

TOKYO サンバ通信

2025年4月1日発行 通巻84号

品川港地区分会のプレパパ講座の総括

品川港地区分会 東京都助産師会理事 新野由子

2024年12月14日(土) 午後5時品川港地区分会で、プレパパ講座を実施しました。参加者はプレパパ11名、付き添いのプレママは9名。参加者の居住地域は品川区、港区、世田谷区、練馬区、江東区で、パパ11名の年齢層は…30代6名、40代3名、20代1名、記載なし1名。全員が初めての妊娠、出産を迎えるパパでした。

講座は助産師6名で担当し、内容は下記の通りで、2時間の濃厚なプログラムです。

1. 講義…①ママの身体のこと(妊娠・出産・産後)、②パパができるママケア・ベビーカー。③パパ同士のグルーワーク(家事の分担、男性脳・女性脳、直接育児・間接育児、コミュニケーションの重要性等を含む)④沐浴についての説明

2. 実技…沐浴体験

講座を終えてのアンケート結果概要は、①講座に関する満足度…大変満足6名、まあまあ満足5名。②地域の助産師を今後の相談役の1つとして活用しようと思われませんか…まあまあ思う5名、とても思う4名、どちらとも言えない1名、記載なし1名という回答でした。概ね参加者には満足していただいたことに、安堵しています。



プレパパ講座を通して、今後日本社会において、母子保健領域にどのような変化が起るだろうかという事を考えたいと思います。性的役割分担が残っている日本において、女性の社会進出が進んでいるにも関わらず、「家事育児は女性の仕事」と言われてきて久しいです。しかし、近年夫の産休や育児取得が推奨され、核家族化の中で夫婦が協力しながら、仕事や子育てを行わないと社会生活が成り立たなくなってきました。初産婦の働け割合が77.4%(1)と増え、里帰り分娩はほぼ期待できない東京在住の夫婦にとって、妊娠、出産、育児を共に協力する必要があります。そのため、従来から行われていた両親学級概念から一歩踏み込んだ、「頼れるパパ」になっていただく事を目指す必要があると考えました。今回のプレパパ講座で意識して伝えたメッセージは、パパが妊娠、出産、育児、家事等に対して、単にママの手伝いとしてではなく、自らが積極的に関わるために知識や技術を得て、ママをサポートすることが必要であるという事です。妊娠中から将来の「赤ちゃんがいる生活」をイメージし、夫婦で話し合うことで父親母親意識が醸成されていく事が期待され、そのためにはコミュニケーションが重要な鍵となります。実際、今回参加されたパパたちは、それぞれに意欲的に知識や技術を修得しようとしていました。今後とも、妊娠、出産、育児を通して、カップルが一緒に笑って成長できるよう(2)、我々助産師も側面サポートに努めたいと思います。そして、その事が、夫婦と子どもが幸せで、ひいては成熟した日本社会を創造することにつながることを期待しています。

【資料】

(1) 国立社会保障・人口問題研究所「第16回出生動向基本調査(夫婦調査)」(2021年)

(2) 木下ゆーき氏(子育てインフルエンス)の「おむつ替え」

練馬区パパデイケアを開催して

練馬助産師会 岸本希美（あおい助産所）



練馬区では、助産師3名がそれぞれ1回ずつ計3回のパパデイケアを実施しました。

内容はそれぞれの助産師の強みを活かしたミニレクチャーを企画し、複数回参加しても飽きがないように工夫しました。ミニレクチャーの内容は、1回目「パパと発達遊び」2回目「はじめての性教育～おちんちん・おまたのケア～」3回目「乳幼児のいる家庭での防災対策」についてです。

当初は、以前の東京都助産師会開催のパパ教室（妊娠中）に参加された方対象に広報しましたが、申し込みが数件しか無かったため、地域の保健センターで対象になる方に声をかけたり、SNSで広報を行い、集客を行いました。

その結果、それぞれ3組の定員で、計10組が参加されました。その中には、パパと赤ちゃんでお出かけするのははじめてという方も多くいました。

私は2回目を担当し、絵本や手遊び歌、ミニレクチャー、手形足形作成、育児相談を実施しました。2時間という時間で設定していましたが、パパ同士なかなか会話が弾まず、私自身もパパだけという場でファシリテーターを行った経験が無かったため、うまく会話を誘導することができず時間が長く感じてしまいました。

フリータイム以外の時間は、とても楽しく興味を持って参加される姿があり、ミニレクチャーでは活発に質問も見られました。フリータイムの育児相談や、パパ同士の交流をどのように促していくか、会話を引き出していくかが今後の課題です。

また、4ヶ月の赤ちゃんが、はじめてのパパとのお出かけで、場所見知りもあり、ほとんど泣いて過ごしていました。そのため、声掛けをしたり、こんな時どうしているか周りのパパに意見を貰ったりしました。しかし、アンケートでは申し訳なく思ったと回答があり、せっかく勇気を持って来てくれたパパにそのような気持ちを抱かせてしまったのは悔しいなと感じます。これを機に積極的にパパと赤ちゃんのお出かけをしてもらいたいと思っていたので、申し訳なく思わせられないような声掛けを工夫する必要があったなと思います。

