

産後の
お母さんを
応援します!

岡山市産後ケア事業

～産後の安心をしっかりサポート!～



産後は、ホルモンの変化により母親の心身が最も不安定になる時期です。
岡山市では、産後の母親が地域で安心して子育てできるよう産科医療機関・助産所で産後ケアを実施しています。産後ケア事業には宿泊産後ケア、日帰り産後ケアがあり、母親のニーズに合わせて心身のケアや育児サポートを行っています。



岡山市
産後ケア事業

- 対象** 岡山市にお住まいで、家族等から十分な家事・育児の支援が受けられない産後1年未満の母親とその赤ちゃん。
- 実施施設** 岡山市のホームページで確認できます。
- 利用方法** 事前申請です(出産後)。産後ケア施設に仮予約を行ってから申請窓口を利用申請書を提出してください。
※岡山市のホームページにもご利用方法について記載しております。電子申請も可能です。
- 費用** 施設の利用料金から市の負担額(下図参照)を差し引いた額を自己負担額として施設にお支払いください。利用料金は施設によって異なります。

市の負担額	利用者の区分	宿泊産後ケア (1泊あたり)	日帰り産後ケア (1日あたり)
① 生活保護法による被保護世帯に属する人		21,000円	8,000円
② 当該年度分の市町村民税が非課税である世帯に属する人		21,000円	8,000円
③ 上記以外の人		12,000円	4,500円

ゆっくり体を
休めることができた
サポートが
心強かった

利用者の声

不安に思っていたことを
話せたので
気持ちが落ち着いた

母乳育児を
諦めなくてよかった

産後ケアを利用して
不安が減り、
育児の自信がついた

- 申請窓口**
- ◆ おかやま産前産後相談ステーション
北区鹿田町1-1-1(岡山市保健福祉会館2階)
TEL 086-803-1201
 - ◆ 北区北さんさんステーション
北区谷万成2-6-33(北ふれあいセンター内)
TEL 086-214-0223
 - ◆ 中区さんさんステーション
中区桑野715-2(岡山ふれあいセンター内)
TEL 086-200-0223
 - ◆ 東区さんさんステーション
東区西大寺中野本町4-5
TEL 086-942-0223
 - ◆ 南区西さんさんステーション
南区妹尾880-1(西ふれあいセンター内)
TEL 086-209-0223
 - ◆ 南区南さんさんステーション
南区福田690-1(南ふれあいセンター内)
TEL 086-902-0223

お問い合わせ 岡山市保健所健康づくり課母子歯科保健係 岡山市北区鹿田町1-1-1 ☎ 086-803-1264



健康で豊かな生活をめざす
愛育活動の情報誌

2022.10
72

発行/岡山市愛育委員協議会
事務局/〒700-8546 岡山市北区鹿田町一丁目1-1
岡山市保健福祉会館2階
TEL.086-803-1263 FAX.086-803-1758



もっともっと
広がれ!
健康の
わ



みなさん、「けんしん」はもう受けましたか? 実施期間は12月末までです。「けんしんガイド」を活用して忘れず受診しましょう。年に一度の身体の点検が健康寿命を延ばす第一歩です。

乳がん 肺がん 検診

普及啓発活動を実施

南地域愛育委員会が10地区合同で、乳がん・肺がん検診の啓発活動を始め5年目になります。天満屋ハッピータウン岡南店にて、ミニチラシ入りティッシュや風船を配り“がん検診をうけましょう!”とアピールしました。体験コーナーでは、健康な肺と喫煙者の肺の模型を展示し、マンモモデル(乳房の模型)で、しこりの感覚を触って確認してもらいました。

コロナ禍で、開催時間の短縮や役員数を減らしての活動ですが、話を聞いてくれたり、興味を持ってくれた人たちがたくさんいました。この活動が受診するきっかけになってくれれば、とても嬉しいことです。



性感染症の最近の話題

梅毒の現状やHPVワクチン 積極的勧奨再開について

岡山県健康づくり財団 健康づくり総合センター 附属診療所 副所長 岸本 寿男先生

子宮頸がんについて

- 子宮頸がんはウイルス感染(ヒトパピローマウイルス)で起こる
- 比較的若い世代がかかりやすい(20代から30代)

予防法 HPVワクチンで感染を予防

HPVワクチンは小学6年から高校1年の女子を対象に公費負担で実施します。
※健康被害が起きた時は救済制度が適用されます。

詳細は厚生労働省HPで!

