平成 14 年 7 月 19 日（第三種郵便物認可）　　平成 31 年 1 月 15 日発行

地域母子保健福祉情報紙 No.261

親子保健

おやこほけん

公益社団法人 母子保健推進会議

定款第１章第３条　目的（抜粋）
国及び地方自治体
関係諸団体と連携協力して
母子保健の重要性を啓発し
母性の健康を守り　たかめ
心身ともに健全な児童の
出生と育成に寄与してまいります

「平成30年度 健やか親子21全国大会」開かれる

全国大会式典で挨拶する本会議佐藤拓代会長

平成30年11月７日(水)～９日(金)、三重県総合文化センター（三重県津市）を会場に、「平成30年度健やか親子21全国大会（母子保健家族計画全国大会）」を開催した（主催：厚生労働省・三重県・津市・恩賜財団母子愛育会・日本家族計画協会・母子保健推進会議）。今年度の大会テーマは『母から子へ～常若(とこわか）に輝く社会をめざして～』とされ、全国から医師、保健師、助産師、母子保健推進員等地域組織の方等、３日間で延べ母子保健関係者1,700名が参加した。

８日(木) 午後の式典では、三重県知事をはじめとする主催６団体の代表のあいさつに続き、功労者表彰が行なわれた。今年度、母子保健推進会議会長表彰の栄に浴された５団体58人に対しては、本会議佐藤拓代会長より表彰状と記念品が授与された。

専門性を生かし合い社会で子育てを

式典に続く特別講演では、りんくう総合医療センター産婦人科部長で、漫画・ドラマ「コウノドリ」の主人公のモデルとなった荻田和秀先生が、『奇跡のすぐそばにいるということ』をテーマに講演、最近の妊娠・出産を取り巻く問題（先天性風疹症候群・早産と低出生体重児・出生前診断・未受診妊婦と駆け込み出産等）やその社会的背景について、さらに、オキシトシンの性質と作用についても解説、最後に、周産期科医をハブとして社会で子育てをと結んだ。

３日目の９日(金)には、「お母さんの心と体、みんなで支えよに！～産前・産後における切れ目のない支援をめざして～」をテーマにシンポジウムが行われた。「周産期メンタルヘルスの現状と今日的課題」について基調講演を行った、三重大学名誉教授で精神科医の岡野禎治氏を座長に、母子の健やかな育ちのために活動するNPO法人MCサポートセンターみっくみえ代表松岡典子氏、鈴鹿市健康づくり課宮﨑明子氏、産婦人科医のヤナセクリニック院長柳瀬幸子氏、行政と住民のパイプ役として母子に寄り添う津市母子保健推進員井澤淑子氏、落合小児科医院院長の落合仁氏が、それぞれの専門性、強みを生かしつつ、関係機関が一丸となって地域で切れ目なく母子を支える取り組みを紹介した。

平成31年度「健やか親子21全国大会」は11月７日・８日、千葉市民会館で開催する。

今月のページ

「平成30年度 健やか親子21全国大会」開かれる …… 1
妊娠期から切れ目なく母子を支えるために「母子保健関係者全国集会」開く …… 2～4
「母子手帳70周年記念シンポジウム」ひらかれる／「全国歯科保健大会」開かれる ～栃木県… 5
紙上セミナー：8020の里づくり「下顎の発育についてお話します」…… 6～7
優れもの「母子保健推進手帳」ほか／調査研究事業へのご協力のお願い／編集帖…… 8

「健やか親子21全国大会」（1頁）に併設して、11月8日（木）、本会議と全国母子保健推進員等連絡協議会の共催、厚生労働省の後援により「母子保健推進員等及び母子保健関係者全国集会」を開催した。会場には、全国から自治体母子保健関係者を中心に、定員をはるかに超える320名が参集した。