ママ同士の交流と違い、フリータイムでは、育休中から仕事復帰後の生活の変化、どのように仕事を調整しているかで話が弾んでおり、パパ特有の悩みや意見を聞いたのは勉強になりました。ママ同士だと、生活リズムや授乳のこと、寝かしつけなどで盛り上がる人が多いと感じますが、そのあたりの話を振ってもあまり盛り上がりず終わってしまい、ママとパパでは視点が違うのだなと改めて感じました。アンケートでは、「家事の分担や子どもの貯金、保険の話をほか参加者としたかった」といった意見もありました。

その他参加者の感想では、「なかなかママ1人で過ごす時間を取れない中、良い機会になった。」「子どもについて改めて考える機会になった。」「遊び方を教えてもらえてよかった。」「性教育という題材はなかなか触れる機会がないため、学べて良かった。」「他のパパと情報交換できて良かった。」などポジティブな感想が多く、パパデイケアに参加したことで、パパと赤ちゃんのお出かけに少しでも自信が持てたのでは無いかと嬉しく思います。

パパの育休取得の増加、育休を取得していなくても積極的に育児に参加するパパが増えているというのを、地域で活動していると肌身にとっても良く感じます。今回パパデイケアの担当をさせてもらった事で、パパへの働きかけの仕方、工夫が必要な事が学べました。

また、もっとパパが積極的に、気兼ねなく参加できるイベントや、広場などを増やしていく必要性を感じます。

今回、私がパパデイケアを開催した施設は、上石神井駅徒歩1分の場所に新しくできた広場（コモリビング ototoilo）です。親子広場の日、老若男女誰でも利用できる日、子ども食堂も行っています。上石神井は練馬区の端で、子育て広場も遠いためになかなか親子の行き場所が無かったのですが、この新しい広場が上石神井周辺の親子の居場所になったら嬉しいなと思います。また、その広場の2階を借り、産後デイケア施設をスタートさせました。施設を持つことは上手くいくか分らず、不安は大きいですが、地域の助産師として親子を支える役割を担っていきたいと思っています。



親子で学ぶ性教育

牧野好恵 代田佳恵

いいお産の日イベント企画として「親子で学ぶ性教育講座」を助産師 W よしえコンビで開催しました。年齢に合わせて体のことを科学的に伝えていくことで、興味関心を持ち、自分の体を大切に思う心を育ていけるよう、年齢に合わせて2つの講座を用意しました。

午前の部「つながるいのちの話」代田佳恵が担当。年長さんから小学校低学年の親子3組、子ども6人大人3人が参加してくださいました。体の仕組みや性器の清潔、いいタッチ、悪いタッチ、はてなタッチ、安心できる境界線などの話をし

ました。赤ちゃんのおなかの中での育ちや、生まれてくる話も真剣なまなざしで聞いてくれていました。新生児と同じ重さの人形を上手に愛おしく優しく抱っこしてくれて、親御さんも「何グラムで生まれたよ」とお子さんに話していました。最後は性教育に関するたくさんの絵本や書籍を手に取りながら、質問など受けました。大切な話だけど、どう話しているのかわからなかったが、今後は絵本など活用していきたいと感想をいただきました。

午後の部「思春期の体 LABO」牧野好恵が担当。小3～高学年の親子3組6人の参加です。「研究員になったつもりで」と実験がたくさん！参加型のスタイルでやり取りしながら次第に緊張も解け、体のパズルやワークを楽しみました。フェルト教材を使って「性器の洗い方できてるかな？」という質問に、お子さんがポイントを教えてくれる場面もありました。

月経や射精のおこる仕組みをさまざまな模型やグッズを使いわかりやすく解説し、ワークシートなどもあり一方的に話を聞かだけでなく、考えたり、手を動かしたりして体のことを楽しく学びました。わからないことがあると親御さんに聞いていましたが、親子で「なんだろうね」と考える場面もあり、親御さんも様々な学びがあったようです。実験を交えたワークで科学的に学ぶ、学校での授業では体験しづらい内容をお届けできる少人数ならではの親子講座となりました。

「親子で学ぶ性教育講座」が、日常生活の中で自然に話題にできること、家庭でも前向きに安心して体のこと性のこと話し合えるきっかけ作りの一歩となれたら、嬉しいです。

私たちは、東京都助産師会「生・性を語るエデュケーター」です。研修を重ね、包括的性教育をしています。幼稚園・保育園、小・中学、高校、専門学校、大学等の学校関係や企業、ママ友グループ、保健関係者からの依頼を受けて、それぞれ活動しています。様々な形で性教育を年代に合わせて行います。どんな形でも対応させていただきます。[東京都助産師会ホームページ](#)からご相談・ご依頼ください。



災害対策委員会、12年の歩み

災害対策委員長 名嘉眞あけみ

今回は東京都助産師会発足から12年の経過を振り返ってみたいと思います。

平成21年11月に日本助産師会東京都支部から一般社団法人東京都助産師会として歩み始めてまだ年月も浅い平成23年3月に東日本大震災が発生しました。宗祥子副代表理事（現代表理事）の発案で設立された「東京里帰りプロジェクト」は、日本財団からの多額の補助金を基に被災した妊産婦と母子を東京に呼び寄せて分娩や育児に寄り添い、現地の助産師活動を支援しました。これは東京都助産師会が災害時支援に積極的に関与する大きなきっかけとなりました。それと同時に、ボランティア精神だけでは十分な支援活動は続かない、外部からの資金で助産師の生活や身分を保障することも活動を充実させる重要ポイントだと気付かせてもらった体験でもありました。

