



第16回講演会

～あなたらしい妊娠・出産・育児を目指して～

「赤ちゃんのスキンケアと沐浴」

公益社団法人東京都助産師会江東地区分会

開催日時:2018/7/1(日)

14:00～16:00

会場:江東区文化センター
第3. 4. 5研修室

参加者:妊婦 14 人
パートナー12 人

1、はじめに

公益社団法人東京都助産師会江東区地区分会では年に一度、地域の妊産婦さんを対象に講演会を開催し、今年で16回目となりました。江東区や江東区社会福祉協議会の後援をいただきながら、「あなたらしい妊娠・出産・育児を目指して」講演会を継続しています。

2、「赤ちゃんのスキンケアと沐浴」講演に至った経緯

このテーマのきっかけは、新生児訪問でした。生後 2～3 か月頃の赤ちゃんを、どのように内風呂に入れたら良いのか分からず、沐浴し続けている母親が多い事に驚きました。また、この時期は乳児湿疹に対しての質問がほとんどの母親から聞かれます。沐浴の方法も時代と共に変化し、新生児期からのスキンケアが注目されています。最近では、泡で洗い、シャワーでしっかりと流す方法に変わっています。そして、乾燥肌対策のスキンケアを新生児期から始め継続することが、アトピー性皮膚炎や様々な皮膚トラブルの予防にもつながるのではないかと考えられています。この講演会を通し、助産師自身も最新情報とケアの方法について学び、沐浴から内風呂への提案を多くの母親に伝えていくことができるのではないかと考え、今回のテーマとなりました。



【沐浴体験会場】

3、赤ちゃんのスキンケアについて

葛飾赤十字産院勤務の三橋ひとみ氏(皮膚・排泄ケア認定看護師)から皮膚の構造や、スキンケアで大切な「清潔」と「保湿」について講演をしていただきました。スキンケアの知識に加えて、「洗浄剤はよく泡を立てて洗う」「ゴシゴシ洗わず、手と泡で洗う」「シャワーでしっかりと洗い流す」等お話がありました。加えて、保湿剤の使い方や季節に応じたお手入れ方法、起こりやすいスキントラブルと対処方法も、細かく丁寧に教えていただきました。「わかりやすい内容だった」と、参加者の方から感想を頂きました。助産師も一緒に受講することで、参加者の方々との共通認識ができました。



【三橋ひとみ氏の講演】

4、沐浴体験＆「赤ちゃんと一緒に風呂に入ろう」



妊婦 14 名、パートナー 12 名計 26 名を 4 グループに分け、人形を用いて沐浴体験を行いました。男性の立場で産後のイメージが持てるよう、体験は男性が行うようにしました。空き時間を利用して、沐浴槽のタイプ別ポスターを見てもらったり、保湿剤(4 種類)を試したり、産後についてのお話をしたりと、助産師との交流を図りました。会場には、メンバーの紹介及び活動内容のポスターも掲示し、地域助産師を知っていただく機会にもなりました。アンケートに、「助産師さんの話を聞くことが出来て、良かった」「助産師さんが優しく話しかけてくれ、気軽に質問できてよかった」という声も聞け、私達の意向が伝わり、嬉しく思いました。



次に、当初の目的である「赤ちゃんと一緒に風呂に入ろう」風呂へ移行する方法をお話しました。風呂の入れ方・入浴の際の工夫や、子供の性格に応じた方法について説明しました。「内風呂まで教えてもらえると思っていなかったのので、助かりました」というご意見を頂き、生活に密着した地域助産師だからその着目が出来、開催して良かったと実感しました。

5、アンケートの声から



全体的評価の結果(5 段階評価)、「よい・とても良い」に○をつけた方が 100%で、全員の方に高評価をいただきました。参加者の方が講演会中に体調を崩す方もなく、無事に開催出来て良かったです。今後も、新しい情報を正しく発信しながら、地域に根ざした活動が出来るよう、精進していきたいと思ひます。

松本富美子 安藤京子
菅家亜由子 湯浅佳澄

