

## 目標2 健やかな子育てを応援します

### 1 妊娠・出産からはじまる子育て支援

#### 【現状と課題】

#### (1) 妊娠期からの支援の大切さ

少子化、核家族化の進行により、妊婦と接したり乳幼児にふれあう機会が少ないまま、母親・父親になる人が増えています。また、働きながら妊娠期を過ごし、出産後も育児と仕事を両立する女性は少なくありません。

妊娠期は、胎児の成長とともに妊婦の全身状態を大きく変化させ、心身に大きな負担がかかった状態となります。健やかな赤ちゃんの誕生と、その後の子育てにおける育児不安・困難感に伴うトラブル等を未然に防ぐためには、心身ともに安定した状態での妊娠・出産が望ましく、妊娠期の健康だけでなく、出産や育児に関する情報提供などの支援を行っていくことが必要です。

保健センターでは、安全な出産と育児不安の解消を目指し、妊婦対象の母親学級（平日及び働く女性に配慮した土曜日開催）、夫やパートナー（父親）と参加できる両親学級、妊婦が乳幼児にふれながら子育て中の母親と情報交換できるグループ活動などを開催しています。

育児においては、夫やパートナーの役割もさらに重要になっています。夫やパートナーが妊婦の心身の状況を理解し、子どもが生まれる前から父親という新しい役割の準備をしていくことが、妊婦に「夫やパートナーから支えられている」という安心感をもたらすことにつながります。

また、10代の妊娠や高齢出産、妊娠届が22週以降と遅い場合などは、安全な出産を迎える上でリスクが高い傾向があります。区では、安全な出産や健やかな育児が行えるよう、その方の状況に応じた支援を行っています。

妊娠中は、身体的な変化や生活習慣の変化により虫歯や歯周病が発症しやすくなるなど、口の中も影響を受けやすくなります。また、産後は子育てなどにより歯科受診が難しい場合もあります。

妊娠・出産により口内の疾患が重症化することを防ぐため、妊娠安定期の積極的な歯科健診や、産後の継続した歯科受診への支援が必要です。

安全で安心な出産や子育てに臨めるよう、妊婦の心の健康対策も含めて、妊娠期からの支援のより一層の充実が課題です。

（事業計画については、第3章 133 ページ「妊婦健康診査」を参照）

#### シンボル

#### マタニティマーク

妊産婦が身に付けることにより、周囲が妊産婦への配慮を示しやすくするものです。



## 【取組みの方向】

### ◆安心して出産を迎える支援の充実

- ・母親学級・両親学級等で、地域での仲間づくりや、父親が育児に参加・協力することの重要性を伝えていきます。
- ・働く妊婦の方が参加しやすい学級を開催します。
- ・妊婦が赤ちゃんとふれあえる場を充実させていきます。

