

## 地域の商業施設と連携した育児中の母親の居場所づくり

新增有加<sup>1)</sup> 谷口陽子<sup>2)</sup> 溝上まどか<sup>2)</sup> 福田 瞳<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> 大阪青山大学健康科学部看護学科 <sup>2)</sup> みのおママの学校

**Creating a place of comfort and security for mothers with infant children  
in collaboration with commercial community facilities**

Yuka SHINMASU<sup>1)</sup> Yoko TANIGUCHI<sup>2)</sup>  
Madoka MIZOKAMI<sup>2)</sup> Hitomi FUKUDA<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> School of Nursing, Faculty of Health Science, Osaka Aoyama University

<sup>2)</sup> Minoh mom's school

### Abstract

To prevent feelings of isolation, mothers with infant children require places of comfort and security outside of the home. Even when raising infants, mothers frequently visit commercial community facilities, making these optimal for creating said places. A tie-up was established with one such complex commercial facility, Minoh Q's Mall, within which a place was created for women with infants. Events called the "Mino Mama Marché" were held, with the inclusion of a space where mothers could talk with midwives in a natural way. The Mino Mama Marché was held eight times from October 2018 through September 2019, with a total of approximately 3,500 mother-infant pairs visiting, and with the assistance of approximately 160 midwives. Also introduced was "Q's Kosodate Tsudoi-no-Hiroba" (Q's childcare gathering forum), with full-time staffing of midwives for mothers with infants. From June through September 2019, approximately 10 mother-infant pairs visited the space daily, consulting with the midwives about things such as breastfeeding and weaning. Due to the COVID-19 pandemic, an online service called "Josanshi Café®" ("josanshi" means "midwife") was also established. This service provided a place of comfort where mothers could visit easily, and discuss their anxieties, feelings of isolation, etc. Due to such activities, one can also anticipate increased motivation on the side of midwives. In the future, further studies are needed to clarify the effects of these engagements. Especially during this COVID-19 pandemic, spaces where mothers can experience consultations that fit their needs and schedules must be arranged via proactive dissemination of information.

**keywords :** community, mothers with infant children, Creating a place of comfort and security

キーワード：地域 母親 居場所づくり

## I. 緒言

少子化や核家族化の進行、地域のつながりの希薄化により、孤立した子育てが問題となっている。2014年の調査によると「子育てにおいて孤独感を感じたことがある」と答えた母親は53.2%で「どんな時に孤独感を感じるか」という問いには63.7%が「子どもと自分だけで家にいる時」と答えている<sup>1)</sup>。また母親の孤独感得点はママ友達や友人がいない者ほど高い<sup>2)</sup>。近年は、配偶者の単身赴任など、何らかの理由でひとりで仕事、家事、育児の全てをこなさなければならないワンオペ育児という用語も多用されている。地域から孤立し、家族のサポートも得にくい状況で育児をする母親は、孤独感や育児に対するプレッシャー、不安感が強く、産後うつを発症するリスクが高まる。

日本では2015年の1年間で102名の女性が妊娠中から産後にかけて自殺しており、自殺は妊産婦死亡の原因で最も多い。102名のうち92名は出産後の自殺で、35歳以上や初産の女性の割合が高かった<sup>3)</sup>。海外と比べると日本は妊産婦の死亡者数は少ないが、自殺の占める割合が高い。出産後の自殺は、産後うつなどメンタルヘルスの悪化が原因となることが多い。健やか親子21の最終調査報告によると、エジンバラ産後うつ病自己調査票で9点以上の産後うつ病疑いの母親は、2001年の13.4%から2013年には9%に減少している<sup>4)</sup>。しかし、産後うつと診断される重症者はごく一部で、産後うつと診断はつかないが、精神的に不安定な母親はさらに多いと考えられる。このように診断がつくほど重症ではないが、一人で孤独や不安を抱える母親は、地域で支えていく必要がある。

市町村では乳児家庭全戸訪問事業や妊産婦の相談窓口を開設し、支援を要する母親の把握に努めている。2017年には産後ケア事業ガイドラインと産前・産後サポート事業ガイドライン<sup>5)</sup>が制定された。産後ケア事業の一環として、産後2週間の診察費用の助成が始まり、産後2週間健診を実施する産科施設が増えた。しかし、うつ症状は発現していないが密かな孤独や不安を抱えるケースは、短時間で単発的な関わりでは把握しきれないのが実情である。

産前・産後サポート事業の目的は、助産師等の専門家又は子育て経験者やシニア世代等の相談しやすい「話し相手」による相談支援を行い、家庭や地域での妊産婦等の孤立感の解消を図ることと示されて