平成24年、災害時支援は助産師の重要な活動のひとつであるという理事会の総意で、災害対策委員会が発足しました。そして同じころ、東日本大震災で現地支援をした吉田 穂波医師の熱い訴えで、居住地である文京区と共同で「災害時におなかの赤ちゃんを守るプロジェクト」が立ち上がりました。そこに東京都助産師会の助産師がメインメンバーとして参加することとなります。吉田医師の助産師への信頼と期待は被災地の母子を必死に支援する助産師たちの熱意に感銘を受けたからとのことでした。災害弱者でありながら取り残されがちな母子の安全と効率的な管理、また従来の避難所等での不利益の解消の為に提案され、助産師と思いを同じくする各分野の有志によって、母子専用救護所は文京区に日本で初めて誕生することとなりました。現在では全国の自治体でそれぞれの状況に応じて母子への災害時支援が考慮されるようになり、このプロジェクトはその牽引の役を担えたこととなります。

100年前と変わっていない環境の避難所を少しでも改善できたらと、避難所運営のために静岡県防災課が開発した [HUG](#) を、その防災課職員から直接伝授して頂き、助産師会や自治体、小学校避難所運営委員会、任意グループなどに出張実演にも出向きました。災害に関する知識を次々と学びながら委員会自身も成長しました。今では防災士の資格を持つ委員もいます。

圧倒的に総数が少ない助産師単独では災害時支援は難しいため公的組織のバックアップは欠かせません。平成19年に東京都助産師会は東京都と災害時支援協定を結びました。この協定は都内各自治体との災害時協働を行えるように東京都がバックアップするという趣旨の内容です。この協定と同時期に三鷹市地区分会が独自の成果を上げ三鷹市との協定を締結しています。これを皮切りに現在では24の市区と災害時支援協定が結ばれています。災害時支援活動は大切ではありますが助産師自身の身も守るためには協定は大きな意味を持つということを災害対策委員会は伝え続けてきました。現在では災害時支援を行う際の身分保障の方法に協定以外の方法も取り入れて考える地区分会が増えてきたのは、所属する地域と地区分会の特徴を踏まえた災害対策を考えるようになったからでもあります。

災害対策の大切な事柄として委員会が毎年続けているのは、災害に対する知識の伝達としての講習会の企画や、安否確認訓練をすることで災害への意識を維持してもらうことです。

地区分会交流会では異なる地区の特徴を踏まえた災害対策の情報を交換することで、その質を向上させるのに効果的だと考えます。現在はまだ地区分会が個別に災害対策を行っていますが、実際の災害時には自分も被災しながらの活動に他地区の協力は欠かせません。最近では災害時二次医療圏が同じ地区分会同士の交流を促して協働の道を見出していけたらと模索しているところです。

平成29年に災害時地域周産期医療体制検討部会から始まった災害時地域小児周産期医療体制推進部会に籍を置いてきました。今までは災害時医療体制の組織化が中心で助産師会が発言する機会はほとんどありませんでしたが、来年度からは医療対象でない要支援者に対する災害時支援施策が検討されることになったそうです。助産師として施策に関わるチャンスが多くなることを期待しているところです。

委員会が発足したころに比較して全国の災害に対する意識も変わり、災害対策の技術も進歩しました。委員会も新しい知識を学ぶとともにそれを会員に活用していただけるよう工夫努力を重ねていきたいと思っています。大きな災害を予測させるような兆候も増えてきています。災害時支援にはまず自身が安全安定していなければ務まりません。個人の災害対策を怠らないように備えを進めることをお勧めします。災害対策委員会はこれからも会員の災害時の安全と活動を支えられるよう、努力を重ねていきたいと思っています。

産後ケア推進委員会

理事1名、委員4名で担っています。

2024年の活動は、以下になります。

- ①開発した尺度、「産後ケアにおける助産師のケアの質を評価」の臨床への導入にむけた取り組み
- ②産後ケアに関する研究への協力

東京都委託講習会の担当は、以下の2コマ実施しました。

- ①テーマ：メンタルヘルスが気になる妊産婦との対話ポイントと助産師ができる支援

講師：三田村 康衣先生

所属：国立精神神経医療センター 認知行動療法センター リサーチフェロー

- ②テーマ：健診、産後ケアで役立つ乳児の成長・発達の観察ポイント

講師：和田 友香先生

所属：国立成育医療研究センター 周産期・母性診療センター 新生児科医長



総務総括委員会の活動

総務総括委員長 村田 淳子

委員会活動の主な内容は

- ①各表彰の推薦事業がスムーズにいくようにすること
- ②総会がスムーズに行われるようにサポートすることです。

総務総括委員は現在5名です。

委員会は年5回開催。（会議には総務総括担当理事が出席）

主に各表彰の推薦事業に関することをオンライン中心で、提出書類の最終確認は対面で実施しています。

候補者の選出は、助産師歴のほか、助産師会や地域の貢献度などを参考におおよそ1、2年前から選考し、募集時期の数か月前には候補者から内諾を頂きます。推薦依頼の通達がきた後は、短期間で書類を作成、提出と一番忙しい期間です。更に受賞決定まで、情報が漏れないように気を付けています。

表彰には次のような種類があります。
・日本助産師会会長表彰（助産師歴30年以上、会員歴10年以上）

・日本助産師会永年活動感謝状（原則として会員であること、出雲大社数え年早見表において数え年77歳以上であること）

・東京都医療功労賞 1972年に地域医療への貢献者を顕彰する目的で読売新聞社が創設。毎年6月に募集要項が東京都保健医療局を経て届き、8月に提出します。
今年度は板橋知子さんが受賞されました。