### ◆特に支援を必要とする妊婦への支援の充実

- ・10代の妊娠、22週以降の遅い妊娠届、多胎妊娠、高齢初出産などへの支援を行っていきます。

### ◆妊産婦の歯と口の健康支援の充実

- ・妊娠中に歯科健診を受けられるように支援を行っていきます。
- ・産婦の歯科疾患予防のために、家庭でできる自己管理の技術支援を充実します。

## 【主な事業】

※「現況」は表示がない限り平成25年度の実績です。

\* <29年度目標>とある場合は、現行の総合計画の最終年度に合わせて、29年度までの目標を記載しています。

・表中の網掛けは子ども・子育て支援事業に該当する事業です。現況の<>にその事業名を記載しています。

事業名	現況*	31年度目標*
<b>◆母親・両親学級等の開催</b> 母親・父親になる人を対象に、安心して出産・子育てに臨めるよう、妊娠、出産、子育てについての理解や知識の習得と仲間づくりを目的として実施しています。	・母親学級(2日制) 11回(延べ285人) ・母親学級(3日制) 45回(延べ740人) ・両親学級 14回(延べ641人) ・マタニティセミナー 4回(延べ66人) (母親学級・両親学級受講者実数1,178人)	継続して実施し、参加者数の増加を図ります。 ・母親学級・両親学級受講者実数 1,300人
<b>◆はじめまして赤ちゃん応援事業</b> 妊婦とおおむね3~4か月児までの子を持つ母親を対象に、心理職等による講話、助産師・保健師による相談、グループで情報交換等を行います。	48回 妊婦 延べ82人 産婦 延べ878人	継続して実施し、参加者数の増加を図ります。 <29年度目標> ・妊婦 延べ120人 ・産婦 延べ950人
<b>◆妊婦への相談支援</b> [ハイリスク妊婦等要支援者への支援の充実] ①妊娠届出書からハイリスク妊婦(10代及び40歳以上の妊娠・22週以降の妊娠届等)を把握し支援を行います。 ②母子健康手帳交付時に妊婦の生活習慣や心の健康状態を把握するための質問票を活用して支援します。	質問票活用による支援 1,408人	継続して実施していきます。
<b>◆妊婦健康診査</b> 妊産婦及び乳児の死亡率低下、流産及び早産の防止並びに子宮内胎児発育遅延等の予防のため、委託医療機関において、妊娠中の健康診断を行います。	<<妊婦健康診査>> ・受診延べ人数 28,079人	・受診延べ人数 33,370人
<b>◆妊婦歯科健康診査</b> 妊娠中に歯科健康診査を実施し、歯科疾患の早期発見・早期治療及び予防を行うことで、産後やその子どもを含めた口腔の健康維持・増進を図ります。	健診受診者数 814人	継続して実施していきます。

## 2 子どもの健やかな成長のために

### ① 乳幼児の健やかな発達支援

#### 【現状と課題】

#### (1) 産後の母親のこころの健康

産後はホルモンバランスの変化などから、マタニティーブルーズ<sup>※19</sup>や産後うつ病を発症することもあり、心の健康支援が一層必要になる時期です。また、これらは育児不安や虐待につながることもあり、子どもの健やかな成長を妨げる原因にもなります。

3～4 か月児健診時に実施している「産後うつの傾向」を判定する質問紙（EPDS<sup>※20</sup>）の結果、来所する母親の約1割に「産後うつ傾向」が認められました。妊娠期に引き続き、出産後早い時期から育児環境を整え、母親が精神的に安定した状態で育児に取り組めるような支援が必要です。