同集会では、まず本会議が平成21年度に創設した「8020の里賞(ロッテ賞)」優秀賞の表彰を行った。本顕彰事業は、乳幼児期からの健康づくりの重要性の啓発と地域組織の育成支援という2点を柱として実施しているもの。平成30年度優秀賞は、萩市保健推進協議会、丸亀市母子保健推進員、えびの市立真幸小学校保健給食委員会が受賞、3団体には、佐藤拓代会長より表彰状を、副賞を審査員でもある株式会社ロッテ渉外課清水和正課長補佐が授与、最後に、審査委員長を務めた日本歯科医師会髙野直久常務理事が講評を行った。会場ロビーでは活動の展示も行った。

続いて、「マイナス1歳からはじめるむし歯予防」をテーマに、静岡県立大学短期大学部教授仲井雪絵先生が講演、むし歯ができるプロセスから考えるむし歯予防（食具の共有を避ける等感染経路を断つ、ショ糖を与えるのを控える等）も必要だが、もうひとつの方法として、「感染する前にむし歯菌を善玉に変える」、（歯垢をつくらない）エビデンスに基づくキシリトールの活用を提案した。

会場ロビーでは「8020の里賞」受賞団体の活動展示

妊娠期から切れ目なく母子を

髙橋先生

特別講演　厚労省母子保健課平子課長

【特別講演】

最近の母子保健を取り巻く現状と子育て世代包括支援センター

厚生労働省子ども家庭局母子保健課

課長　平子哲夫 先生

日本の母子保健行政のあゆみやその社会的背景、健やか親子21（第2次）について解説した後、子育て世代包括支援センターおよびその関連事業について解説いただいた。

子育て世代包括支援センターは、包括的な支援の役割は、①妊産婦及び乳幼児等の実情把握、②妊娠・出産・育児に関する各種相談に応じ、必要な情報提供・助言・保健指導、③支援プランの策定、④保健医療または福祉の関係機関との連絡調整であり、「全ての妊産婦や乳幼児を対象とするポピュレーションアプローチを基本とし、包括的な支援を実施」する。支援プラン策定のポイントとしては、下記があげられる。

- 支援対象者の参加⇒本人の意見を反映するように努める。
- 関係者会議の開催⇒役割分担、アセスメントの内容や支援の方向性の検討・調整等。
- 支援プランの評価・見直し

最初から完全なものを目指すと難しいかもしれない。走りながら課題を皆で共有、検討して、各自治体の実情に沿った事業としていっていただきたい。ほか、産後健診、産後ケア事業、産前・産後サポート事業等関連の事業についても説明が行われた。

シンポジウム

妊娠期から切れ目なく母子を支えるために～関係性の築きに焦点を当てて～

座長　母子保健推進会議　佐藤拓代 会長

従前より行われてきた母子保健事業と、「子育て世代包括支援センター」が向かっている方向性を整理し、本シンポジウムが、わが町がどう進めていけばよいか、改善策等を考える材料になればと考える。

そのキーワードとして「関係性の築き」をあげたい。今までの母子保健は医療重視、実施者目線であり、関係性をあまり重要視してこなかったのではないか。対して「子育て世代包括支援センター」は寄り添い型、当事者目線の切れ目ない支援を行うということ。虐待は究極の事態であり、その予防は重要だが「子育て世代包括支援センター」は、関係機関・関係者が一丸となり、地域の実情に合わせ、すべての親子に対する支援をするポピュ

支えるために

「母子保健関係者全国集会」開く

左から藤原さん、城田さん、髙橋先生、佐藤先生

レーションアプローチである。

当事者責任ではない、皆で支援していく子育てを、スクリーニングをしてはじき出してしまうことがない、関係性の築きに重きを置いた、個と個の出会いが重要である。

【基調講演】

親子と関係性を築くために支援者に求められるポイント～ネウボラからの示唆～

吉備国際大学大学院教授　髙橋睦子 先生

母子健康手帳交付時に保健師等専門職による全数面接をする自治体が多くなった。これまでの利便性を優先した対応より妊婦の満足度が高いことも、複数の自治体の取り組みからわかってきているが、初回面接の後も引き続き親子が相談しやすい「間口が広く敷居の低い」仕組みができているだろうか。

