

## 西区 区域まちづくり事業 事業概要

事業名称	妊娠期から産後のママ支援事業
事業目的	<p>「大人ママサロン」: 35歳以上で出産予定のプレママ、プレパパ、及び35歳以上で1歳未満の子どもを持つママ、パパを対象に、妊婦や乳児とママ・パパが一緒に楽しめるイベントを通じて同世代同士の交流の場を提供し、妊娠中から出産を経て子育ての話題でつながっていくママ友作りを支援する。</p> <p>「フレフレ*ママ・パパサロン」: 市民の要望から保護者の年齢を限定しない会を設け、悩みや楽しみを共有する機会を提供し、ピアサポート支援を行う。</p> <p>保健師からの産前・産後の心の変化についての話、保健師・保育士等からの子育てに関する情報提供やアドバイスを行うことで、相談しやすい環境づくりを行う。妊娠期からの継続したママ友づくりを支援することにより、産後の孤立化予防や産後うつ発症予防を目的とする。</p>
事業内容	<p>「大人ママサロン」では、ベビーヨガ、ハワイアンリトミック、アロマクラフト作りを各1回、おしゃべり会を3回、「フレフレ*ママ・パパサロン」では、ベビーマッサージ、助産師による産前産後ヨガを各1回開催する。各イベントの後は交流会を行い、家族ぐるみの交流を促し、ママ・パパが気楽に集まれる場を提供する。</p>
実施場所	西区役所 地下会議室
実施時期	<p>「大人ママ・パパサロン」: 令和5年5月22日、7月28日、9月22日、12月7日、令和6年1月26日、2月26日</p> <p>「フレフレ*ママ・パパサロン」: 令和5年6月23日、10月18日</p>
事業主体	西区役所 子育て支援課
事業効果	<p>「大人ママサロン」では、出産前後の高齢出産の母親とそのパートナーが当事業の参加を通じて家族ぐるみの交流を深めることで、高齢出産特有の不安や悩みを家族間で共有し、ピアサポートの効果が期待できる。「大人ママサロン」「フレフレ*ママ・パパサロン」ともに、産後の孤立化を防ぎ、産後うつを予防できるよう支援する。また、西区子育て支援課の保健師等、各相談員と妊娠中から当事業を通じて関わり、顔見知りの関係となることは、出産後も相談しやすくなり、より地域に親しみや安心感を持って子育てができることにつながる。さらに、サロン内で、実施する様々なイベントは母子の愛着形成を支援する。</p>
活動指標	参加後アンケート
備考	