・東京都功労者賞 毎年1月に東京都より推薦依頼が届き、2月末に提出
今年度は名嘉真あけみさんが受賞されました。

・優良助産師の厚生労働大臣表彰 5年毎に表彰 次回は令和9年

・産科医療功労者厚生労働大臣表彰 個人または団体で提出しますが、医師会と1年おきに提出することとなっています。

今年度は宗尚子会長が受賞されました。

・母子保健奨励賞 主催…母子衛生研究会

年齢制限あり（55歳未満）母子保健活動に通算5年以上の経験を持ち、現在も従事されている方 推薦自治体の長

の推薦が必要

・保健文化賞 主催…第一生命保険株式会社

対象 保健衛生を実際に向上させた団体または個人「団体の部」活動実績10年以上、「個人の部」年齢原則50歳以上 2014年の受賞後、10年経過しており、今後検討する。

・叙勲 40年以上の分娩介助歴、助産師会役員歴10年以上

・日本助産師会特別功労者表彰 2022年度より5年毎に表彰 褒章、叙勲受章者であること

2022年度 故廣瀬綾子先生 佐々木美代江先生が表彰されました。

最後に、私達は賞にふさわしい方を選出しているわけですが、残念なことには選外になった事例もあり、快く承諾して下さった方々には心苦しく思っています。

今後とも総務総括委員会の活動をご理解いただきご協力お願い致します。

広報委員会主催 「ザ・座談会」

広報委員 西川直子 渡辺愛

【東京都助産師会ビジョン2027】は「III 専門職能団体としての組織強化を図り、社会的地位の向上に努める」および「働く場所が異なる助産師や、多職種との交流・情報交換の場を設け、連携の強化」の必要性も述べています。広報委員会はこの役割を担い、2回座談会を開催しました。いずれの会も、3,4人に分かれて座談する時間を作りました。



1 第1回 テーマ「災害」

広報委員を入れて全員で15名の参加でした。最初の話題として広報委員の西川より、コロナ禍の災害として、住んでいたイギリスと日本の医療体制の違い（分娩時の医療介入や母子分離など）や、家のポストに近所の人から「あなたやあなたの隣の家の人は、食料が買いに行けず困っていないか？この地域のチャットグループを作るが希望するか？」と手紙が入っており、大変心強かったことを紹介しました。また江東区では昨年「発災72時間以内のローリスク分娩は助産師会で自宅分娩をお願いできるか」という投げかけが保健所からあったことや「公衆衛生協力団体支援金」を活用し「母乳と災害支援」をテーマに妊婦とパートナーの方を対象に講座を開いたことを紹介しました。宗会長の3.11での救援活動報告からは、災害時には母子は分娩後早期に地域に出されてしまうこと、ライフラインも十分でない地域で母子が居場所を変えて点々として、その中で支援の必要な母子を見つけ、サポートすることが困難であったことが紹介されました。

感想として、自分の地区の防災について知らないことに気が付いた／災害対策を通じて、地域の助産師の力が示せる可能性を感じた／母子の避難所の話が参考になった／発災直後よりその後に助産師が求められる。その時に実際に動ける助産師の数を把握することや、行政と情報を共有することが大切。／[BPCガイドライン](#)の活用を提案したい、など多くの感想を頂きました。



2 第2回 テーマ「産後ケア」

産後ケアの広まりにより、担い手不足や助産師以外の参入・連携のニーズがあり、それぞれの地区の議員の方もお誘いして座談会を開いてみよう、と広報委員で話し合い、開催しました。

申込は議員11名、助産師32名（内、東京都助産師会会員22名、会員外では北海道助産師会の方が1名、企業の方が1名、クリニック勤務の方が1名）でした。助産師・衆議院議員の酒井なつみさんも挨拶に来てくださいました。

頂いた感想として、お母さん同士の交流も大切にする／助産所のスペースをうまく活用すること／議員の方へ投げかけることの重要性／産後ケアをどう使うかの助言や配分のアプローチも助産師側の力／助産師としてやりがいのある産後ケア、継続ケアとは／施設の維持費、管理費、人件費の補助が必要／事業として成り立たせる視点／メンタル合併など要支援妊産婦への関わりと地域へのつなぎ方について事例や地区ごとの違い等知りたい／産後2週間前後ですべての産後の方が利用できるようにシステムを構築できたら良い／議員さんと話せ有意義だった（声多数）／交流機会のない助産師と話し学びになった／他地区の状況知れてよかった 等の感想をいただきました。

座談会はざっくばらんに自由に話せるところが良いところです。今後のテーマの要望に、伴走型支援、麻酔分娩、自治体との連携を頂いております。広報委員では座談会が終わった後の座談会も盛り上がりしました。今後の座談会のテーマ提案や広報委員のメンバーを、大募集です。[メール](#)をお待ちしています。

地区分会活動紹介

江東区／北区／荒川区

江東地区分会活動



当地区分会会員数は、現在33名で活動は多岐に渡っておりです。その中で、江東区からの委託事業の休日版両親学級を令和3年度から対面講座とオンラインにて年22回開催しています。

この事業は、プロボーザルにて参入したもので私たちが自ら予算を立て他社と競合して勝ち取った事業であるとの自負があるためか、事務局をはじめ多くの会員が、土日祭日の大切な時間を割いて業務に従事しています。

