問事業で繋がった助産師など、〈産んだ後に相談できる場所があることを知ることができて良かった〉、〈プロに聞ける安心感〉の2つのサブカテゴリーから構成された。

表3 産後ケア事業利用後の育児や家族に対する気持ちの変化
N= 4 (複数回答)

カテゴリー	サブカテゴリー
育児についての自信	子どもが泣いた時のかわり方が分かった
気持ちに余裕が出た	赤ちゃんも力を持っているということを知り気持ちが楽になった
	肩の力が抜け、できなくてもいいと思えた
	あやすのもうまくいく時とそう出ない時があることが分かったので、気持ちに余裕ができた
	自分で何とかしたいという思いから、子育て支援施設の託児利用に変化

自身を客観視する	自分が神経質だったということが実感できた
	利用中に話を聞いてもらい、自分を客観視できた
夫の育児に対する態度の変化	夫が上の子一人の時よりもやや早く帰ってきてくれる
	利用後の夫の態度が変わり、あやし方などを勉強するようになった
	育児や自分の気持ちに寄り添ってくれるようになった
今後の相談先・相手の拡がり	産んだ後に相談できる場所があることを知ることができて良かった
	プロに聞ける安心感

6. 自宅に戻ってからの困りごとと解決法

自宅に戻ってからの困りごととして、上の子ども赤ちゃん返りについては、近所の子育ての先輩に相談したり、夫の協力を求めたりしていた。双子の育児については、行政の訪問事業や地域医療の利用を行っていた。乳腺炎については、産後ケア事業で利用した助産所の助産師に電話相談したり、行政の訪問事業で繋がっている助産師へ相談したりしていた。子どもの身体のマイナートラブルについては、医療機関の受診や行政の訪問事業で訪れた助産師へ相談していた。

IV. 考察

1. 産後ケア事業を利用した理由

本研究では、産後ケア事業を利用した理由は、【産後の生活への不安】、【身体の休養】、【産後の育児の悩み・不安】であった。

経膈分娩後の母子の退院の目安は、産後5日程度であり、退院後は自宅に戻るか実父母宅に里帰りするかのいずれが多い。自宅に戻った場合も産後の母親には、パートナーか実母等の近親者による家事や上の子どもの子育て等の支援が欠かせない。

しかし、本研究を始めて間もなく新型コロナウイルス感染症が流行し始め、その影響で産後に実父母宅へ里帰りすることや、実母が産後の娘宅に支援に向くことに困難が生じた。【産後の生活への不安】にも〈実母の支援が得られない〉、〈実家に里帰りができない〉という家事や上の子どもの含む子育て等の支援が得られないことからくる不安がみられた。

【身体の休養】は、〈自宅では休養できなかったため、体を休めるため〉であり、産後に夫以外のサポートがない場合は日中の家事や育児を一人で行わなければならない、夜間も日中に外で働く夫に配慮して産後の母親が頑張りすぎることに繋がった結果だと考える。前述の稲田の研究¹⁾は、全国の産後ケアならびに産後ケア事業を実施している助産

師に対する実態調査であるが、母親への身体的ケアの詳細に「母親の身体回復を促すために、できる限り休息を促す」とある。

【産後の育児の悩み・不安】は、〈沐浴が一人でできない〉、〈双子の育児が大変だった〉、〈育児の悩みを解決してほしかった〉、〈赤ちゃんとゆっくり向き合う時間がほしかった〉と、前述した育児への人的支援が少ないことからくる悩みと、育児に関する母親が満足できる情報の提供、育児だけに集中できる環境を求める理由であった。初産の母親の産後4か月までの心配や困難を調査した橋爪⁵⁾は、母乳育児支援を授乳の手技や方法だけでなく、睡眠や休息の取り方、母乳育児をしながらの家事のやり方など、個々の生活に合わせた助言や支援を行う必要があると述べている。産後ケア事業を利用することは、実際に身体を休めながら個々に応じた育児に関する助言を受けることができ、非常に効果的であると考えられる。

2. 助産師のケア

産後ケア事業で母親が助産師から受けたケアは、先行研究¹⁾と同様に【母乳育児支援】、【身体の回復のためのケア】、【心理的ケア】、【母乳以外の育児支援】、【家族関係の調整】であった。母親たちは【身体の回復のためのケア】と同時に、産後ケア事業利用前に抱えていた不安や悩みを助産師に話すことによる受容される【心理的ケア】や直接的な【母乳育児支援】、児の世話を任せたり育児法やミルクの補足の仕方を学んだりする【母乳以外の育児支援】を受け、自宅に戻ってからの育児をするイメージが付き、気力がエンパワメントされたと考えられる。

分娩を取り扱う助産所の助産師の産後ケアと助産所の役割についての柳瀬の報告⁶⁾では、助産所助産師が《産後の母親を支援することは助産師にとって必然であり》、《産後ケアは妊娠前・妊娠・出産・産後の一連の流れの中にある》と同時に、《産後ケアの必要な時期は母親が落ち着くまで》担うことを役割として認識していたとある。国が妊娠期から子育て期までの切れ目のない支援に向けて動き出すかなり前から、分娩を取り扱う助産所助産師は一人ひとりの女性に寄り添い、自然分娩の介助と母乳育児支援、継続的な子育て支援を中心に仕事をしており^{7) 8)}、それは産後ケア事業でも変わらない。

