

ははこ助産院

- 2014年(H26) 7月設立
- 保健指導型

施設有り

分娩・入院はできない

約40m² クラスルーム・ケアルーム

- 大阪府豊中市寺内

北急線(御堂筋線) 緑地公園駅 徒歩4分



業務内容

1. 母乳育児支援
2. 出産育児スクール
3. ははこサークル
4. いのちと性の話し
5. 講師業（外部依頼）

岡本千加

1993年
長女出産

1990 (H2)

助産師免許 大阪市立病院勤務

1996年
長男出産

1997 (H9)

豊中市非常勤

産婦人科パート

2007 (H19)

開業届け 出張保健指導型

2011 (H23)

JR大阪三越伊勢丹 嘱託助産師

2014 (H26)

ははこ助産院 設立

豊中市生まれ 豊中市育ち 家族/夫 長女 長男

趣味：旅行 史跡巡り 歴女です！

青森県是川遺跡 合掌土偶（国宝）







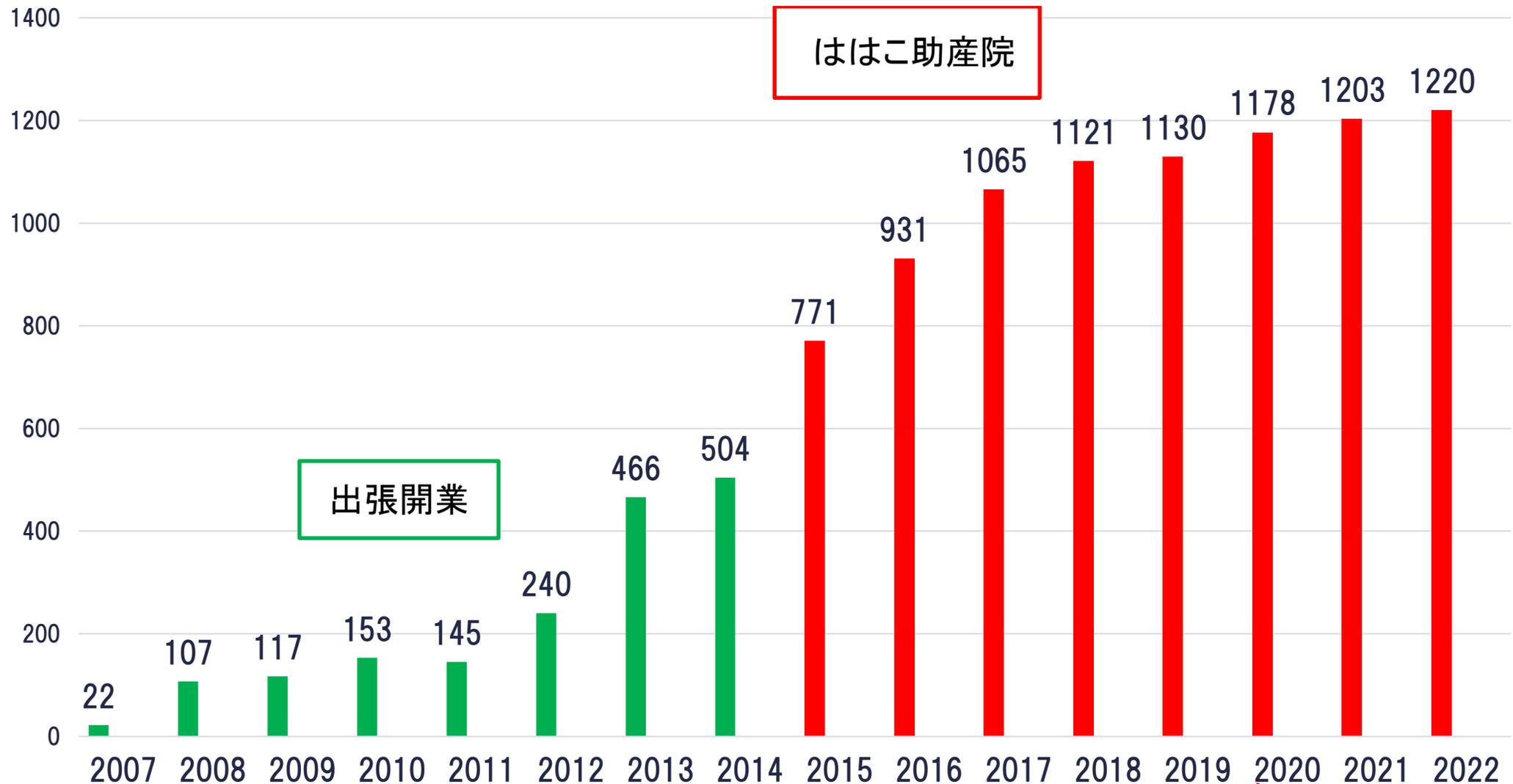


利用者数

	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
1.母乳育児相談	771	931	1065	1121	1130	1178	1203	1220
2.出産育児スクール 4.いのちと性の話し	75	109	68	74	132	80	78	76
3.ははこサークル	1056	1687	1600	1537	1502	946	386	352
計 (人)	2002	2727	2733	2732	2764	2204	1667	1579