内容は、ふたりで育児の講座、母子保健制度の紹介、沐浴と育児技術の演習、グループワーク、妊婦ジャケッ ト体験等です。アンケートの回収率は9割強で、大変好評をいただいております。実際の育児のイメージが湧き、手触り感が得られ、夫婦で認識のすり合わせができた等コメントがあり、助産師として役にたっていることを感じられ、私たちが元気になる瞬間です。またこの参加者の方々と、クリニック・助産所での出産や、新生児訪問、保健所、子ども家庭支援センター等各地区の職場で会うため「切れ目ない育児支援」に繋がっている良い機会となっております。

この事業がきっかけとなり、江東区の世論調査の第一位である災害時の対応の検討をはじめ、「母乳と災害支援」の講演会を自主事業で行っております。今後は、区の委託事業に発展させていきたいと思って会員一同励んでおります。

会長 石村あさ子

荒川地区分会活動



荒川地区分会は2024年度の活動として保健所と交流会、伴走型プレパ教室の開催、防災住民ネットワークの集いへの参加を実施しました。今後は小学校で命の授業の予定もあります。

防災住民ネットワークの集いでは、荒川地区分会も妊婦ジャケッ トや赤ちゃん人形を使用して、妊婦疑似体験やおんぶ体験を実施しました。集いに参加することにより妊婦や母子の避難援助について考えるきっかけになった活動でした。また他団体との交流もでき、助産師が地域でどのような活動をしているか知ってもらう良いきっかけになりました。

会長 鷹巣淳子

北区分会活動



こんにちは、北地区分会です。北区は東京23区の一帯に位置し、人口は増加傾向でコロナ禍でも年間出生数は2300人前後と横ばいでした。

区役所の「健康部・保健サービス課」に面接ブー スを持っており、行政との関係性は良好で新規の事業の契約も予定されています。3か所ある健康支援センターの保健師とも連携が密に行われています。地区分会主催の「お産準備講座」「卒乳準備講座」「子育てトーク」の講座のほか、赤ちゃん訪問・母乳相談・産後ケア・伴走型相談支援、区の母親学級・乳児健診、個別訪問母乳育児相談など多くの事業を担当し、専門職として意欲的に取り組んでいます。また区に沿って流れる荒川が氾濫すると区の半分が水没する水害に備え、区の防災危機管理課とともに防災対策にも力を入れています。

会長 蒲澤直子

●物故会員 武市洋美(世田谷目黒)

●会員数

令和7年1月31日現在会費納入者数 1110 名

表彰者(表彰の正式名称、受賞者氏名 敬称略)

表彰関係 医療功労賞 板橋知子(江戸川)

おめでとうございます!!

◎年会費の自動引落手続きについて

令和7年度の会費の自動引落が2月25日に前後に行われました。残高不足や、自動引落の手続きが間に合わなかった方は、3月中旬に再度引き落としが掛かっています。該当する方は日本助産師会(03-3866-3054)にお問い合わせください。

また自動引落の手続きが済んでいない方は、以下の方法でお早目に納入下さいますようお願い申し上げます。(恐縮ですが、送金手数料はご負担下さい)。

なお、まだ自動引落のお手続きをされていない方は、指定口座からの自動引落による会費納入が、原則となっております。口座引落依頼書は日本助産師会にございますので、お問い合わせください。

年会費のお支払いがまだの方は、下記にお振込み願います。

※正会員(一般) 25,000円(内訳:本部会費 15,000円 東京都助産師会会費 10,000円)

※正会員(特別) 13,000円(内訳:本部会費 5,000円 東京都助産師会会費 10,000円)

【郵便口座】

00170-7-484988 公益社団法人東京都助産師会

※他銀行からお振込みの場合

ゆうちょ銀行 ○一九(ぜろいちきゅう)店当座 0484988

【銀行口座】

◎三井住友銀行 大塚支店 普通 1986476 公益社団法人 東京都助産師会

◎三菱UFJ銀行 江戸川橋支店 普通 0031243

公益社団法人 東京都助産師会 代表理事 宗 尚子

編集後記 イギリスから日本に帰国して3年経ち、広報委員活動にもやっと慣れてきました。今回のサンバ通信では総務総括委員会について初めて知ることができました。見えない所で多くの助産師の方が活動して下さっていることに感謝の想いを感じます。そして、お母さんたちが幸せに、納得のできるお産と育児をスタートすることができるよう、今後も助産師として団結して動いていくその一助となれまじたら嬉しいですね。(西川直子)

住所・職場、改姓等変更の手続きについて

必ず日本助産師会のマイページよりご自身で変更をお願いいたします。パスワードが不明の方は日本助産師会へお問い合わせください。

令和6年度の退会を希望の場合は3月25日までにマイページよりお手続きをしていただかないと自動引落後の会費の返金が出来なくなりますのでご注意ください。

東京都助産師会の所属地区分会を変更したい方は info@jmat.jp までメールにてご連絡ください。

※令和7年度1号目の会報は会費納入がお済みでない方でもHPの掲載はご覧になれますが、その後も会費が未納、音信不通になりますと、会員専用ページは見る事が出来ませんのでご注意ください。

家族のメンタルケアメディア famitasu はママ・パパが手軽にメンタルヘルスケアを知り、実践できるメディア & コミュニティです。メディアでは体験談や専門家監修記事、子育てのお役立ち情報などを紹介しています。コミュニティでは産後うつ経験者によるメンタル面のサポートやチャットでの交流、セミナーの開催など交流や学びの場も提供しております。

コミュニティ イベント・セミナー

メディア 動画講座 カウンセリング

famitasu

お問い合わせは株式会社ママクオリアまで
info@mamaqualia.com



公益社団法人 日本助産師会 推奨商品

羽毛寝具メーカー東洋羽毛の羽毛足首ウォーマー

一度着けたら外せないあたたかさ!