いる<sup>6)</sup>。つまり公的機関や医療施設より敷居が低く身近な民間団体による継続したサポートが求められている。

まず育児中の母親の孤立感を解消するためには、家庭以外の場所に母親の居場所作りが必要である。地域の商業施設は育児中でも訪れる機会が多く、母親の居場所としては最適である。我々は助産師が中心となり民間主導の子育て支援スタイルを構築する取り組みを行っており、育児中の母親に居場所の提供ができると考えた。そこで今回、大阪府箕面市の複合商業施設みのおキューズモールと連携し、2018年より育児中の母親の居場所づくりを開始した。さらに2020年3月以降は、新型コロナウイルス感染症予防のため対面で実施していた取り組みが、一部遠隔に切り替えての実施となった。母親の孤立予防には何が必要か検討し、コロナ禍でも維持可能な方法を模索する資料として有用と考え、我々の取り組みについて報告する。

なお本報告に際しては倫理の原則（匿名性の保持）に添って行う。写真撮影の際はホームページやSNSなどで使用する旨、参加者に了承を得て撮影した。また本報告で掲載している写真に関しては、できる限り個人が特定されないように配慮している。本報告に関して、開示すべき利益相反はない。

## II. 実践内容

### 1. 「みのおマママルシェ」の開催

毎月第1木曜日の10時～14時に、みのおキューズモールのイベントスペースに飲食ブースやマーケットブースなどの出店者を招き、マルシェを開催した。またマルシェ内の一室に乳幼児用の体重計と身長計を設置し、母親がマルシェで買い物をして子どもを身体計測ができ、自然な形で助産師と話ができる空間を作った。さらに助産師はこの室内だけでなく、マルシェ内を巡回し、自分は助産師であるという名札を付け、来場した母親と共にマルシェを楽しみながら、自然と育児の話をする役割を担った。助産師のスタッフは主に病院で勤務する助産師にボランティアによる協力を募った。2018年10月～2019年9月までに8回開催し、約3500組の母子が来場し、約160名の助産師がスタッフとして協力した。

来場した母親からは「買い物ついでに助産師さんに育児の相談ができてよかった」「出産した病院でしか助産師さんには出会えないと思っていただけ



悩みの相談ができる「じょさんしカフェ®」のオンライン版を開設した。2020年4月から6月まで、毎日、約5名の母親の参加があった。新型コロナウイルス感染症予防のため、病院や市町村で実施していた両親学級などがすべて中止となり、相談先に困った妊産

婦や育児中の母親の参加が多かった。なお、2020年6月からは、感染防止対策を取りながら対面で「みマママルシェ」や「キューズ子育てつどいのひろば」を再開している。(写真5)



写真3 「キューズ子育てつどいのひろば」のポスター



写真4 「キューズ子育てつどいのひろば」の様子



写真 5 「じょさんしカフェ®オンライン」が産経新聞に掲載（2020年 5月）

#### 4. メディアでの情報発信

本取り組みは母親自身が商業施設に来場したり、オンラインでアクセスする必要があり、まずは取り組みの周知が前提となる。取り組みを開始した2018年以降、みのおママの学校のホームページ<sup>7)</sup>で取り組みを紹介し、ポスター掲示やチラシの配布を

行った。また地域情報誌の取材を受けるなど、メディアへの広報活動を行った。2020年3月以降は新型コロナウイルス感染症予防のため、外出を控えてさらに孤独を感じる母親が増えることが予想されたため、市役所ホームページや新聞、テレビなどメディアでの情報発信の回数を増やした。(写真 6, 7, 8)

**写真** キューズ子育てつどいのひろば  
**みのおママの学校**

**365日、24時間のママ業を応援  
地域で寄り添う助産師さんが常駐**

その日は抱っこ紐の講座に4組の親子が参加していました。一人の子どもが泣き出すと優しく抱っこしてあやしている谷口陽子さんは、病院で働く助産師。病院でママや赤ちゃんに関わる時間は短く、もっと近くでサポートできる場所を作りたいと、2016年に「みのおママの学校」を設立。現在3名のスタッフと、たくさんボランティアスタッフさんと活動されています。

みのおキューズモールと、みのおママの学校が運営している「キューズ子育てつどいのひろば」は、今年6月にオープン。

未就園児を持つママは、コミュニティで繋がりにくい時期でもあり、ママ達の居場所や出会いの

アヤサや気持ち良さそう

共通の話題を盛り込みたいですね。地域のママたちの安心できる集いの場。

住んでいる場所は違っても、共通の話題を盛り込みたいですね。地域のママたちの安心できる集いの場。

場所になってくればと谷口さんは考えます。

10~13時はママが子ども同伴で楽しめる講座やイベントが開催され、毎回ほぼ満席。防災講座やママの体操教室など、人気の講座を教えてくれる先生もボランティアだそう。講座以外にも「じょさんしカフェ(火~土曜日、11:30~13:00)」を開催し、お弁当を持ってみんなで自由に話らう時間を作り、おっぱいや離乳食など、育児の相談をされるママも多いとのこと。