コロナ

母乳育児支援 相談件数



コロナ

母乳育児支援

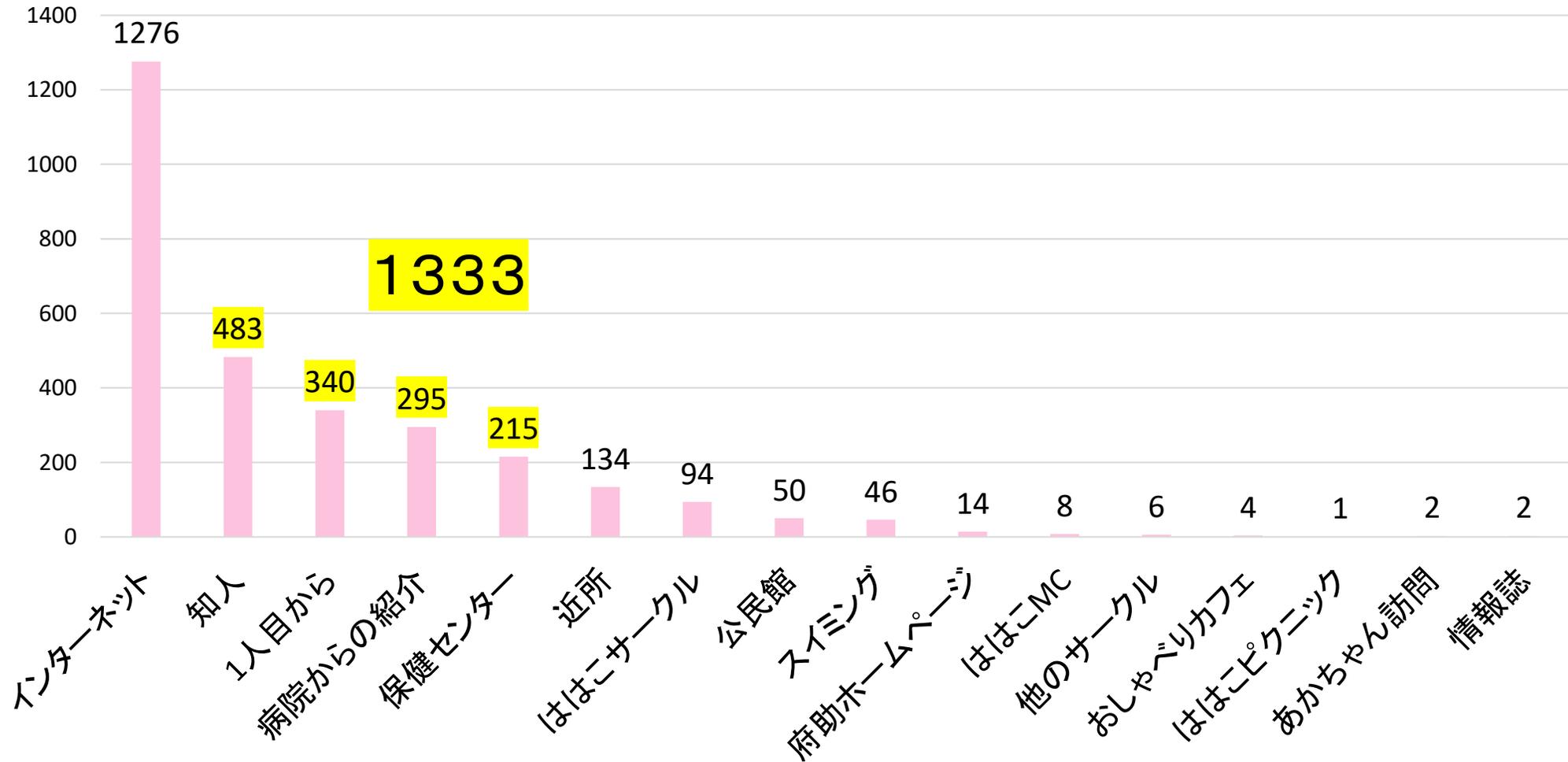
- 予約制 午前9時から3人、午後1時から3人
- お一人1時間（延長することもある）
- 流れ
 - 問診
 - 児体重測定
 - おっぱいケア（分泌チェックだけのときもある）
 - 授乳指導
 - アセスメント
 - 今後の方針の提案
 - 必要時、次回予約
- トラブルの場合
医療介入が必要かの判断→連携病院を受診
 - 婦人科
 - 乳腺外科