フィンランドのネウボラでは、妊娠初期から人と人とのつながりで支え合っていく、手のぬくもりが伝わるような関わり方を大切にしてきた。小さなスペースでよいのでゆっくり話ができる場を用意し、話をしっかり受け止める。継続的な関わりとは、ずっと「伴走者」であるということ。

初回面接後に連絡がとれないこともある。妊娠期は、家族、生活面などで想定外のことが起こりやすい。そのようなときこそ問い詰めたりせず、まず相手の立場に立ち「わたし（保健師等支援者）はあなた（妊婦等）のことをずっと気にかけている」ことを伝える。

面接では、妊婦、親子等が「はい・いいえ」ではなく具体的に話せるよう「相手の語り」を引き出す（オープンクエスチョン）聴き方が重要である。アセスメントシートは、話のきっかけ程度に留めチェックすることに振り回されないよう留意する。熱心に質問する接し方から丁寧に傾聴、応対する接し方への切り替えが大切である。それができているかの一つのポイントは、話すことと聞くことを区別できているかというチェック。自分と相手のどちらがたくさん話しているか、時々振り返ってみる。支援しなければ、という前に、まず関係性をつくることが出発点である。

非言語的コミュニケーション（顔の表情、姿勢、声のトーンなど）も重要。また抽象的な声掛け、例えば「何かあったらいつでも来てくださいね」ではほとんど来ない。具体的な例示、会いたい気持ちを伝えることも必要である。親子との関係性を深めることは、リスクの早期予防の原動力となる。「医療費を節約したければ、乳幼児にしっかり投資しましょう」とも言われている。

ともに改善策を探し試す協力者として

妊婦さんだけでなくパートナーや家族全体、生活全体を、継続してみることも重要である。面接時身体的な不調がなくても、パートナーや経済的理由、親との関係など生活上に不安や悩みを抱えている場合もあり、それが後に心身の不調につながっていくことや、出産後は虐待等につながっていく可能性もある。

支援者（専門職）は、さまざまな知識や技術があることだけでも、支援を必要とする人から見ると対等ではないように映る。相手からどう見えているかを考えることも必要で、支援者は「対象者に何かをしてあげる」から、ともに改善策を探し試す『協力者』としてとらえ直すことが大切である。

【事例報告Ⅰ】

子育てキーパーソンがいる 菰野町の取組について

菰野町子ども家庭課係長　城田圭子 氏

菰野町は、三重県の北西部四日市市に隣接し、名古屋市中心部までも40キロ、転出入の多い町でもある。人口41,794人(H30.4.1)、年間出生数は約330人。

平成９年から、母子健康手帳交付時に保健師が妊婦アンケートを実施し面接を行っている。妊婦や家族の心身の困り感に対して妊娠期から継続支援を行うとともに、出生後早期に訪問も実施している。また、生後６か月児全数を対象にした教室ではボランティアも参加し、子育て情報の紹介やブックスタートを実施。地域では、平成14年度から小学校区毎に子育て中サロンを実施している。サロンでは、参加者と運営側の垣根をなくすため、子育て中の保護者を対象に毎年キーパーソン養成講座を実施、キーパーソンはサロンの企画、運営、参加者への声かけ、思いの吸い上げや事務局との連携を担っている。参加者が、思いを受け止めてもらい心地よい場所になっているとともに、キーパーソン自身も楽しみながら、養育支援訪問の支援員や主任児童委員など活躍の場を広げている。

全職員と地域のみなで親子をサポート

妊娠届の面接時に大事にしていることは、例えば居住なく住民票だけの方には、今後情報提供等のため訪問することになっている、また会いたい等伝え居住確認をしている。どのように移動を繰り返しているか、家族構成、同居家族で気になることはないか、言葉をかけた時の反応など保健師が何かしら気になることをキャッチする。困りごとは特にないという場合も、そのままにせず、こちらからのメッセージを伝え、「相談してもいいかな」と思ってもらえるよう努めている。