「助産師にはお産のときにしか会えないイメージがありますが、地域にいなから、病院ではなくショッピングモールで、ママに寄り添い、ママの気持ちがあふくと軽くなったり、小さな悩みを解決したり...もう一つの家族のような存在になりたい」と谷口さんは語ります。そんな「キューズ子育てつどいのひろば」にお買い物ついでに、立ち寄ってみませんか。きっと素敵な助産師さんやママ友に出会えるはずです。

**DATA**

- 箕面市西宿1丁目17番22号
- みのおキューズモール
- 050-3716-7390
- 10:00~13:00
- 火~土曜日のみ常駐しています
- ホームページ
- <https://tsudoi-no-hiroba.com/>

おむつ替えや授乳室も充実。20時まで利用可能

**PROFILE**

あなたを応援したい人がここにあります。どうぞお気軽に遊びにきてくださいね!

助産師でみのおママの学校代表の谷口陽子さん(写真右)、助産師の清上まどかさん(写真左)、看護士の山内己穂さん、一平くん(写真中央)。

キューズ子育てつどいのひろば **検索**

写真 6 北摂の子育て応援マガジン「ママトリエ」9月号掲載（2019年 9月）

**国の相談窓口**

- 開設期間 4月29日水曜日～5月6日水曜日（9時から17時まで）
- 電話番号 0120-220-273

詳細は、次をご覧ください。

[厚生労働省のページ\(外部サイトヘリンク\)](#)

[厚生労働省リーフレット \(PDF: 853KB\)](#)

**府の相談窓口**

- 開設日 4月29日水曜日・5月2日土曜日～5月6日水曜日（9時から17時まで）
- 電話番号 06-6775-8894（無料）

詳細は、次をご覧ください。

[大阪府のページ\(外部サイトヘリンク\)](#)

**箕面市内の民間団体によるオンライン相談**


- 開設期間 5月8日金曜日まで
- お問い合わせ先や時間などの詳細は [みのおママの学校じょさんしカフェ \(外部サイトヘリンク\)](#) をご覧ください。

写真 7 「じょさんしカフェ @オンライン」が箕面市のHPに掲載（2020年 5月）

6:47 **オンライン相談窓口** **奈良県**

みのおママの学校

- ▼ 赤ちゃんの健康や成長の相談
- ▼ **じょさんしカフェオンライン**
- ▼ 一人30分まで無料 要予約

詳しい情報 → 




写真 8 「じょさんしカフェ @オンライン」がNHKで紹介（2020年 5月）

### Ⅲ. 考察

「みのマママルシェ」は様々な出店があり、お祭りのような雰囲気、母親や子どもの興味を引きやすく、人を集める効果が高い。「キューズ子育てつどいのひろば」は日曜日と月曜日以外は常に開催しているという安心感がある。何気なく立ち寄ったスペースで助産師に出会い、自然な会話から育児の相談まで気楽に話すことのできる関係性は、公的機関や医療機関で出会う助産師との関係性よりも軽い。出産した施設に電話相談するほどのことではないが、気になっていることなど、何気ない質問をしやすい関係性である。母親が小さな疑問や不安をひとつでも解消できれば、また次回新たな疑問や不安が生じた時に、あそこに行けば聞いてもらえるという次の来場につながり、継続的な支援が期待できる。

本取り組みでの母親と助産師の関係性は、指導する側される側という関係性ではなく、妊娠・出産・育児を共に楽しむ同志のような関係性を目指した。さらに育児不安が全くない人も参加しても良い、無理をして友達を作ったり、話したりする必要もない、何もしなくても居心地の良い空間を心がけた。地域の商業施設に助産師が常駐することで、産後うつと診断されるほど重症ではないが、一人で孤独や不安を抱える母親が気楽に立ち寄れる居場所の提供ができたと考える。

2020年3月以降、コロナ禍で外出を控える妊産婦や育児中の母親が多く、自宅から気楽に参加できるオンラインでの相談窓口の需要は増えている。さらに両親学級や立ち合い分娩の中止による不安、都市部からの里帰り分娩を断念する妊婦の葛藤など、孤立し不安を抱える母親はコロナ前より増えていることが予想される。このような母親へのサポート拡充は喫緊の課題である。メディアや市役所とも連携して、積極的な情報発信をすることで、母親がコロナ禍でも自分に合った相談窓口を選択し、利用できる状況を整える必要がある。