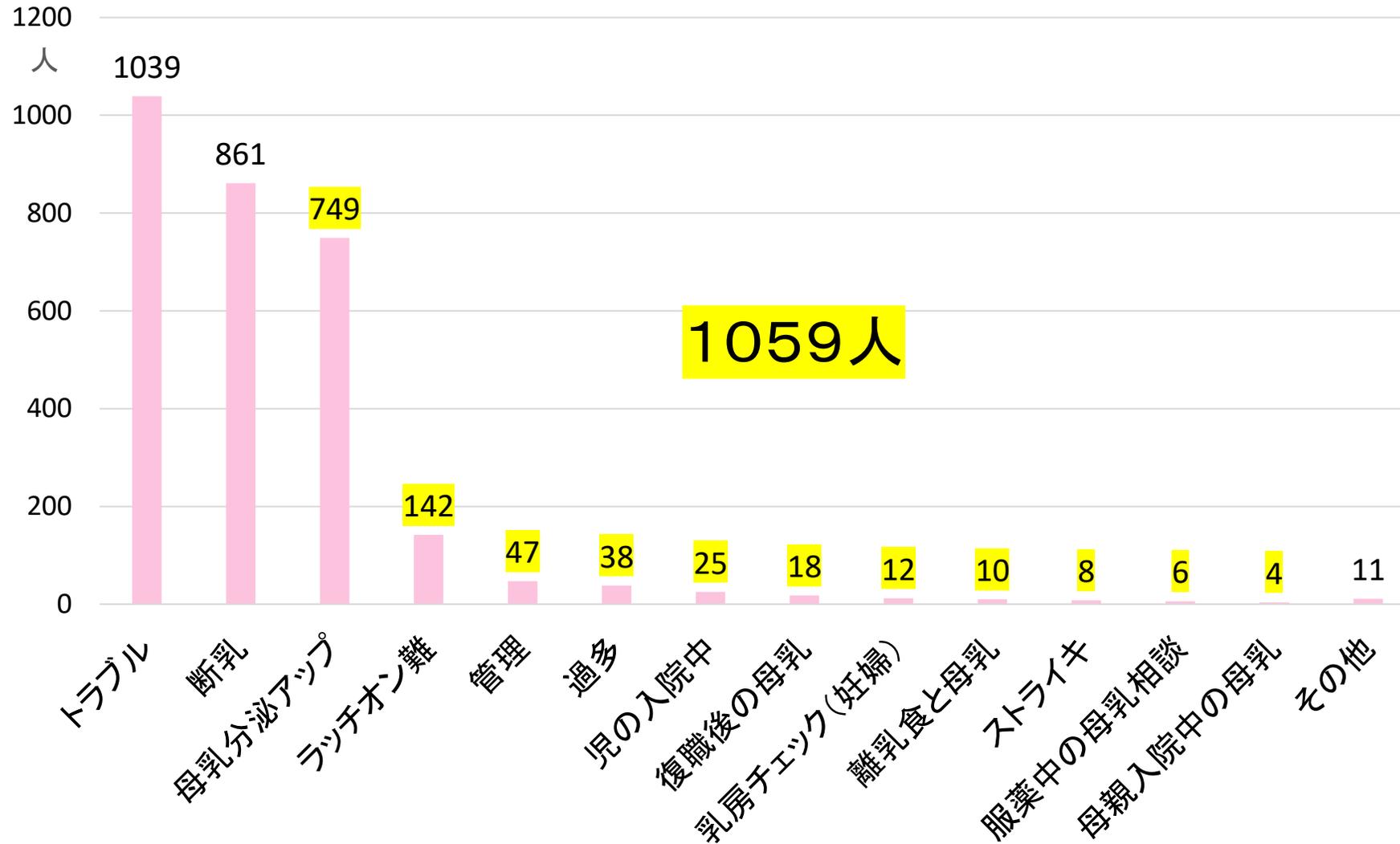
ケアルーム