町の特徴として、子どもの健康や福祉、子育て全般や児童虐待に関する窓口を一本化し、また他課含め町全体で子どもの育ちを支えるよう努めており、必要な支援に速やかにつなげることが可能である。例えば、税務課の職員が、税金滞納で訪問した家庭の子どもを抱いた母親がしんどそうだったなど、各課の職員が声をかけてくれる。これからも、地域の方や子育ての当事者と思いを共有し、いまできることを考えながら、すべての親子が健やかに生活できるよう支えていきたい。

【事例報告Ⅱ】

すべての親子を支える 子育て世代包括支援センターの活動

稲美町こども課課長　藤原美輪 氏

兵庫県稲美町は神戸市に隣接し人口は約31,000人。「安心して子どもを産み育てたい」を叶えるために、まちぐるみ、やさしい眼差しのもとで支える地域力を高めていこう、それにより児童虐待の発生・再発予防にもつながると考え取り組んでいる。

平成28年７月１日に稲美町子育て世代包括支援センター「すくすく子育てサポートセンター」を開設した。活動目標の１つ目は、妊産婦が安心して過ごし、家族とともに出産を待ち望んで迎えられるように支援すること。そのため妊娠届出の面接では、支えが誰なのか、陣痛が来たときにだれが上の子を迎えに行ってだれが妊婦を送ってくれるのか等、さまざまな話をする。ハイリスクの方は何度もカンファレンスをしアセスメントの会議を行う。妊娠経過中にも生活環境等変化していくこともある。早期に関係性を構築し、継続的に専門職や関係部署が連携して支援できるように輪を広げておくことも、包括支援センターの保健師、助産師の役割と考える。妊娠届時の面接の機会を大切にし、関係性の構築に努め次に会う具体的な約束をする。

全国から多くの関係者が参加

相手が感じる“寄り添い”を

２つ目は養育者への支援。特定妊婦や要支援家庭の母親は、本気で愛されたい、理解されたいと思っていることが多い。私たち支援者は、今できていることをほめ、時にやって見せ気づいてもらい、一緒に行い、ほめて喜び合う。その反復により、育児スキルの習得が可能になる。母親の顔がぴかっと変わり、赤ちゃんへの接し方も変わる。

３つ目は予防的支援。虐待リスクや孤立感が高い母親、被害的認知の傾向があると思われる母親に対しては、メンタル面、医療につなぐことも検討しながら、医療以外の支援で改善を図る問題を整理し、機関間で態勢をとることが大事である。子どもを守るために私たち支援者は、ときに血の通った壁になるという気持ちも持ち合わせる必要がある。

“寄り添う”とは、私たち支援者側でなく相手方が感じることだと考える。SOSを逃さず大切な存在として、すべての親子の“成熟に向かう先回りの支援”を行い、関係機関と連携し地域の支え手につなぐ。子育て世代包括支援センターが「地域ぐるみの親子保健」への軸足なるように、これからも努めていく。

「母子手帳 70 周年記念シンポジウム」ひらかれる

11月13日（火）、恩賜財団母子愛育会にて「母子手帳70周年記念シンポジウム」（主催：国際母子手帳委員会、共催：社会福祉法人恩賜財団母子愛育会）が開催された。1948年（昭和23年）に世界に先駆けて日本で母子手帳が配布されてから、今年で70年。これを祝し、母子健康手帳に携わる各方面の産学官民の関係者が集った。