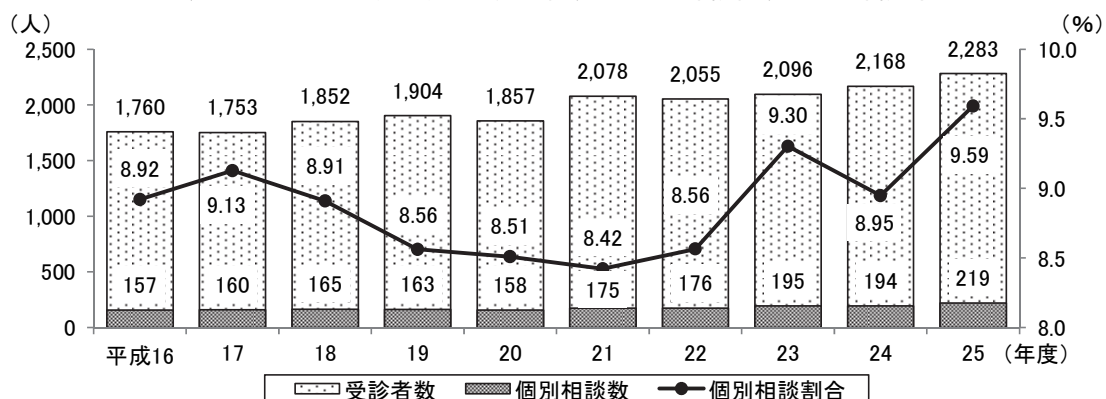


データでみると・・・

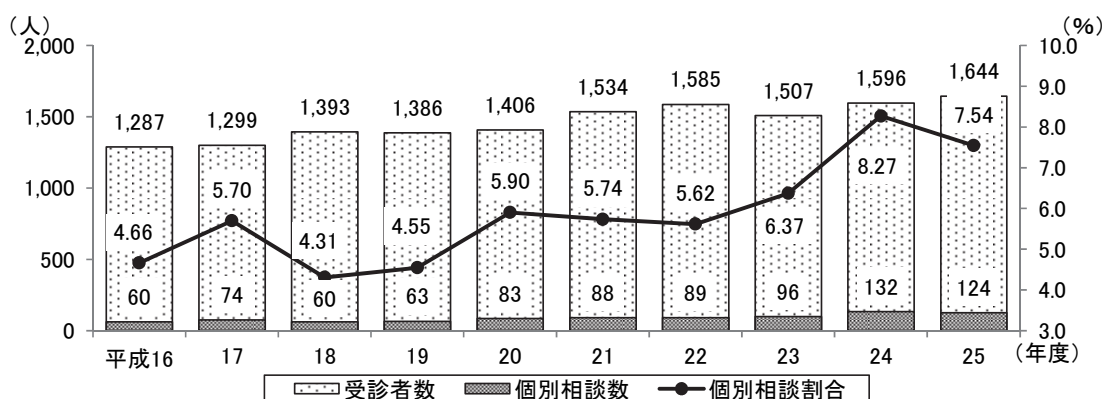
#### 母親のこころの健康支援

3～4 か月児健診、1歳6 か月児健診時に、母親を対象に「産後うつの傾向」を測定する質問紙（EPDS）を用いて、スクリーニングを実施しています。「産後うつ傾向」がみられる母親には保健師が個別相談を行います。3～4 か月児健診に来所する母親の約1割に「産後うつ傾向」が認められます。

図表 II-1 3～4 か月児健診の受診者数及び個別相談件数・個別相談割合



図表 II-2 1歳6 か月児健診の受診者数及び個別相談件数・相談割合



出典：新宿区の保健衛生 各年

※19 マタニティーブルーズ・・・分娩後3～10日頃に発症し、一過性で短期間に改善する気分の低下、不安、涙もろさ、不眠、情緒及び認知の障害のことです。一般的に「マタニティーブルー」ともいいます。

※20 EPDS・・・正式名は「エジンバラ産後うつ病自己評価票(Edinburgh Postnatal Depression Scale)」で、1987年に英国で開発され、国際的に広く普及・定着しているスクリーニング・テストを示します。

## (2) 子どもの成長・発達に応じた健診・相談等の充実

子どもの成長に応じて行っている乳幼児健康診査は、健やかな成長・発達を確認するとともに、子どもの疾病や障害の早期発見・早期治療につながります。また、保護者が抱える育児不安の解消といった子育て支援の場でもあります。

発育・発達に応じた情報提供や、育児不安を軽減するための育児相談等の実施により、すべての子育て家庭が安心して子育てできるように引き続き支援していくことが必要です。

(事業計画については、第3章 134 ページ「乳児家庭全戸訪問事業」を参照)

## (3) 病気や事故防止及び医療に関する情報提供の充実

乳幼児期は、急な発熱や感染症などにかかる頻度が高く、健やかな成長発達には、この時期の適切な健康管理や健康習慣の獲得が不可欠です。また、全国的にみた幼児の死亡の主な原因は「不慮の事故死」となっており、不慮の事故を防止するための取組みも重要です。

乳幼児期にかかりやすい疾病や事故とその予防や対処方法、保護者が必要としている医療機関情報、適切な小児医療機関の利用の仕方などについて、情報や知識を普及することが必要です。