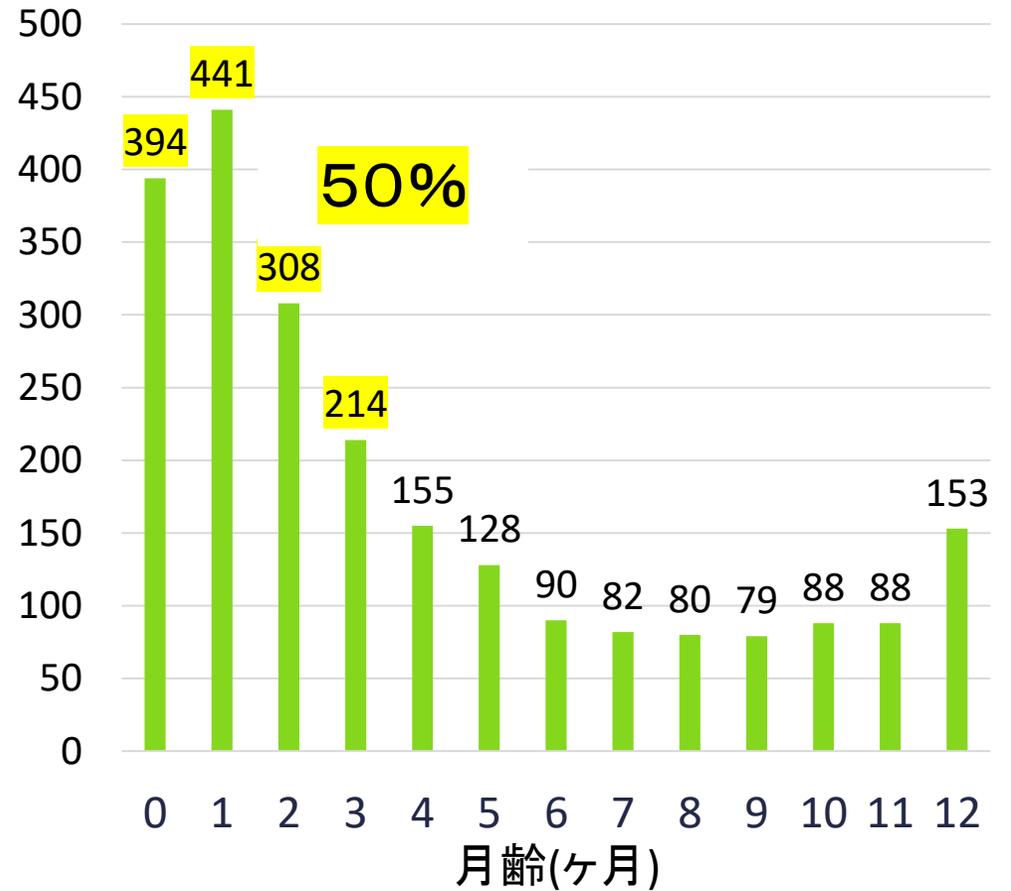
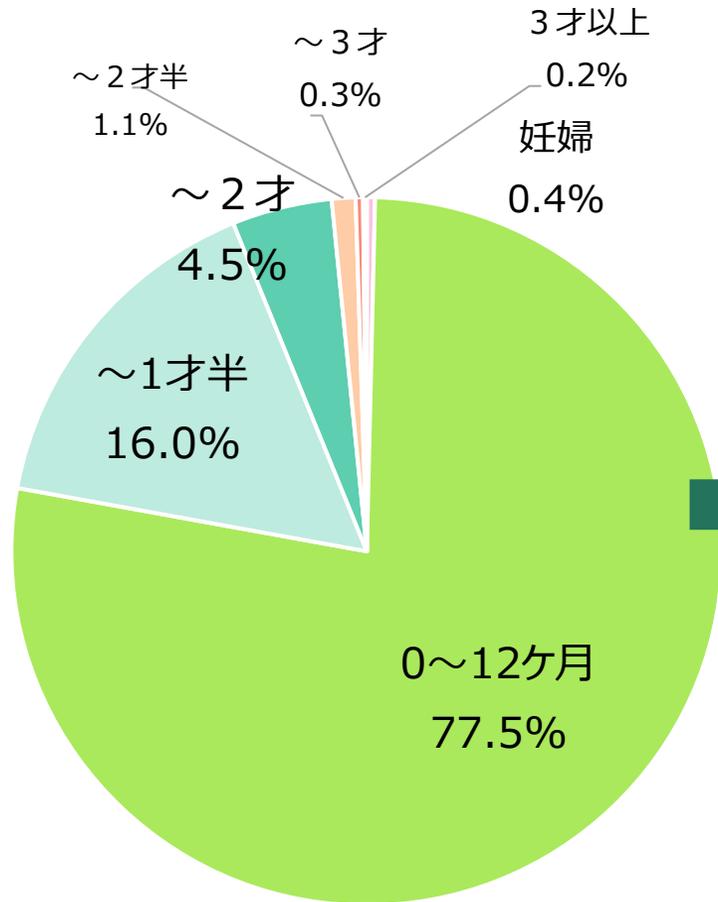
来院経路



