

フィンランドに学ぶ切れ目ない家族支援「ネウボラ」
子育て支援は信頼関係づくり
 ～子育て世代包括支援センターが皆さんをサポートします～



健康増進課の保健師(一部)

ネウボラは、フィンランド語でネウボ(neuvo)＝アドバイス、ラ(ri)＝場所という意味があります。これは、フィンランドで設置されている子育て支援施設のことです。各家庭に担当の保健師などを充て、妊娠・出産・育児まで切れ目ないサポートを行うもの。子どもの成長や家庭の事情などによって必要なサポートは異なる一方で、子育てに関して気になることがあっても「専門機関への相談はハードルが高い」という声も聞かれます。そこで、フィンランドの事例を参考に、それぞれの地区を担当する保健師が窓口となり、関係機関と連携しながら子育て世代のケアを行う体制が強化されました。

皆さんの悩みや不安に寄り添うには、対話による信頼関係づくりが必要だと考えるからです。「どんな些細なことでも気になることがあれば相談してほしい」。子育てする上で、何でも相談できる窓口が保健センターなのです。

相談を待つだけでなく積極的に寄り添う体制

市では、昨年4月に那須塩原版ネウボラをスタートしました。健康増進課所管の2つの保健センターを「子育て世代包括支援センター」に位置づけ、保健師を中心に総合的なサポートを行うものです。保健師は、地域の健康を守る専門職。産後の乳幼児健診などで皆さんと接する機会が多く、最も身近な相談役と言えます。「相談者」にできる最善のサポートは、「そんな悩みで頭を抱えるセンター職員の姿も見かけますが、彼女たちの思いは一つ。「少しでも皆さんの力になりたい」ということです。だからこそセンターを、皆さんが気軽に相談できるような場所にしていきたいと思っています。」

他にも、母子保健推進員や生活改善推進員の協力を得て、各家庭への訪問相談や公民館などでの

講座を行っています。ネウボラが始まってからは、妊娠28週を超える方に対して出産に向けての具体的なサポートを行う「妊娠後期相談」を開始し、「子育て世代包括支援センター相談員」を配置しました。特に初めての出産では、不安の声や必要な準備に関する相談をいただきます。そのため、全ての方に安心して出産を迎えてもらえるよう、相談が来るのを待つのではなく、相談員から連絡させていただくことにしています。

気になることがあれば気軽に相談を

私も2児の父です。子育てで不安や悩みを抱えることもあります。そんなとき心強いのは、やはり専門的な知見を持っている人に相談できること。「皆さんに寄り添いたい」というセンター職員

「気になることはまずセンターに聞こう」
 そう思ってもらえる場所にしたい



健康増進課のりゆき 織田 智富 課長

周囲も「イクメン」と語るほどの子ども好き。6歳と3歳の父親として子育てに奮闘中

子育てママの悩みに対し、サポート役を担う関係者がアドバイスします。

Cさん・20代(妊娠7カ月)

初めての妊娠で実家も遠いので、産後の育児が不安です。周りに相談できる人もいないし、どうすればいいでしょうか。

Bさん・20代(子ども2カ月)

育児書に書いてあるように寝てくれないのだけれど、自分の抱っこや授乳がうまくできていないのでしょうか。

Aさん・30代(子ども2歳3カ月)

子どもがおやつばかり食べて食事が進みません。好きなものばかり食べて困っています。どうしたらいいでしょうか。

子育て世代包括支援センター相談員



小森 相談員 菊池 相談員

赤ちゃんが生まれたら新生児訪問があります。助産師の訪問なので、赤ちゃんの体重、お母さんの体調、母乳についてなど、お家でゆっくり相談できますよ。その他にも電話などで気軽に連絡いただければ、私たちがご案内させていただきます。

《出産・育児を総合サポート》

母子健康手帳を手にするときの大きな期待や楽しみ、不安を一緒に受け止め、交付しています。また、妊娠後期には、妊娠で変化する心身の状態などをお話ししながら、電話相談を行っています。

母子保健推進員



秋元 清子さん 母子保健推進員 協議会会長

よく頑張ってこられましたね。子育ては一人ひとり違うので、育児書どおりにならないものですよ。1人で悩まないでサロンや育児相談に出かけてみませんか。同じ子育て期のお母さんと情報交換したり、保健師さんに相談できるとホッとしますよ。

《家庭に寄り添い子育てをアドバイス》

地域の身近な相談役として、専門の研修を受講した77人が各地区で活躍中です。生後2～3カ月の赤ちゃんがいる全ての家庭に、プレゼントの絵本を持って訪問。育児の相談にのり、情報提供を行っています。

食生活改善推進員



村上 和子さん 食生活改善推進員 協議会会長

お子さんは食事をするとき空腹ですか。おやつの内容が子どもの好きなお菓子になっていませんか。食べたものは次の食事に影響します。まずは空腹のリズムとおやつの内容を見直しましょう。あと、親御さんが楽しく食べる姿を見せるのも大切です。

《幼少期からの食生活をアドバイス》

幼少期は、家族一緒に食事を楽しむ雰囲気を感じることが大切です。こうした「食事は楽しいもの」というメッセージをとおして健康づくりを呼び掛ける食育活動を、地域の公民館などで行っています。



【育児相談の利用者の声】

土屋知世さん・朱莉ちゃん・遼葵くん

専門的なアドバイスが聞けて助かっています。実践してみようと思います

子どもとの接し方についてアドバイスをいただきました。子どもの気持ちを代弁してあげるように積極的に話しかけることが、言葉の発達にいいそうなので、今日から実践してみようと思います。身長や体重も測ってもらえるので成長を感じられるいい機会です。



育児相談などでも親身になってアドバイス

育児のコツをアドバイス【育児相談】

お子さんの身長・体重測定のほか、保健師などによる相談を行います。



ママになるための学び舎【母親学級】

お母さんになるために必要なことを妊婦さん同士で交流しながら学びます。



▶相談先・申し込み

黒磯保健センター ☎(63) 1100
 西那須野保健センター ☎(38) 1356

子育ては、子どもの成長や各家庭の事情などに応じてさまざまなケアやサポートが必要になります。多様化するニーズに対応するため、市ではフィンランドの子育て支援施設「ネウボラ」を参考にした施策を展開しています。キーワードは「対話」と「信頼関係づくり」。子育て世代の皆さんに寄り添う関係者を紹介します。