データでみると……

### 子どもの年齢別死亡原因別死亡数（全国）

全国の子どもの死亡原因を年齢階級別にみると、0歳、1～4歳では「先天奇形等」が最も多くなっています。また、1～4歳、5～9歳、10～14歳では「不慮の事故」が上位2位以内に入っているほか、「悪性新生物」が年齢が高くなるにつれ、上位となっています。

図表 II-3 子どもの年齢別死亡原因別死亡数（全国）

年齢	1位		2位		3位	
	死亡原因	死亡数 (割合)	死亡原因	死亡数 (割合)	死亡原因	死亡数 (割合)
0歳	先天奇形等	815 (35.5%)	呼吸障害等	314 (13.7%)	乳幼児突然 死症候群	144 (6.3%)
1-4歳	先天奇形等	180 (20.5%)	不慮の事故	123 (14.0%)	悪性新生物	101 (11.5%)
5-9歳	不慮の事故	103 (20.7%)	悪性新生物	84 (16.9%)	先天奇形等	35 (7.0%)
10-14歳	悪性新生物	111 (21.8%)	不慮の事故	95 (18.7%)	自殺	75 (14.7%)

出典：厚生労働省「平成24年人口動態調査」

## 【取組みの方向】

### ◆母親のこころの健康支援

- ・妊娠期に引き続き、出産後早期から支援が必要な母親に対して、適切なサービスを提供していきます。

### ◆子どもの成長・発達に応じた相談等の充実

- ・乳幼児健康診査や、保護者への相談事業を実施し、疾病や障害を早期発見するとともに、個々に応じたきめ細やかなサービスを提供していきます。

### ◆病気や事故防止及び医療に関する情報提供の充実

- ・子どもの病気や起こりやすい事故の防止及び子どもの医療に関する情報について、講演会の開催などにより、情報提供の充実を図ります。

## 【主な事業】

※「現況」は表示がない限り平成25年度の実績です。

\* <29年度目標>とある場合は、現行の総合計画の最終年度に合わせて、29年度までの目標を記載しています。

・表中の網掛けは子ども・子育て支援事業に該当する事業です。現況の《 》にその事業名を記載しています。

事業名	現況*	31年度目標*
<p><b>◆親と子の相談室</b></p> <p>3～4か月児健診・1歳6か月児歯科健診時に実施している母親対象の心のアンケートや相談において、育児不安やうつ傾向が強い方等を対象に、育児不安の解消及び乳幼児虐待の未然防止・早期発見を図るため、精神科専門医やカウンセラーによる相談を行います。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催回数 12回</li> <li>・相談人数 延べ45人</li> <li>・要支援事例検討件数 338件</li> </ul>	継続して実施していきます。
<p><b>◆子育て世代のストレスマネジメント講習会</b></p> <p>子育ての不安・ストレスなどと上手に付き合えるよう、はじめまして赤ちゃん応援事業(妊婦とおおむね4か月児までの乳児を持つ母親を対象とした事業)において、ストレス対処法について心理職によるミニ講座を行い、同内容のリーフレットを配布します。</p>	<p>子育てなどのストレスと上手に付き合えるよう、はじめまして赤ちゃん応援事業などにおいて、ストレス対処法を学ぶ講習会を開催します。 (平成26年度より実施)</p>	継続して実施していきます。
<p><b>◆オリーブの会(MCG)</b></p> <p><b>MCG: Mother and Child Group</b></p> <p>育児不安や虐待問題を抱える母親のケアをするグループ。専門相談員や保健師によるグループ相談を通して、悩みや問題の軽減を図ります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・開催回数 12回</li> <li>・参加人数 延べ47人</li> </ul>	継続して実施していきます。
<p><b>◆歯から始める子育て支援体制の構築</b></p> <p>子どもと子育て中の保護者の歯科保健を支えるため、区内歯科医療機関従事者や保育士等の子育て支援専門職をデンタルサポーターとして養成します。</p> <p>また、3歳児から6歳児までを対象に、身近な歯科医療機関での歯と口の健康チェックと保健指導、無料のフッ化物歯面塗布事業を行っています。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯と口の健康チェックとフッ化物塗布(実人数)2,993人</li> <li>・デンタルサポーター研修会(子育て支援専門職対象)1回 43名</li> </ul>	継続して実施し、むし歯の減少を図ります。
<p><b>◆乳幼児健康診査</b></p> <p>乳幼児の健やかな成長発達を促し、問題の早期発見・対応を行うため、乳幼児健康診査(3～4か月児・6か月児・9か月児・1歳6か月児・3歳児)、乳幼児歯科健康診査、栄養相談、心理相談などの母子保健サービスを継続的にを行います。</p>	<p>※順番に「対象者数」「受診者数」「受診率」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・3～4か月児健診 2,449人 2,283人 93.2%</li> <li>・6か月児健診 2,449人 2,054人 83.9%</li> <li>・9か月児健診 2,449人 1,922人 78.5%</li> <li>・1歳6か月児健診 2,199人 1,769人 80.4%</li> <li>・3歳児健診 2,076人 1,787人 86.1%</li> </ul>	受診率の維持を図ります。
<p><b>◆すくすく赤ちゃん訪問</b></p> <p>0か月～生後4か月までの乳児を対象に助産師、保健師、看護師が訪問して、乳児の発育・栄養・生活環境・疾病予防等育児に必要な事項について指導します。</p> <p>また、産婦の体調管理や子育てに関する情報提供及び相談を行い、育児不安の解消や必要に応じて適切なサービスにつなげます。</p>	<p>《乳児家庭全戸訪問事業》</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・年間利用人数 2,230人</li> </ul>	・年間利用人数 2,543人