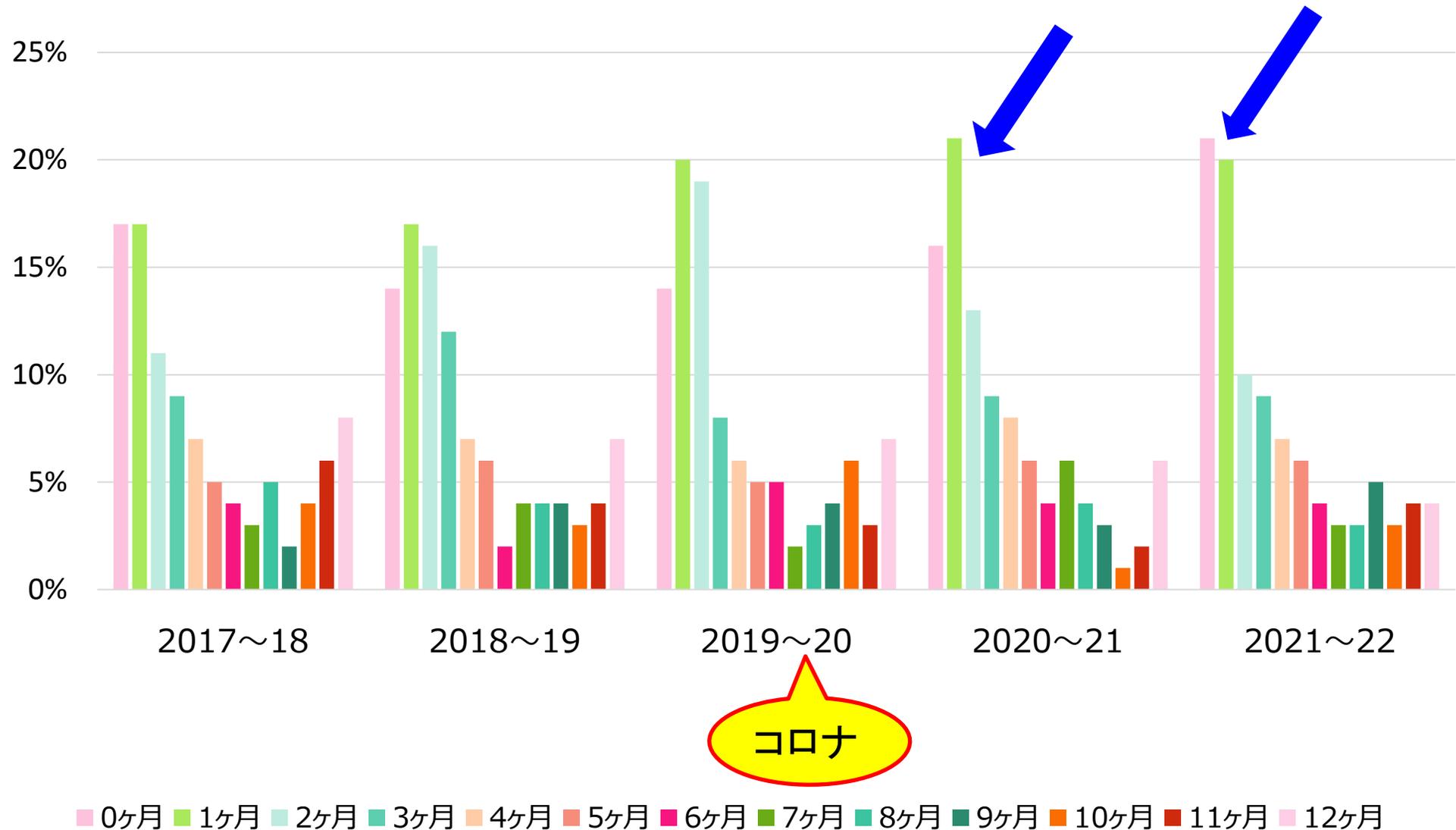
初診の相談内容



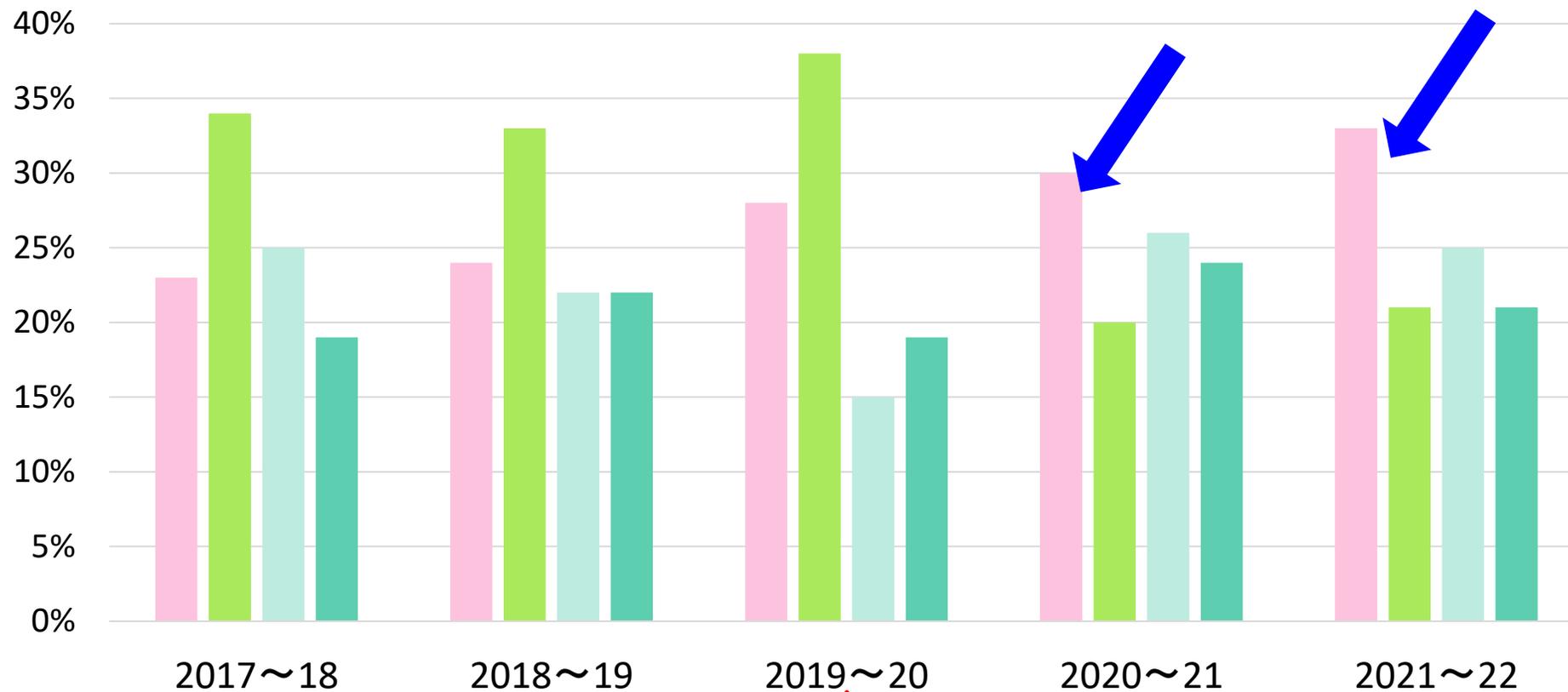
初診月齡



初診月齢



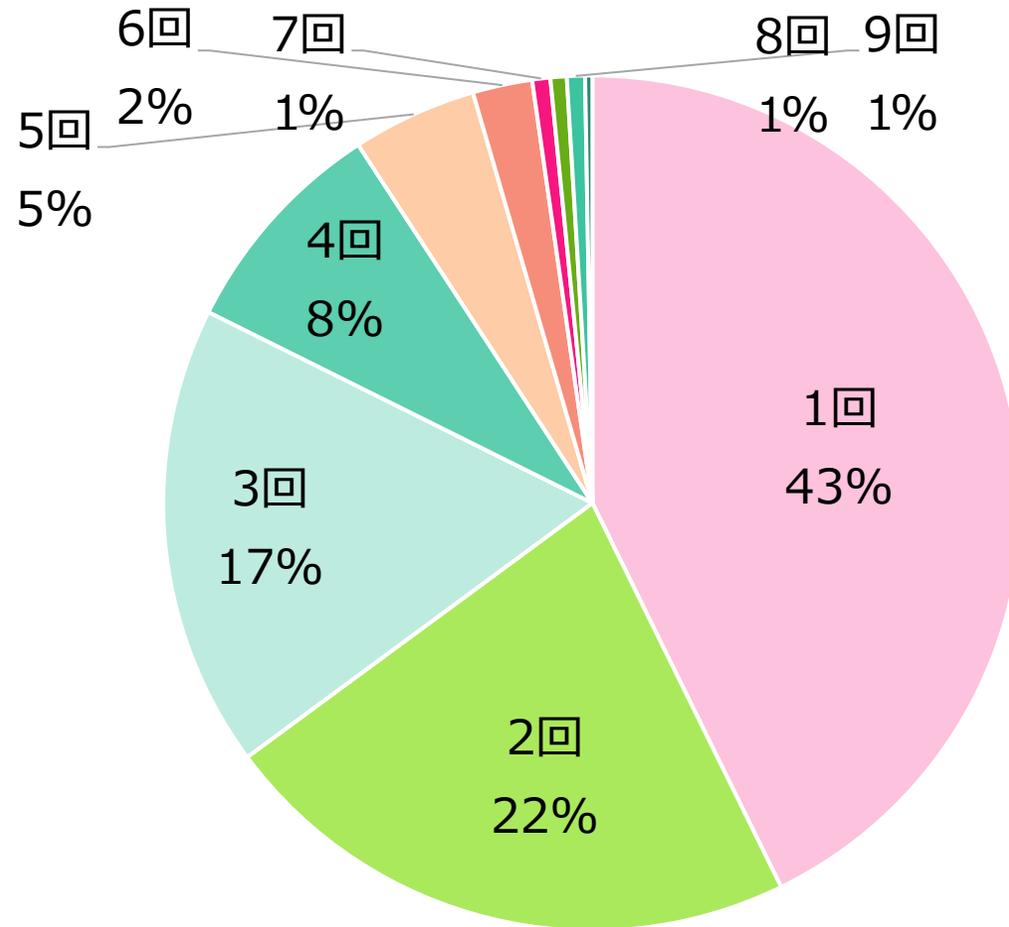
初診 1カ月まで



コロナ

0~7日 8~14日 15~21日 22~31日

来院回数



出産育児スクール

I .プレママクラス

ステップ1 おっぱいクラス

ステップ2 いよいよお産クラス

ステップ3 ようこそあかちゃんクラス

II .ペアレンツクラス

ステップ1 安産準備クラス

ステップ2 産後準備クラス

III .孫育てクラス

ははこサークル

- ベビーマッサージ
- ふれあひあそび
- ストレッチクラス
- リトミック
- アロマセラピー
- 整体 骨盤調整
- リフレクソロジー
- フोट:マタニティフォト
- 授乳フォト
- ポーセラーツ
- ペーパーアート
- 英語・フランス語レッスン
- 重ね煮教室
- 食育・離乳食教室
- 更年期の過ごし方
- アーユルヴェーダー講習会
- 正しい抱っこひもレッスン
- カメラレッスン
- フリーマーケット
- 足育講座