“だれひとり取り残さない”世界へと広がる母子健康手帳

妊娠期から一貫した健康記録と保健や育児の指導書としての役割を担う母子健康手帳は、日本の母と子の命と健康を守り続けてきた。そしていま、母子健康手帳はアジア、中東、アフリカを中心に世界40か国以上に普及し、「だれひとり取り残さない」理念を掲げる持続可能な開発目標（SDGs）にも寄与しうるものとなっている。今年には世界保健機関（WHO）から「母子の家庭用記録に関するガイドライン」が発表され、母子健康手帳のような家庭用記録が母子の健康に貢献することが国際的にも認められることとなった。

母子健康手帳の今後の展望を講演する母子愛育会・中林先生

世界でより活用されるために

時代に合わせたニーズにも応えるべく、日本の在留外国人の増加に伴う外国語／日本語併記（現在９か国語に対応）や低出生体重児向けの母子健康手帳の開発も進んでいる。さらに、データの一元管理や最新の情報の提供が可能となるデジタル版の母子健康手帳の展開も始まっており、紙版との「二刀流」使用が注目されている。次の80周年に向けて、母と子の健康と絆を記録する母子健康手帳がさらに進化し、日本でも世界でもより活用されるものになることが期待される。

「全国歯科保健大会」開かれる ～栃木県

挨拶する日本歯科医師会堀憲郎会長

平成30年11月17日(土)、宇都宮市文化会館（栃木県宇都宮市）を会場に、「第39回全国歯科保健大会が開催された（主催：厚生労働省・栃木県・宇都宮市・公益社団法人日本歯科医師会・一般社団法人栃木県歯科医師会、後援：本会議等)。8020運動30周年記念事業の一環としても位置付けられた今大会のテーマは『「健康」を味わう、「生きる」を味わう～イチゴ一会　栃木で語ろう　健康長寿の秘訣～』とされ、会場の大ホールは、全国から参集の歯科医師、歯科衛生士等を中心とした参加者の熱気で溢れた。

大会では、まず歯科保健事業功労者の表彰が行われ、厚生労働大臣表彰に56名と５団体、日本歯科医師会会長表彰として55名２団体に対して表彰状が授与された。続いて「平成30年度親と子のよい歯のコンクール」の表彰が行われ、優秀者として６組の親子が表彰された。

子どもたちの健康と安全のために

特別講演では、日本ユニセフ協会大使も務めるアグネス・チャン氏が、「みんな地球に生きるひと」をテーマに講演した。同氏は、中学生の時にボランティアとして肢体不自由児の施設や児童養護施設を回ったときの経験、その時感じた思いを礎に、後に学びを深め、世界の紛争地や甚大な災害に見舞われた地、また経済的困窮、児童買春等が常態化している地などを訪れ、その現状を世界に訴えている。家族の話、幼少期の話など楽しい話を織り交ぜながらも、世界の厳しい地に生まれ懸命に生きる子どもたちの現状について語り、子どもが心身ともに健やかに成長していくことを地域、世界で支えることの重要性を訴えた。

最後に、栃木県歯科医師会宮下均会長をコーディネーターに、日本歯科医師会堀憲郎会長、首都大学名誉教授星旦二氏、料理研究家舘野真知子氏をシンポジストに迎え「健康寿命の延伸～味わい豊かな人生のために～」をテーマにシンポジウムが行われた。第40回「全国歯科保健大会」は、11月２日（土)、ビッグパレットふくしま（福島市）で開催される。

紙上セミナー SEMINAR

8020の里づくり

下顎の発育についてお話します

下顎が発育しない要因

現代の若い人たちの顔は、顔の幅、特に下顎（したあご）の幅が狭く、面長の顔つきをしており、いわゆる「しょうゆ顔」が多いですね。顎のエラもほとんどなく華奢で、口の幅も狭くて小顔になってきているように見受けられます。これは見た目が麗しくて大変よいのですが、一方で顎が小さいことにより、お口の中の環境は大変過酷になっています。

具体的にいえば、下顎の大きさが小さくなると歯の生えてくるスペースが不足して歯並びが悪くなり、見栄えばかりか食べ物を噛み砕き、飲み込む機能にも悪影響を及ぼすことが多くなるのです。