事業名	現況*	31年度目標*
<p>◆すこやか子ども発達相談</p> <p>多動や自閉傾向など発達上の心配がある乳幼児に対して、専門医による健康相談を実施し、病気の早期発見や療育の相談を行います。</p>	<p>・6回 延べ10人</p>	<p>継続して実施していきます。</p>
<p>◆育児相談・育児グループ・育児講演会</p> <p>乳幼児の心や身体の健康、発育、育児、栄養、歯科のことについて個別相談を実施します。また、双子を持つ保護者の集いや保護者同士の交流及び情報交換の場として実施します。さらに、子育てに関する知識の普及啓発のため講演会を開催します。</p>	<p>・育児相談 85回(延べ970人) (うち保健センター開催 46回 671人) ・育児グループ 46回(延べ444人) ・育児講演会 8回(延べ136人)</p>	<p>&lt;29年度目標&gt; 育児相談参加者数 保健センター開催 900人</p>
<p>◆家庭における乳幼児事故防止対策</p> <p>乳幼児の不慮の事故を防ぐため、事故防止に関する講演会の開催及び母子保健事業実施時に事故防止の普及啓発を行います。</p>	<p>・乳幼児事故防止講演会 3回開催(延べ82人) ・離乳講習会時啓発 40回開催(延べ1,040人) ・事故予防のリーフレット配布 延べ2,329人</p>	<p>継続して実施していきます。</p>
<p>◆子どもに関する医療情報の提供</p> <p>家庭において安心して子どもの健康を守るよう、子どもによくある症状や病気の対処方法や医療機関情報などについて情報提供をするとともに、学習の機会を設けます。</p>	<p>・子どもの医療情報ハンドブックの作成、配布 2,600人</p>	<p>継続して実施していきます。</p>



乳幼児健康診査



乳幼児健康診査



## 子どもの健やかな成長のために

### ② 学童期から思春期までの健康づくり

#### 【現状と課題】

#### (1) こころの健康

学童期はもちろんのこと、特に思春期（おおむね中学生～18歳までの時期）は、身体の著しい発達に比べ、精神的・社会的に未熟であり、様々な心の問題が生じやすい時期といえます。身体と同様に、学童期や思春期の心の健康が、本人自身の問題にとどまらず、将来、次世代を生み育てる親になったときの子育て観にも影響を及ぼすと言われています。

