

ママと赤ちゃんのお昼寝処

「滋賀で産みたい！育てたい！」というまちづくり

さつき助産院。YUMEMURA

代表 西村さつき



県民の健康づくりにつながるニーズ

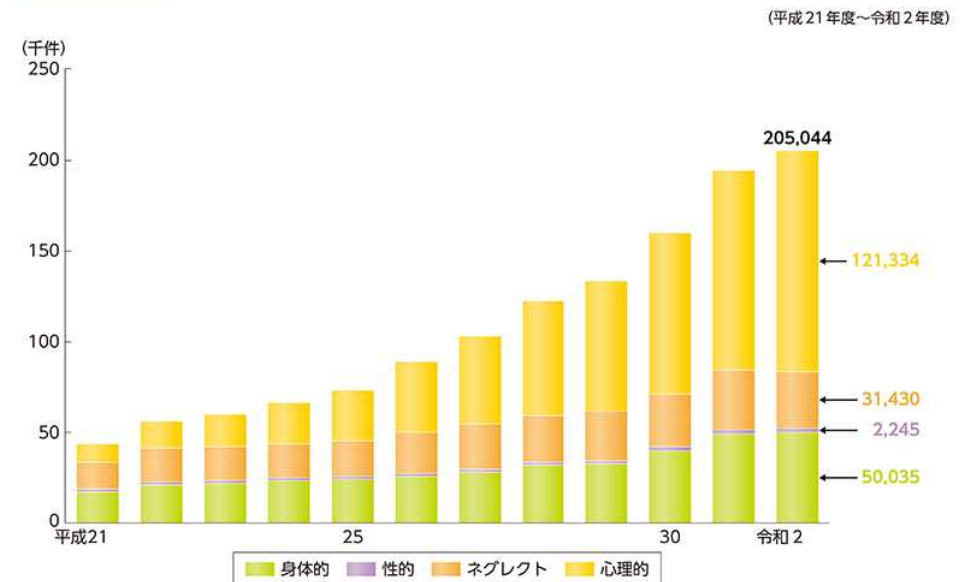


(事業目的)

産後鬱による母親の自殺や虐待を予防する



7-3-3-4 図 児童虐待の内容別相談対応件数の推移



YUMEMURAでの過ごししかた 9:30~14:30



開催回数 利用者数 (R4.8~R5.2)



対象

0-11か月の赤ちゃんとその母親

開催回数 35日間



延べ利用者数

75人のママと赤ちゃん (うち双胎 3組)

利用者の声



・休憩したいと思っけていても、子どもから離れられなかった私。
でもここではまずスタッフさんとお話をして、子どもたちが慣れてきた頃合いに、二階へ行く。
子どもとスタッフさんの声が聞こえる中、安心して初めて離れることができた。

・夫との関係について相談することができた。
妊娠で体も心も大きく変化する私と変化しない夫とでは差ができるのは当然！
とアドバイスもらった時「確かに！」と思えたし、頑張っている夫にも気が付くことができた。

・この子を抱っこして飛び込もうと思ったことが何度かあった。
辛かった。でもここでスタッフさんが「頑張ってるで！それで大丈夫や！」
と何度も認めてくれたことが、その気持ちにブレーキかけることができたと思う。

・要介護の父を1回/月に病院へ連れていくのだが、赤ちゃんを見てもらえて安心して行けた。

・母親になっても、ありのままの自分を認めてくれる場所
それがYUMEMURA。特に産後は鬱鬱しくなるので、ゆっくり話を聞いてもらい心が安らぐ

滋賀らしい健康マンダラシート



野菜	減塩	食育	BIWA-TEKU	ビワイチ	ご当地体操	健診受診	ウェアラブル 端末/アプリ	見える化
朝食	食	美味しさ	地域 プロスポーツ	運動	ご当地 マラソン 大会	医療資源の 充実	セルフケア	禁煙支援 ・防煙教育
滋賀めし	発酵	地産地消	気軽に運動 できる環境	習慣化	eスポーツ	レジリエンス を鍛える	PHR	未病対策
CO ₂ ネットゼロ	MLGs	びわ湖の日	食	運動	セルフケア	睡眠	メンタル ヘルス	WLB
クアオルト	自然環境	やまの健康	自然環境	滋賀 らしい 健康	ココロ	笑い	ココロ	ヨガ・ ストレッチ
生物多様性	エコツーリズム (びわたび)	農業遺産	県民性・ 伝統文化	つながり	生きがい	芸術鑑賞	旅行	自分時間
三方よし	住民自治	共生社会	居場所 づくり	ソーシャル キャピタル	SNS	ボランティア	生涯学習	多様な 働き方
伝統工芸 地場産業	県民性・ 伝統文化	利他の ココロ	サード プレイス	つながり	コーディネーター	趣味・特技	生きがい	美しさ
祭り	アール・ ブリュット	ソーシャル ビジネス	ゆるやかな つながり	交流人口 関係人口	移動手段	社会貢献	収入が あること	ウィッシュ リスト

補助終了後の活動



ママのお昼寝

おやこでランチ

ゆっくりごはんが食べたい
寝たい
赤ちゃんを見て欲しい
話をしたい

YUMEMURA
カフェ

赤ちゃんのお預かり

団体と連携



- 浮田クリニック
- 坂田工務店

- 管理栄養士のお弁当屋さん～PARAMI～

～YUMEMURAの強み～
たくさんママ