では、歯並びに大きな影響を及ぼす下顎の発育を妨げるような要因とは、いったいどのようなものがあるでしょうか？少し列記してみますと、

1. 身体の姿勢が悪く口呼吸をしている
2. 悪習癖（指しゃぶり、唇を噛む、爪を噛む、舌を弄ぶ、飲み込むときに舌を出す）
3. 口の中の異常（先天性過剰歯、癒合歯、小帯位置異常等）
4. 鼻や喉（のど）の病気

等があげられます（勿論、上記がすべてではないことは言うまでもありません）。

紙面の都合上、上記のすべてに触れることができないので、今回は特に重要な身体の姿勢と口呼吸についてお話ししたいと思います。

脱力系の姿勢に注意

身体の姿勢が悪いとはどういう状態でしょうか？

例えば、首ががくっと前に出て、下顎が下がり、口がポカンと開いているような脱力系の姿勢です。これは身体のどこにもほとんど力が入っていない状態なのですが、腹筋や背筋など身体を支える筋肉が発育していないことが大きく影響しています。また下顎に付着している咬筋や頬筋にも力が入っていないため、口が開いて口呼吸となってしまいます。

肩こりだけでない、猫背の怖さ

次に猫背です。猫背とは、文字通り、座った猫の背中のように人の背中が内側へ丸くなってしまう状態を指します。人の頭の重さは、体重の約10％から20％程度であり、大人の場合、ちょうどボーリングの玉くらいの重さがあります。この頭部を支えているのは首ですが、猫背となって頭部の重心が前方に出ると首や肩に負担がかかってきます。その負担は、正常な位置から頭が2.5cm前に出た場合、首の負荷は４kg増加し、さらにもっと猫背が進んで頭部が7.5cm前に出ると首の負荷は12kgにも達してしまい、本来の頭の重さも加えて、首はなんと20kgもの重さに耐えなければならなくなってしまうとされています。

これでは、首の後ろの筋肉ばかりに過剰な負荷がかかり、それらは肩こりとして自覚されることとなりますし、また、無理な姿勢を強いられることにより、歩行することや真っ直ぐ立ったままの姿勢を保つことで疲れやすくなってしまいます。さらに噛み合わせの面では、頭の重心が前方に出るため、バランスを保とうとして下顎が後方にずれ、噛み合わせ自体が悪くなってしまうのです。

まずは「正しい姿勢」を

ではどのようにすればそれらは軽減されるのでしょうか？

幼少期は身体の発育過程の中で大変重要な時期であり、この段階でまず姿勢を保てるだけの腹筋力や背筋力を育てることが必要です。そのために必要な適度な運動をさせてあげることと、正しい姿勢、特に生活上の正しい姿勢を保つことに注意してあげてください。例えば、立っているときには軽く顎を引き、頭のてっぺ

噛み合わせを治す場合
まず"正しい姿勢"

- **頭の重さは体重の10～20%「ボウリングの玉」くらいの重さ**
- **頭の重心を保つためには、下顎の位置が大切**

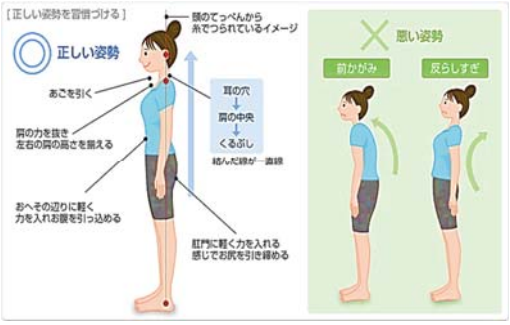

図１

んから糸でつるされているイメージを教えてあげてください。つるされているとは、耳の穴、肩の中央、足のくるぶしが一直線にそろっている状態です。そして最後に下顎の位置が大切です。上下の奥歯が噛みやすい位置で軽く当たるように声をかけてあげてください。（図１）