また、依然として心身症や不登校、ひきこもりをはじめとした心の問題が深刻となっています。

区の調査によると、「悩んだり困ったりした時に、気軽に相談できる相談相手」として、中学生では学校の友達や先輩が73.3%、次いで母親が50.8%であり、青少年では学校の友達や先輩が62.4%、次いで母親が61.3%と、いずれも身近な友人や家族であることがわかりました。

このことから、子ども自身はもちろん、家族や周囲が子どもの心や体に起こる急激な変化を十分理解する必要があります。子どもが発するSOSのサインに早い段階で気づき対処できるよう、正しい知識や適切な対応についての普及啓発を広く行うとともに、見守り支援する取組みが重要です。

#### (2) 健やかな体づくりの推進

学童期から思春期にかけては、基礎的な体力や健康習慣が確立されるなど、生涯を通しての健康の礎となる重要な時期であり、健やかな体づくりが欠かせません。しかしながら、日常生活や遊びの中で体を動かす機会が減少していることなどから、子どもたちの体力の低下が懸念されています。

区立小中学校で実施する体力テストの結果は全体的に向上しつつあるものの、中学生では多くの種目で全国平均を下回るなどの課題が見られます。また、子どもたち全体の体力の低下とともに、運動する子どもとしない子どもの二極化傾向も指摘されています。

また、不規則な食習慣や過剰なダイエットなど、子どもの食生活に関する問題も指摘されています。

今後も、家庭・地域・学校が連携し、基礎体力の向上、生活習慣改善や心の健康保持の取組みを充実させ、子どもの心と体の健やかな成長を図る必要があります。

### (3) 喫煙・飲酒・薬物問題や感染症予防の推進

10代の望まぬ妊娠・中絶や、若年者のHIV感染症を含む性感染症が依然として問題となっています。思春期の性感染症予防や妊娠・避妊等の性に関する正しい知識の普及啓発教育を積極的に行うことが必要です。

さらに近年は、危険ドラッグを使用した若者の死亡を含む健康被害や異常行動を起こす事例が発生しており、若年層の健康や生活を崩壊させるなど、社会的に大きな問題となっています。このため、薬物の危険性の正しい知識の普及・啓発を、保護者も含めて積極的に行うことが必要です。

性感染症や薬物・アルコール等の問題については、学校教育だけでなく、家庭や保健分野などが相互に連携・協力して取り組んでいくことが必要です。

#### 【取組みの方向】

##### ◆こころの健康支援

- ・学童期・思春期を対象に、心と体に起こる急激な変化や、それに伴う不安や悩みへの対処方法について、情報提供していきます。また、平成26年2月に四谷保健センター内に設置した「女性の健康支援センター」においても、思春期からの女性の心と体の健康づくりを支援していきます。

##### ◆体力づくりと生活習慣病予防推進

- ・区立学校における体育の授業や部活動の指導を強化できるよう、学生ボランティア、スクールスタッフ<sup>※21</sup>、公益財団法人新宿未来創造財団の人材バンク登録者や区内体育協会の指導者等を活用します。また、区立学校では、引き続き「スポーツギネス新宿」<sup>※22</sup>に取り組み、運動の日常化と体力の向上を図ります。さらに、生活習慣改善の取組みと連携した効果的な基礎体力づくりの推進や、体力テストを全区立学校・幼稚園が実施するなど、体力向上に取り組みます。
- ・子どもたちに適切な食生活や運動の習慣を身につけさせるため、区立学校において予防健診を実施し、小児生活習慣病を早期に発見し、栄養指導・運動指導等の対策を講じます。