今回の調査では、研究参加者の5名中4名が病院での出産後に助産所での産後ケア事業を利用していた。病院で出産した後に助産所での産後ケア事業を利用する母親に対しては、助産所助産師が妊娠中からのかかわりや助言が行えていないため、母親の子育てに関する希望や思い・不安をより丁寧に聞き取ることや個々に応じた支援が必要とされる。島田⁹⁾も、母親各自が悩みや不安を解決するのを支援

することが産後ケア提供者の役割と述べている。

3. 産後ケア事業利用の効果

産後ケア事業利用後の育児や家族に対する気持ちの変化は、【育児についての自信】、【気持ちに余裕が出た】、【自身を客観視する】、【夫の育児に対しての態度の変化】、【今後の相談先・相手の拡がり】であった。

産後ケア事業を利用して心身ともに休養でき、母乳育児や母乳以外の育児について学んだ母親は、【育児についての自信】が付き【気持ちに余裕が出た】り【自身を客観視する】ことや、良い【夫の育児に対しての態度の変化】に支えられ、自宅に戻ってから自分なりの子育てをすることができていた。悩んだ時は産後ケア事業で利用した助産所の助産師や行政の訪問事業で繋がった助産師に相談するなど【今後の相談先・相手の拡がり】がみられていた。

産後ケア事業を利用したことだけの効果かどうかは検証できなかったが、利用前は産後の生活や育児についての不安を持っていた母親たちが、自身の力で相談先や相談者を選択して相談し、自身の選択の効果を実感していた。これは、先行研究^{3) 10)}でも示されているように、今後の育児への自信にも繋がる効果であると考え、産後に続く長い育児期を考えると自分の育児に自信をもつことは、ストレスコーピングの観点からも重要だと考える。

V. 研究の限界

本研究は、B県内の一助産所で入所型の産後ケア事業を利用した母親への調査であり、コロナ禍の中で症例数も少ないことから、導かれた結果には限界がある。

今後も関連の研究を続けて、本研究の信頼性や妥当性を高めたいと考える。

VI. 結語

助産所での産後ケアは、宿泊や日中サポートといった生活の流れの中でのケアが中心であり、専門家によるサポートを受けながら、母親が自分なりの育児のリズムを整えていく過程があり、自宅に戻ってからの育児や母親としての自信に繋がっていく⁸⁾ことが、今回の調査でも確認された。さらに助産所は、産後ケア事業を利用した母親にとって自宅に戻ってからも子育てなどで困った時に助言を受けられる場所となっていた。

出産後に自宅に戻り子育てを行う母親たちが、自信をもって子育てに臨むことができるよう、病産院を含むこの施設で出産しても助産所の産後ケアと同様なケアを受けられることを期待したいが、産後5日前後の入院期間中だけでは難しいこともあるだろう。分娩施設退院後の利用という産後ケア事業の基準は、母親一人ひとりが自分のリズ

ムで子育てしながら親となっていくのに必要な時期に専門職のサポートを受けられるものである。

しかし、産後ケア事業は、非課税世帯や生活保護世帯に対しての減免措置はあるが、自己負担金を支払って使用するシステムである。自己負担の金額は宿泊型で1泊2日数万円となる場合も多く、井指¹¹⁾は産後ケア事業の課題の一つとして、事業普及のために費用面での負担軽減を挙げている。産後ケア事業が、自己負担金の軽減を含め、支援が必要な母親たちにとってさらに利用しやすいシステムとなることを望みたい。

謝辞

本研究にご協力頂いた出産後の母子の皆様へ深く感謝いたします。

なお、本研究は2022年開催の第63回日本母性衛生学会学術集会において、研究内容の一部の発表を行った。

文献

- 1) 猿渡央子：市町村が行う産後ケア事業の実施体制は助産師が中心。助産師, 75(2), 36-38, 2021.
- 2) 稲田千晴, 島田真理恵他：産後ケアならびに産後ケア事業の実態調査。母性衛生, 58(4), 693-701, 2018.
- 3) 伊藤藤子, 山田円他：産褥期の母親が助産所で実施する産後ケアを利用する理由とその効果。助産師, 71(1), 56-61, 2017.
- 4) 厚生労働省：産前・産後サポート事業ガイドライン 産後ケア事業ガイドライン, 2020年8月 000658063.pdf (mhlw.go.jp) (2022年11月確認)
- 5) 橋爪由紀子, 堀込和代他：初産の母親の母乳育児における心配事—産後4か月までに心配や困難を感じた母親へのインタビューより—。日本助産学会誌, 32(2), 190-201, 2018.
- 6) 柳瀬千恵子, 山田安希子他：分娩を取り扱う助産所助産師がとらえる産後ケアと助産所の存在役割。日本助産学会誌, 35(1), 88-98, 2021.
- 7) 岡本喜代子：助産所。周産期医学, 41(7), 894-898, 2011.
- 8) 宇都弘美, 北村愛：助産所の地域での役割と助産師業務について。南九州地域科学研究所所報, 34, 39-43, 2018.
- 9) 島田真理恵：産後ケアで助産師が担う役割とは。助産雑誌, 72(6), 406-409, 2018.
- 10) 北田ひろ代, 香春知永：母親と助産師における産後ケアのとりえ方。助産師, 68(3), 52-57, 2014.
- 11) 井指由美子, 濱松加寸子：産後ケア事業の実態と課題。常葉大学健康科学部研究報告集, 7(7), 55-62, 2020.

(2022年11月24日 受領/2022年12月8日 受理)