カタログ価格 4,500円(税込)

羽生足首ウォーマー(左右セット)
品番: 羽生足首ウォーマー
羽毛: 天然羽毛(90%羽、10%羽毛)
サイズ: 足首15cm、足首20cm、足首25cm、足首30cm、足首35cm、足首40cm、足首45cm、足首50cm、足首55cm、足首60cm、足首65cm、足首70cm、足首75cm、足首80cm、足首85cm、足首90cm、足首95cm、足首100cm、足首105cm、足首110cm、足首115cm、足首120cm、足首125cm、足首130cm、足首135cm、足首140cm、足首145cm、足首150cm、足首155cm、足首160cm、足首165cm、足首170cm、足首175cm、足首180cm、足首185cm、足首190cm、足首195cm、足首200cm、足首205cm、足首210cm、足首215cm、足首220cm、足首225cm、足首230cm、足首235cm、足首240cm、足首245cm、足首250cm、足首255cm、足首260cm、足首265cm、足首270cm、足首275cm、足首280cm、足首285cm、足首290cm、足首295cm、足首300cm、足首305cm、足首310cm、足首315cm、足首320cm、足首325cm、足首330cm、足首335cm、足首340cm、足首345cm、足首350cm、足首355cm、足首360cm、足首365cm、足首370cm、足首375cm、足首380cm、足首385cm、足首390cm、足首395cm、足首400cm、足首405cm、足首410cm、足首415cm、足首420cm、足首425cm、足首430cm、足首435cm、足首440cm、足首445cm、足首450cm、足首455cm、足首460cm、足首465cm、足首470cm、足首475cm、足首480cm、足首485cm、足首490cm、足首495cm、足首500cm、足首505cm、足首510cm、足首515cm、足首520cm、足首525cm、足首530cm、足首535cm、足首540cm、足首545cm、足首550cm、足首555cm、足首560cm、足首565cm、足首570cm、足首575cm、足首580cm、足首585cm、足首590cm、足首595cm、足首600cm、足首605cm、足首610cm、足首615cm、足首620cm、足首625cm、足首630cm、足首635cm、足首640cm、足首645cm、足首650cm、足首655cm、足首660cm、足首665cm、足首670cm、足首675cm、足首680cm、足首685cm、足首690cm、足首695cm、足首700cm、足首705cm、足首710cm、足首715cm、足首720cm、足首725cm、足首730cm、足首735cm、足首740cm、足首745cm、足首750cm、足首755cm、足首760cm、足首765cm、足首770cm、足首775cm、足首780cm、足首785cm、足首790cm、足首795cm、足首800cm、足首805cm、足首810cm、足首815cm、足首820cm、足首825cm、足首830cm、足首835cm、足首840cm、足首845cm、足首850cm、足首855cm、足首860cm、足首865cm、足首870cm、足首875cm、足首880cm、足首885cm、足首890cm、足首895cm、足首900cm、足首905cm、足首910cm、足首915cm、足首920cm、足首925cm、足首930cm、足首935cm、足首940cm、足首945cm、足首950cm、足首955cm、足首960cm、足首965cm、足首970cm、足首975cm、足首980cm、足首985cm、足首990cm、足首995cm、足首1000cm、足首1005cm、足首1010cm、足首1015cm、足首1020cm、足首1025cm、足首1030cm、足首1035cm、足首1040cm、足首1045cm、足首1050cm、足首1055cm、足首1060cm、足首1065cm、足首1070cm、足首1075cm、足首1080cm、足首1085cm、足首1090cm、足首1095cm、足首1100cm、足首1105cm、足首1110cm、足首1115cm、足首1120cm、足首1125cm、足首1130cm、足首1135cm、足首1140cm、足首1145cm、足首1150cm、足首1155cm、足首1160cm、足首1165cm、足首1170cm、足首1175cm、足首1180cm、足首1185cm、足首1190cm、足首1195cm、足首1200cm、足首1205cm、足首1210cm、足首1215cm、足首1220cm、足首1225cm、足首1230cm、足首1235cm、足首1240cm、足首1245cm、足首1250cm、足首1255cm、足首1260cm、足首1265cm、足首1270cm、足首1275cm、足首1280cm、足首1285cm、足首1290cm、足首1295cm、足首1300cm、足首1305cm、足首1310cm、足首1315cm、足首1320cm、足首1325cm、足首1330cm、足首1335cm、足首1340cm、足首1345cm、足首1350cm、足首1355cm、足首1360cm、足首1365cm、足首1370cm、足首1375cm、足首1380cm、足首1385cm、足首1390cm、足首1395cm、足首1400cm、足首1405cm、足首1410cm、足首1415cm、足首1420cm、足首1425cm、足首1430cm、足首1435cm、足首1440cm、足首1445cm、足首1450cm、足首1455cm、足首1460cm、足首1465cm、足首1470cm、足首1475cm、足首1480cm、足首1485cm、足首1490cm、足首1495cm、足首1500cm、足首1505cm、足首1510cm、足首1515cm、足首1520cm、足首1525cm、足首1530cm、足首1535cm、足首1540cm、足首1545cm、足首1550cm、足首1555cm、足首1560cm、足首1565cm、足首1570cm、足首1575cm、足首1580cm、足首1585cm、足首1590cm、足首1595cm、足首1600cm、足首1605cm、足首1610cm、足首1615cm、足首1620cm、足首1625cm、足首1630cm、足首1635cm、足首1640cm、足首1645cm、足首1650cm、足首1655cm、足首1660cm、足首1665cm、足首1670cm、足首1675cm、足首1680cm、足首1685cm、足首1690cm、足首1695cm、足首1700cm、足首1705cm、足首1710cm、足首1715cm、足首1720cm、足首1725cm、足首1730cm、足首1735cm、足首1740cm、足首1745cm、足首1750cm、足首1755cm、足首1760cm、足首1765cm、足首1770cm、足首1775cm、足首1780cm、足首1785cm、足首1790cm、足首1795cm、足首1800cm、足首1805cm、足首1810cm、足首1815cm、足首1820cm、足首1825cm、足首1830cm、足首1835cm、足首1840cm、足首1845cm、足首1850cm、足首1855cm、足首1860cm、足首1865cm、足首1870cm、足首1875cm、足首1880cm、足首1885cm、足首1890cm、足首1895cm、足首1900cm、足首1905cm、足首1910cm、足首1915cm、足首1920cm、足首1925cm、足首1930cm、足首1935cm、足首1940cm、足首1945cm、足首1950cm、足首1955cm、足首1960cm、足首1965cm、足首1970cm、足首1975cm、足首1980cm、足首1985cm、足首1990cm、足首1995cm、足首2000cm、足首2005cm、足首2010cm、足首2015cm、足首2020cm、足首2025cm、足首2030cm、足首2035cm、足首2040cm、足首2045cm、足首2050cm、足首2055cm、足首2060cm、足首2065cm、足首2070cm、足首2075cm、足首2080cm、足首2085cm、足首2090cm、足首2095cm、足首2100cm、足首2105cm、足首2110cm、足首2115cm、足首2120cm、足首2125cm、足首2130cm、足首2135cm、足首2140cm、足首2145cm、足首2150cm、足首2155cm、足首2160cm、足首2165cm、足首2170cm、足首2175cm、足首2180cm、足首2185cm、足首2190cm、足首2195cm、足首2200cm、足首2205cm、足首2210cm、足首2215cm、足首2220cm、足首2225cm、足首2230cm、足首2235cm、足首2240cm、足首2245cm、足首2250cm、足首2255cm、足首2260cm、足首2265cm、足首2270cm、足首2275cm、足首2280cm、足首2285cm、足首2290cm、足首2295cm、足首2300cm、足首2305cm、足首2310cm、足首2315cm、足首2320cm、足首2325cm、足首2330cm、足首2335cm、足首2340cm、足首2345cm、足首2350cm、足首2355cm、足首2360cm、足首2365cm、足首2370cm、足首2375cm、足首2380cm、足首2385cm、足首2390cm、足首2395cm、足首2400cm、足首2405cm、足首2410cm、足首2415cm、足首2420cm、足首2425cm、足首2430cm、足首2435cm、足首2440cm、足首2445cm、足首2450cm、足首2455cm、足首2460cm、足首2465cm、足首2470cm、足首2475cm、足首2480cm、足首2485cm、足首2490cm、足首2495cm、足首2500cm、足首2505cm、足首2510cm、足首2515cm、足首2520cm、足首2525cm、足首2530cm、足首2535cm、足首2540cm、足首2545cm、足首2550cm、足首2555cm、足首2560cm、足首2565cm、足首2570cm、足首2575cm、足首2580cm、足首2585cm、足首2590cm、足首2595cm、足首2600cm、足首2605cm、足首2610cm、足首2615cm、足首2620cm、足首2625cm、足首2630cm、足首2635cm、足首2640cm、足首2645cm、足首2650cm、足首2655cm、足首2660cm、足首2665cm、足首2670cm、足首2675cm、足首2680cm、足首2685cm、足首2690cm、足首2695cm、足首2700cm、足首2705cm、足首2710cm、足首2715cm、足首2720cm、足首2725cm、足首2730cm、足首2735cm、足首2740cm、足首2745cm、足首2750cm、足首2755cm、足首2760cm、足首2765cm、足首2770cm、足首2775cm、足首2780cm、足首2785cm、足首2790cm、足首2795cm、足首2800cm、足首2805cm、足首2810cm、足首2815cm、足首2820cm、足首2825cm、足首2830cm、足首2835cm、足首2840cm、足首2845cm、足首2850cm、足首2855cm、足首2860cm、足首2865cm、足首2870cm、足首2875cm、足首2880cm、足首2885cm、足首2890cm、足首2895cm、足首2900cm、足首2905cm、足首2910cm、足首2915cm、足首2920cm、足首2925cm、足首2930cm、足首2935cm、足首2940cm、足首2945cm、足首2950cm、足首2955cm、足首2960cm、足首2965cm、足首2970cm、足首2975cm、足首2980cm、足首2985cm、足首2990cm、足首2995cm、足首3000cm、足首3005cm、足首3010cm、足首3015cm、足首3020cm、足首3025cm、足首3030cm、足首3035cm、足首3040cm、足首3045cm、足首3050cm、足首3055cm、足首3060cm、足首3065cm、足首3070cm、足首3075cm、足首3080cm、足首3085cm、足首3090cm、足首3095cm、足首3100cm、足首3105cm、足首3110cm、足首3115cm、足首3120cm、足首3125cm、足首3130cm、足首3