##### ◆たばこ・薬物・アルコール問題・性感染症予防の推進

- ・健康教育の充実を図り、発達段階に応じて喫煙・飲酒・薬物乱用や感染症と、健康との関連について具体的に指導し、自らの健康を適切に管理し、改善していく思考力・判断力などの資質や能力を育成していきます。
- ・小・中・高校生を対象として、保健センターと関係団体等が連携しながら、性感染症予防、たばこ、危険ドラッグ等の薬物、アルコール問題や、生命の大切さについての啓発を進めていきます。

※21 スクールスタッフ・・・地域の人材等を活用し、学校長の管理下で教育ボランティア活動(図書館、部活動指導等)に従事します。

※22 スポーツギネス新宿・・・様々な運動の経験と記録向上への挑戦を通して、運動の楽しさを味わわせ、運動の日常化と体力の向上を図る区の取組みです。



### 【主な事業】

※「現況」は表示がない限り平成25年度の実績です。

\* <29年度目標>とある場合は、現行の総合計画の最終年度に合わせて、29年度までの目標を記載しています。

事業名	現況*	31年度目標*
<p><b>◆思春期保健出張健康教育</b> 学校や施設からの要望に応じ、保健所や保健センターの専門職が、たばこ・薬物・アルコール問題・性感染症予防・命の大切さなど、学齢期・思春期の保健情報の提供や出張健康教育を実施します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・命の大切さについては小学校高学年、性感染症予防については中学3年生を対象に、出張健康教育を希望校に対して実施しています。</li> </ul>	<p>引続き、学校や施設からの要望に応じ、保健所や保健センターの専門職が、たばこ・薬物・アルコール問題・性感染症予防・命の大切さなど、学齢期・思春期の保健情報の提供や出張健康教育を実施します。</p>
<p><b>◆10代のこころの健康に関する普及啓発事業</b> 思春期に心の不調が長引くと、不登校やひきこもり、心の病気につながる場合があります。周囲が早い段階で気づき適切な支援につなぐために、また、悩んでいる本人が周囲にSOSを発することができるよう、普及啓発の強化を図っています。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・10代向けの普及啓発パンフレット「気づいて！こころのSOS」を平成25年度に作成し、同年から区立中学校の1年生全員に、また、その保護者にはリーフレットを配布しています。</li> </ul>	<p>教育委員会と連携し、継続して実施していきます。</p>
<p><b>◆学校での基礎体力向上への取り組み</b> 区立学校における体育の授業や部活動の指導を強化できるよう、学生ボランティア、スクールスタッフ、区内体育協会の指導者等の人材バンク登録者を活用します。また、区立学校では、「スポーツギネス新宿」を実施するとともに、体力テストを区立学校・幼稚園で行うなど、子どもの基礎体力向上に取り組みます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全小学校で「スポーツギネス新宿」実施</li> <li>・全小中学校・幼稚園で体力テスト実施(全学年)</li> <li>・「新宿区幼児期運動促進のすすめ」の実施</li> <li>・夏季集中研修において、異校種の合同研修会の実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全小中学校で「スポーツギネス新宿」実施</li> <li>・全小中学校・幼稚園で体力テスト実施(全学年)</li> <li>・「新宿区幼児期運動促進のすすめ」の実施</li> <li>・夏季集中研修において、異校種の合同研修会の実施</li> </ul>
<p><b>◆小児生活習慣病予防健診</b> 子どもたちに適切な食生活や運動の習慣を身につけさせるため、区立学校において予防健診を実施し、小児生活習慣病を早期に発見し、栄養指導・運動指導等の対策を講じます。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受診者数 小学4～6年生 203人 中学1～3年生 67人</li> </ul>	<p>継続して実施していきます。</p>
<p><b>◆セーフティ教室や薬物乱用防止教室の実施</b> 警察や薬剤師などの専門家を外部講師としたセーフティ教室や薬物乱用防止教室を実施します。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・警察や薬剤師等の専門家を外部講師としたセーフティ教室や薬物乱用防止教室の実施(全小中学校)</li> </ul>	<p>継続して実施していきます。</p>