最近のママは

やっぱり

母乳で育てたいと思っている

ただし

以前は、母乳だけでいきたいが、無理なら混合でいく

最近では、はじめから混合でいきたい

→ 哺乳瓶を使えるようにしておきたい

母乳
寄りの

その理由は…母乳はたいへんという刷り込み？

支援で
変えられるかも

【母親因子】

- 情報不足
- 疲労・睡眠不足
- 寝てくれない・泣く
- 先の見通しが立たない
- 預けられない
- 乳腺炎などのトラブル
- 食事・アルコール・薬の制限
- 夫の育児参加
- 家族のすすめ
- 不妊治療再開

↑ 変えるのは難

難しいが…

【病院・医院・行政】

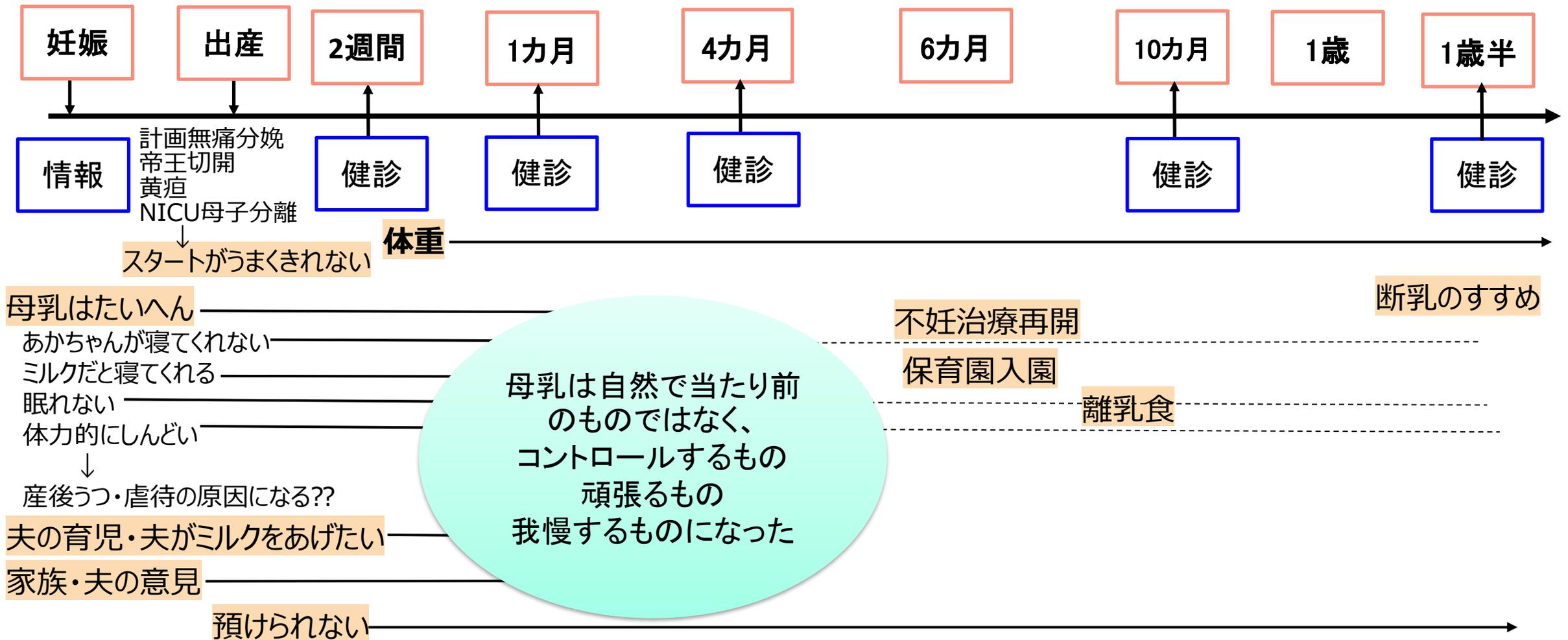
- 妊娠中の教育
- 分娩 計画無痛分娩
帝王切開
黄疸
NICU母子分離
→うまくスタートきれない
- 入院中母乳支援不足
- 退院後のフォロー少ない
- 健診の度に体重チェック
→ミルクを足すように
- 離乳食と母乳

