

協働コース実績報告書

2024 年 4 月 3 日

(あて先) 鎌倉市長

住所 [REDACTED]

団体名 mama care 湘南

役職・代表者氏名 代表・安藤瑞季

次のとおり、協働コースの実施状況・実施結果について報告します。
なお、担当者連絡先を除き公開を承諾します。

事業名	産前産後女性の健康サポート事業	
実施期間	2023 年 4 月 1 日 ～ 2024 年 3 月 31 日	
総事業費	360,191 円	
対象となる経費	360,191 円	
市負担金額	360,000 円	
担当者連絡先	氏名	[REDACTED]
	電話番号	[REDACTED]
	E メール	[REDACTED]

- 【添付書類】 提出に当たっては、次の書類を添付してください。
(□にチェックをお願いします)
- ☒ 協働コース事業報告書(第 18 号様式)
 - ☒ 収支決算書(第 12 号様式)
 - ☐ その他市長が必要と認める書類

第 18 号様式（第 27 条）

協働コース事業報告書

事業名	産前産後女性の健康サポート事業		
市担当課	市民健康課		
団体名	mama care 湘南		
事業実施期間	2023 年 4 月 1 日～ 2024 年 3 月 31 日		
事業費	360,191 円	負担金額	360,000 円
事業目的	人生におけるライフイベントである妊娠期から、子育てに前向きに取り組むことができるよう、女性の身体の変化を切り口に切れ目のない支援を行うこと。 【達成できた点】 リーフレットを作成した。 育児動作やストレッチ・エクササイズに関する動画を作成した。リーフレット内の QR コードをスマートフォンで読み込み、動画を閲覧できるようにした。 【達成できなかった点】 健診事業や子育て関連施設等での配布。		
事業の成果目標 ※できる限り数値目標も記載	①鎌倉市内の全妊婦へ、母子健康手帳交付時に作成したリーフレットを配布 ②相談窓口や子育て支援センター・母子に関する各支援事業にて作成したリーフレットを配布 ③ホームページに電子データ(動画)を掲載 【実績】 ①現在配付中（令和 6 年 2 月～） ②調整中 ③掲載中（令和 6 年 1 月～）		
事業概要	鎌倉市内全体の妊産婦へ正しい産前産後の知識が得られるようなリーフレットを作成する。（妊娠・出産による体の変化・育児動作の方法・安全に行えるストレッチやエクササイズ等） また、育児動作や運動・ストレッチに関しては動画も製作し、鎌倉市のホームページに掲載し、閲覧できるようにする。		
事業実施の実績	mama care 湘南の方で、リーフレットに掲載すべき内容を抽出。妊産婦に知っておいてほしい基礎知識や安全に行えるストレッチやエクササイズ、また育児動作のコツなどを掲載した。必要に応じて写真やイラストを添付。イラストはイラストレーターへと依頼した。 市民健康課と連携し、掲載内容を選定したのち、デザイナーに依頼。校正を重ねて完成に至った。また、書面だけではわかりづらい動作については動画を撮影した。動画は鎌倉市ホームページに掲載し、リーフレット内にある QR コードをスマートフォン等で読み込むと閲覧できるようにした。		
協働で進めていきたい理由	令和 4 年度より、鎌倉市市民健康課からの委託として妊婦向け講座を開催しているが、多くの妊婦女性やそのパートナーに産前産後の身体の変化やケアの仕方を周知することができたと実感している。 しかし講座開催は、あくまで講座に参加した方にしか情報が行き渡らない。鎌倉市の現状に合わせた情報の提供をするためには、鎌倉市と協働することが有効であるため。		

協働の成果・効果	【協働の成果目標】 鎌倉市内全体の妊産婦へ正しい産前産後の知識が得られる機会を提供する。また、理学療法士という医療従事者による産前産後ケアがあることを周知させることによって、妊娠中～産後に身体的トラブルを抱えた際に相談できる窓口があるという安心感を与える。 【達成できた点】 市民健康課との対話を通じて、現状を把握した上で女性たちに産前産後に知っておいてほしい体の具体的な変化や、それに伴うストレッチ・エクササイズ方法、体を労わる育児動作の方法などを冊子にまとめることができた。 リーフレットが手に届いた際には、それをみながら、自身の現状をまずは知り、必要なストレッチやエクササイズを行うことで、健やかな妊娠期～産後を過ごして欲しそして、相談できる窓口があることを認知してもらい、トラブルが生じた際には適宜相談できるきっかけになったと考える。また、本ツールを利用し、パートナーやその他ご家族にも共有してもらい、妊産婦の状況について知識を増やしていただくことで、さらに女性の身体の変化に心を寄せられたり、一緒に育児動作のコツを習得してもらえたと考える。 【達成できなかった点】 健診事業や子育て関連施設等での配布。
相互評価 ※上手くいったこと、 問題点・課題など	【事業実施前】 ○市 本事業を進めるにあたり、事前にスケジュールを確認したことで、見通しを共有し事業進行する準備ができた。 ○団体 こまめに連絡を取り合えることで安心感があり、スムーズに準備を行っている。 【事業実施中】 ○市 リーフレットの内容に関する校正に時間を要したため、スケジュール通りに進めることができなかった。また、動画のQRコードの読み取りに不具合が生じたが、早急に対応していただき、結果的により妊婦にとって有意義な情報を含んだリーフレットを納品していただいた。 ○団体 市内で配布するリーフレットということで、慎重に校正を行う必要があるため、予定の校正回数が多くなり時間を要してしまった。 【事業終了時】 ○市 リーフレットについては、令和6年2月から母子健康手帳交付時に配付している。動画についても、鎌倉市公式YouTube、ホームページへ掲載し、LINEでの周知も行うことで広く市民の目に触れる機会を増やすことができた。これから妊産婦になる方やその周りの方などへも継続した情報提供ができるツールを得ることは、今回の事業の大きな成果であると感じている。 ○団体 完成したリーフレット内の一部QRコードが読みこめない問題が生じた。QRコードのみ印刷し直し、上から貼ることで対応した。

今後の展望	女性は、妊娠・出産により、身体も心も、日常も大きく変化するものである。その変化を理解し、上手に対応していくこと、また困った時に適切に対応策を求めることは、健康を守る上で重要なことであり、またその後の子育てにも良い影響をもたらすのではないかと考える。そのためには、正しい知識や育児におけるスキルを身につける機会が必要であると感じる。今後は妊産婦や、そのパートナーに向けた講座活動を継続的に行いたい。今回のリーフレットの内容をもとに講座を展開し、育児動作のレクチャーや、産前産後に必要なストレッチやエクササイズを参加者みんなで行えると、運動機会やコミュニケーションの場としても有効活用していただけるのではないかと考えている。
--------------	---

第 12 号様式（第 16 条、第 27 条）

団体名 mama care 湘南

収支決算書

科 目	金 額	備 考
I 収入の部		
助成金	¥360,000	
端数補填（事業者負担金）	¥191	
収入合計	¥360,191	
II 支出の部		
・印刷製本費	¥39,518	2,000 部
・冊子デザイン・データ	¥107,000	表紙 6,000 円＋イラスト 20,000 円＋デザイン費 81,000 円
・動画撮影機材	¥18,988	スピーカー 2990 円＋ライトスタンド 8999 円＋マイク 6999 円
・撮影人件費	¥26,768	3,000 円×6 名＋昼食 8,768 円
・交通費	¥5,448	
・動画編集作業費用	¥95,000	
・施設利用料	¥7,205	
・校正・編集人件費	¥40,000	
・通信費	¥20,000	
・雑費	¥264	
支出合計	¥360,191	