実は怖い、口呼吸

口呼吸の是正も重要です。人間は鼻で呼吸するのが本来の姿なのですが、その呼吸を口で行うことで様々な弊害が出てきます。

その弊害の一つに感染症があります。口呼吸では鼻呼吸に比べて空気中の異物が除去できないほか、取り入れる空気の湿度や温度を高めることができません。従って気道が細菌やウイルスに感染する危険性が高まることに直結してしまうのです。

さらに口呼吸の弊害は歯科の領域でも多く見受けられます。口呼吸をしていると口の中が乾燥して唾液の分泌が悪くなるため、むし歯や歯周病になりやすくなるのです。特に幼小期における口呼吸は、口を開けている時間が長くなるために口輪筋によって前歯を内側にいれる力が弱くなり、上顎前突（出っ歯）の原因の一部となってしまいます。加えて口呼吸をしていると、当然息をする必要があるため、口本来の機能である咀嚼機能も低下します。そのために嚥下障害や消化不良を引き起こしてしまうのです。また口唇が開いているがゆえに咀嚼の際に音がするというマナー上の問題もあります。

口呼吸改善のために

さて上記のようにいくつもの弊害がある口呼吸についてお話しましたが、この口呼吸を改善していくためには、いくつかのコツがあるのでそれらを列記します。

1．意識して鼻呼吸を心がける

・幼少期の子どもには、意識して唇を閉じるように言い聞かせ、観察してください。

2．1～3cm位の高さの枕で、仰向け寝をすること

・高すぎる枕は気道を圧迫して口呼吸を促進してしまうため、頭がある程度沈むように1～3cm位の高さの枕を使用してください。

・横向け寝やうつぶせ寝は、鼻を圧迫して鼻呼吸を妨げるので、必ず仰向けに寝ましょう。

3．食事の際、唇を閉じて左右均等に噛む癖を身につけること

・口呼吸の人は、片方の歯で噛む「片噛み」が多いです。左右均等に咀嚼することで口唇の閉鎖がスムーズにできるようになります。

4．鼻呼吸促進グッズを利用する

・口にくわえて鼻呼吸を促すものや、鼻に装着して鼻腔を広げるものなど、いろいろな種類の器具があります。これらを上手に使用して鼻呼吸となるよう心がけましょう。

いかがでしたでしょうか？保護者の方ご自身はもちろんのこと、幼少期の子どもさんをお持ちの方は、ぜひ子どもさんのお口の中だけではなく、お口の周りの表情や立っているときの姿勢に注目して観察していただくようお願い致します。

公益社団法人 日本歯科医師会
地域保健委員会委員　岡田　寿朗

8020 ひとくちメモ　おっぱいは噛んで飲む

この世に生まれてきた赤ちゃんの最初の仕事は、口から息をすることです。

お母さんのお腹の中にいるときは、臍帯を伝って酸素を受け取っていましたが、「おぎゃー！」と産声をあげて肺いっぱいに息を吸い込み、肺胞がふくらんだ時点から肺呼吸が始まります。そして二番目にする仕事は、お母さんのおっぱいを飲むことです。

ただし上記で「おっぱいを飲む」と表現しましたが、正確には少し違います。赤ちゃんは、吸うことによって口腔内を陰圧にして飲んでいるのではなく、上下の顎で乳首を挟み、乳首を噛みながら舌で圧迫して刺激し、口腔内に出てきた母乳を飲んでいるわけです。

つまりこの時期から噛む練習を赤ちゃんはしている、といえるわけですね。

役立つ I.E.C. 優れもの

母子保健推進手帳ほか

母子保健推進手帳

子育てってたいへんだけど楽しい!!
A4判2ツ折・メッセージカードタイプ

ママ、パパ、タバコすわないで!!