難しいが…

【社会的因子】

- 0歳児復職・保育園
→やめないといけないと
思い込んでいる
→哺乳瓶を使えるように
→ミルクが飲めるように
→おっぱいなしでねんね
できるように
→早く断乳をすすめられる
- 職場の無理解
- 社会の不寛容さ

母乳を続けるにはたくさんの関門が



助産師(支援者)はここを支援することができる

【母親因子】

- 情報不足
- 疲労・睡眠不足
- 寝てくれない・泣く
- 夫の育児参加
- 家族がミルクをすすめる
- 先の見通しが立たない
- 預けられない
- 食事・アルコール・薬の制限
- 乳腺炎などのトラブル

- 妊娠中から家族を含めた、エビデンスを基にした情報提供を
- 今の状況をどう変えたい？ どうしたい？ どうなりたい？
- 到達目標に向かうプロセスを一緒に考える（家族同伴OK）
- 実現できそうな小さな目標を立てる
いくつかの選択肢から選んでもらう→これならできそう！
- ミルクを足すことによって起こるかもしれないこと
- 少し先の見通しを立てられるように（助産師でなくてもOK）
- 母乳の楽しさ・楽しさ（助産師でなくてもOK）
- 制限はほとんどないこと
- 婦人科・乳腺外科との連携を

夫(パートナー)の育児

- 育休取得率13.9%
(有給休暇をとっている場合もありもう少し多いのでは?)
- 育休取って何をする？
産後のイメージができていない→ミルク授乳しか思い浮かばない
夫も妊娠中に一緒に産後の生活や母乳育児について学ぶ
- 産後も一緒に助産院に来てもらう
- ほかの父親と話をする機会をつくる
- 地雷ワード→泣いてるよ、おっぱい足りないんじゃない？
体重増えてないんじゃない？

病院・行政を変えることは難しいが 母親を支援することはできる

【病院・医院・行政】

- 妊娠中の教育
- 分娩
 - 計画無痛分娩
 - 帝王切開
 - 黄疸
 - NICU母子分離
 - うまくスタートきれない
- 入院中母乳支援不足
- 退院後のフォローなし
- 健診の度に体重評価
 - ミルクを足すように
- 離乳食と母乳
- 断乳のすすめ

- できるだけ早く地域の助産師とつながってもらう
 - 妊娠中から
- 病院の助産師との信頼関係
- 行政(保健所・保健センター)の保健師との信頼関係
- 地域の産婦人科医・小児科医の体重の基準や方針を知る
- 味方の小児科医を見つけておく
- 健診の後の母親のフォロー
 - 体重評価により自信喪失、罪悪感

ハイリスク出産後 母子分離

- あかちゃんはNICUに入院、母親は先に退院
- 入院中ほとんど授乳できていない状態で退院
- コロナで面会が制限→授乳時間にいけないことが多い
- NICUに助産師がいない、少ない→授乳指導ほとんどなし
- あかちゃん入院中、搾乳→ほとんど指導なく自己流
- あかちゃん退院時、ミルクの指導はあるが授乳指導ほとんどなし
- 低体重児や合併症のある児も多く、母乳よりも体重を増やすことが優先
- 母の思い→体重を増やしたい、母乳もあげたい

母親は
孤立無援
になりやすい

ハイリスク出産後 母子一緒に退院

- 帝王切開や計画無痛分娩の割合が高い
 - 自然陣痛が起きていない中での出産
- あかちゃんがおっぱいを飲む準備ができていない
- 入院中ほとんど授乳できていない状態で退院
- ようやく哺乳意欲が湧いてくるのが、10日前後
- やっと母乳が吸えるようになったところに2週間健診
- 体重が増えていない→ミルクの増量を指導される
- 5日後ぐらいに再計測→30 g /日増えていないと、さらに再計測
- こうなると母親は自信喪失・罪悪感
- ミルクがどんどん増えていく

母親は
自信喪失

保育所や職場を変えることは難しいが 母親を支援することはできる

【社会的因子】

- 0歳児復職・保育園
→やめないといけな
いと思
い込
んで
いる
→哺乳瓶
を使
える
よう
に
→ミルク
が飲
める
よう
に
→おっぱ
いな
しで
ねん
ね
でき
るよ
うに
→早く
断乳
す
すめ
られ
る
- 職場の無理解

- エビデンスを基にした情報提供
- 母親自身はどうしたいのか？
- 続ける方法
- やめる方法
- 先の見通し
- 保育所との面接のポイント・関係性
- (保育士の教育)
- (職場への周知)

心がけていること

- こだわりを前面に出さない→敷居は低く、間口は広く
- 母親を尊重・リスペクト→どんな考え方でもOK！否定しない
- 壊れていないものをなおすな→母親自身は困っているの？
- エビデンスがすべてではない→科学と暮らしのバランスを
- 逃げ場を作る→できなくてもOK・キャンセルOK
- 脅さない→○○しなければ○○になるよ
- 1回でも来院されたら、かかりつけ→メール・電話での相談も
- **ここは楽しい場所！安心できるところ！ここにすればなんとかなる！**