梅毒の現状

過去の病気だったのが近年急激に増えているのはなぜ?

- 店舗型風俗店ではなく、健康管理されない派遣型(デリバリーヘルス)の増加
- ネットやSNSで簡単に性交渉の相手と知り合うなど性的カジュアル化が進んだ
- 梅毒は過去の病気だと思っており、若者は梅毒を知らない

特に20代の若年女性の増加が著しいため(先天性梅毒児の発生も確認)、更なる啓発が急務である。

岡山県は人口割合で、東京・大阪に次いでワースト3位!

岡山県 年次別 梅毒発生状況(2012年~2022年第30週)

年	男性	女性
2012	7	8
2013	21	25
2014	40	133
2015	99	172
2016	61	160
2017	123	190
2018	104	162
2019	101	160
2020	72	102
2021		30
2022		72

子宮頸がんと新たに診断された人の数(2018年)

年齢	人数
10-19歳	0
20-29歳	1500
30-39歳	2500
40-49歳	2000
50-59歳	1800
60-69歳	1500
70-79歳	1000
80-89歳	500
90-99歳	200

愛育委員も正しい知識を持って、若い命を救えるよう活動していきます!

こんにちは赤ちゃん訪問

平成20年12月からスタートした“こんにちは赤ちゃん事業”・・・昨年は8万人目の赤ちゃんも誕生しました。訪問するのは生後4か月までの赤ちゃんです。研修を受け、毎月の定例会でも新しい情報を学習した愛育委員が絵本と子育て情報を持って伺っています。子育てに関する心配事など訪問時に伝えていただければ、次につなげるパイプ役も・・・。赤ちゃんに会えるのを楽しみながら、これからも“赤ちゃん訪問”を続けていきます!

毎月定例会で研修をしています。


子育ての情報がいっぱい詰まっています!



探訪 Part II 市内98学区・地区それぞれの愛育活動をシリーズで紹介しています。


操南学区

中区南部の旭川と百間川の堤防に守られたとても住みやすい地域です。障害者や介護者・ボランティアが集う「元気の出る会」のお手伝いをしています。月1回操南公民館で、健康講座・体操やクイズをして楽しい時間を過ごしています。コロナ禍で集まれない時もありましたが、今年は3年ぶりにお花見を開催。恵まれた天候の下、桜を眺めお弁当とおしゃべりを楽しみ、とても喜ばれました。今後も感染対策をして元気に集まれる事を祈っています。




豊学区

吉井川の対岸に広がる、こころ豊かで穏やかな地域です。最近若い世代の転入も多く、赤ちゃん訪問やおやこクラブの活動を通して交流を図っています。研修会では地域の皆さんと一緒にフレイルについて学ぶことが恒例です。ストレッチや筋力トレーニングなどに座ってできる体操を楽しく行っています。これからも、住民同士の関わりを大切にしたいと思っています。



東畦学区

6月の学区定例会で脇本保健師さん(岡山済生会総合病院)から、がん検診について学びました。2人に1人は“がん”と診断される時代、検診を健康な人が受けることで早期発見、早期治療に繋がります。乳がんは月に一度の自己検診が大切ということ強く再認識しました。東畦学区は、64歳以上男性肺がん検診受診率が岡山市のなかでも低いとのこと。集団検診にひとりでも多くの方が来て下さるように、啓発活動を頑張りたいと思います。



芳田学区

地域のみなさんの健康増進と高齢者の孤立を防ぎ、相互の連帯感や絆を深めるために、5月9日「3世代交流このぼりウォーク」を実施しました。参加者は幼児から高齢者まで55名で、「芳田コミュニティハウスから臨港グリーンアベニュー新保駅跡」の約1.5kmを往復。皆でいい汗をかきました。これからもすべての住民が健康でこころ豊かに生きられるまちをめざして、続けていきたいと思っています。