さらに本取り組みは、母親の孤立防止や不安解消の効果だけでなく、スタッフとして協力した病院勤

務助産師への効果もあった。病院に勤務する助産師は、自分が分娩介助した母親であっても産後1カ月健診までの関わりで、その後の母子の支援は地域の保健師に引き継ぐことになる。また日々の業務に追われて、母親の不安や悩みに寄り添えていないと感じる助産師も多い。しかし本取り組みに協力することで、退院後の母親の生活や悩みを知る良い機会となり、助産師としてのモチベーションや貢献感の向上につながったという声が多く聞かれた。それに加えて、本取り組みはキューズモール（商業施設）のマスマイルプロジェクトのコンセプトと合致し、ギャザリングスペースとして機能していた。つまり母親、助産師、商業施設が3者ともWin-Winの関係性が成り立っており、今後も継続可能な条件が整っていると考える。

### Ⅳ. 今後の課題

来場した母親や、スタッフとして協力した助産師にアンケートを実施し、助産師が商業施設に作った育児中の母親の居場所の効果を明らかにし、実践内容のさらなる充実を図る必要がある。また各イベントの助産師スタッフは、今のところすべてボランティアで構成できているが、今後も本取り組みを継続していくために資金的な問題についても解決していく必要がある。

### Ⅴ. 結論

地域の商業施設に助産師が常駐することで、育児中の母親が気軽に悩みを相談できる居場所の提供ができたと考える。さらにスタッフとして協力した病院勤務助産師が、退院後の母子の生活や悩みを知る良い機会となり、助産師としてのモチベーションや貢献感の向上につながることが期待できる。今後はメディアや市役所とも連携して、積極的な情報発信をすることで、母親がコロナ禍でも自分に合った相談窓口を利用できる状況を整える必要がある。

## 要 旨

育児中の母親の孤立を防ぐために、家庭以外の居場所作りが必要である。地域の商業施設は育児中でも訪れる機会が多く、母親の居場所としては最適である。そこで複合商業施設みのおキューズモールと連携し、育児中の母親の居場所づくりを行った。「みのおマママルシェ」を開催し、母親が自然な形で助産師と話ができる空間を作った。2018年10月から2019年9月までに8回開催し、約3,500組の母子が来場し、約160名の助産師が協力した。さらに助産師が常駐するスペース「キューズ子育てつどいのひろば」を開設した。2019年6月から9月までに、毎日約10組の母子の来場があり、母乳育児や離乳食に関する相談があった。コロナ禍では「じょさんしカフェ®」をオンラインで開催した。この取り組みにより、孤独や不安を抱える母親が気楽に立ち寄れる居場所の提供ができたと考える。また助産師側にもモチベーションの向上が期待できる。今後は取り組みの効果を明らかにし、積極的な情報発信で、母親がコロナ禍でも自分に合った相談窓口を利用できる状況を整える必要がある。

## 文献

- 1) ミキハウス子育て総研: Weekly ゴーゴーリサーチ (第670回分析結果) 孤独感を感じることはありますか?  
<https://www.happy-note.com/research/10670.html> (2020. 9.16)
- 2) 馬場千恵, 村山洋史, 田口敦子他: 乳児を持つ母親の孤独感と社会との関連について 家族や友達とのソーシャルネットワークとソーシャルサポート, 日本公衆衛生学会誌, 2013, 60(12), 727-737.
- 3) 国立成育医療研究センター: 人口動態統計(死亡・出生・死産) から見る妊娠中・産後の死亡の現状  
<https://www.ncchd.go.jp/press/2018/maternal-deaths.html> (2020. 9.16)
- 4) 厚生労働省: 健やか親子21最終評価報告書  
<https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-11908000-Koyoukintoujidoukateikyoku-Boshihokenka/0000034790.pdf> (2020. 9.16)
- 5) 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  
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11900000-Koyoukintoujidoukateikyoku/sanzensangogaidorain.pdf> (2020. 9.16)
- 6) 厚生労働省子ども家庭局母子保健課: 厚生労働省における妊娠・出産、産後の支援の取組  
[http://www.gender.go.jp/kaigi/senmon/jyuuten\\_houshin/sidai/pdf/jyu23-03.pdf](http://www.gender.go.jp/kaigi/senmon/jyuuten_houshin/sidai/pdf/jyu23-03.pdf) (2020. 9.16)
- 7) みのおママの学校ホームページ  
<https://minomama.com/> (2020. 9.16)