今年度全面改訂を行いました『母子保健推進手帳』は、どこを改訂したのかというお問い合わせを何件かいただきました。

これまでご活用いただいている方々からの「コンパクトなので、バッグに入れておいて、見たい時にすぐに取り出せて便利」という長所、「書き込む際にやや開きづらい、愛用しているとボロボロになる」という短所を加味し、形状をスマートフォンタイプからB6判に変更、頁数を少なくし、開きやすく書き込みやすくするとともに、ヘビーユースに耐えられるよう、塩ビ（再生）のカバーも付けました。さらに、最新の情報も組み込み、情報量は1.4倍に。

今般の改訂版は、自治体様によって、母子保健推進員さん等地域で活動される方々のハンドブックに、また、子育て世代包括支援センターにかかわる多職種の方々の関連事業の共通理解としてご活用いただいている自治体様もあります。内容は、子育て世代包括支援センターや産後ケア事業、健やか親子２１（第２次）等、最近の事業を中心に母子保健事業についての概説、関連の法律や用語の解説、統計、児童虐待については13頁にわたり解説、巻末には予定表や関係機関・者の連絡先を記入する頁も設けています。【B6判72頁・2色刷り・塩ビ（再生）カバー付き 800円（税別）】

ほか、配布教材として、「子育てって楽しい！（A4判をずらした二つ折り・40円）」、「ママ、パパ、タバコ吸わないで!!（A4判二つ折4頁・50円）」等もございます。見本をご希望の場合はご連絡ください。

Tel：03-3267-0690　mail：bosui@bosui.or.jp

予期せぬ妊娠に対する相談体制の現状と課題把握のための調査にご協力を

本会議では、厚生労働省が実施する国庫補助事業「平成30年度子ども・子育て支援推進調査研究事業」として『予期せぬ妊娠に対する相談体制の現状と課題に関する調査研究』を実施しています。

予期せぬ妊娠をして誰にも相談できず１人で抱え込むことは、当人にとって大きな負担であるとともに、出生した子どもの生後０日の虐待死につながる可能性もあります。予期せぬ妊娠への相談対応は、都道府県、指定都市等においては女性健康支援センターにおける事業の一環として取り組まれていることが多く、また一部自治体では、独自の取り組みをしている自治体、さらには、独自に取り組んでいるNPO等もあります。

現在、全国自治体母子保健主管課様には調査票が届いていることと存じます。ご多忙の折誠に恐縮に存じますが、すべての女性が抱え込まずに相談できる体制づくりのため調査にご協力いただきたく、お願い申し上げます。

編集帖

平成30年度子ども子育て支援推進調研究事業「予期せぬ妊娠に対する相談体制の現状と課題に関する調査研究」を厚労省子ども家庭局より受託し、研究会（委員長　佐藤拓代本会議会長）を設置。都道府県、指定都市、中核市、特別区へ対する調査、市町村1650か所に対する調査、インターネット（SNS含む）、自治体委託でないNPO等団体の実施する調査、先駆的取り組み相談機関へのヒアリングを行うこととしている。全国自治体には本調査にご理解ご協力をお願い申し上げます。調査の分析検討を行い、予期せぬ妊娠に対する相談体制の現状及び課題、対応等の検討を行い報告書を作成します。予期せぬ妊娠をして誰にも相談できず１人で抱え込むことは、当人にとってその後の生き方にも影響を及ぼすこともあり大きな負担、予期せぬ妊娠をした女性が隠し通さず相談ができ、母児共に安心安全な出産ができる取り組みが広がることを願っている。　（H）

発　行：公益社団法人　母子保健推進会議
発行人：原澤　勇　編集人：鑓溝和子
協　力：全国母子保健推進員等連絡協議会

東京都新宿区市谷田町 1-10
保健会館新館（〒 162-0843）
TEL.03-3267-0690　FAX.03-3267-0630
E メール bosui@bosui.or.jp
URL　http://www.bosui.or.jp

年間購読料 2,160 円（税〒込み）
母子保健推進員等特別価格
年間購読料 1,290 円（税〒込み）
郵便振替口座　00120-9-612578