135cm、足首3140cm、足首3145cm、足首3150cm、足首3155cm、足首3160cm、足首3165cm、足首3170cm、足首3175cm、足首3180cm、足首3185cm、足首3190cm、足首3195cm、足首3200cm、足首3205cm、足首3210cm、足首3215cm、足首3220cm、足首3225cm、足首3230cm、足首3235cm、足首3240cm、足首3245cm、足首3250cm、足首3255cm、足首3260cm、足首3265cm、足首3270cm、足首3275cm、足首3280cm、足首3285cm、足首3290cm、足首3295cm、足首3300cm、足首3305cm、足首3310cm、足首3315cm、足首3320cm、足首3325cm、足首3330cm、足首3335cm、足首3340cm、足首3345cm、足首3350cm、足首3355cm、足首3360cm、足首3365cm、足首3370cm、足首3375cm、足首3380cm、足首3385cm、足首3390cm、足首3395cm、足首3400cm、足首3405cm、足首3410cm、足首3415cm、足首3420cm、足首3425cm、足首3430cm、足首3435cm、足首3440cm、足首3445cm、足首3450cm、足首3455cm、足首3460cm、足首3465cm、足首3470cm、足首3475cm、足首3480cm、足首3485cm、足首3490cm、足首3495cm、足首3500cm、足首3505cm、足首3510cm、足首3515cm、足首3520cm、足首3525cm、足首3530cm、足首3535cm、足首3540cm、足首3545cm、足首3550cm、足首3555cm、足首3560cm、足首3565cm、足首3570cm、足首3575cm、足首3580cm、足首3585cm、足首3590cm、足首3595cm、足首3600cm、足首3605cm、足首3610cm、足首3615cm、足首3620cm、足首3625cm、足首3630cm、足首3635cm、足首3640cm、足首3645cm、足首3650cm、足首3655cm、足首3660cm、足首3665cm、足首3670cm、足首3675cm、足首3680cm、足首3685cm、足首3690cm、足首3695cm、足首3700cm、足首3705cm、足首3710cm、足首3715cm、足首3720cm、足首3725cm、足首3730cm、足首3735cm、足首3740cm、足首3745cm、足首3750cm、足首3755cm、足首3760cm、足首3765cm、足首3770cm、足首3775cm、足首3780cm、足首3785cm、足首3790cm、足首3795cm、足首3800cm、足首3805cm、足首3810cm、足首3815cm、足首3820cm、足首3825cm、足首3830cm、足首3835cm、足首3840cm、足首3845cm、足首3850cm、足首3855cm、足首3860cm、足首3865cm、足首3870cm、足首3875cm、足首3880cm、足首3885cm、足首3890cm、足首3895cm、足首3900cm、足首3905cm、足首3910cm、足首3915cm、足首3920cm、足首3925cm、足首3930cm、足首3935cm、足首3940cm、足首3945cm、足首3950cm、足首3955cm、足首3960cm、足首3965cm、足首3970cm、足首3975cm、足首3980cm、足首3985cm、足首3990cm、足首3995cm、足首4000cm、足首4005cm、足首4010cm、足首4015cm、足首4020cm、足首4025cm、足首4030cm、足首4035cm、足首4040cm、足首4045cm、足首4050cm、足首4055cm、足首4060cm、足首4065cm、足首4070cm、足首4075cm、足首4080cm、足首4085cm、足首4090cm、足首4095cm、足首4100cm、足首4105cm、足首4110cm、足首4115cm、足首4120cm、足首4125cm、足首4130cm、足首4135cm、足首4140cm、足首4145cm、足首4150cm、足首4155cm、足首4160cm、足首4165cm、足首4170cm、足首4175cm、足首4180cm、足首4185cm、足首4190cm、足首4195cm、足首4200cm、足首4205cm、足首4210cm、足首4215cm、足首4220cm、足首4225cm、足首4230cm、足首4235cm、足首4240cm、足首4245cm、足首4250cm、足首4255cm、足首4260cm、足首4265cm、足首4270cm、足首4275cm、足首4280cm、足首4285cm、足首4290cm、足首4295cm、足首4300cm、足首4305cm、足首4310cm、足首4315cm、足首4320cm、足首4325cm、足首4330cm、足首4335cm、足首4340cm、足首4345cm、足首4350cm、足首4355cm、足首4360cm、足首4365cm、足首4370cm、足首4375cm、足首4380cm、足首4385cm、足首4390cm、足首4395cm、足首4400cm、足首4405cm、足首4410cm、足首4415cm、足首4420cm、足首4425cm、足首4430cm、足首4435cm、足首4440cm、足首4445cm、足首4450cm、足首4455cm、足首4460cm、足首4465cm、足首4470cm、足首4475cm、足首4480cm、足首4485cm、足首4490cm、足首4495cm、足首4500cm、足首4505cm、足首4510cm、足首4515cm、足首4520cm、足首4525cm、足首4530cm、足首4535cm、足首4540cm、足首4545cm、足首4550cm、足首4555cm、足首4560cm、足首4565cm、足首4570cm、足首4575cm、足首4580cm、足首4585cm、足首4590cm、足首4595cm、足首4600cm、足首4605cm、足首4610cm、足首4615cm、足首4620cm、足首4625cm、足首4630cm、足首4635cm、足首4640cm、足首4645cm、足首4650cm、足首4655cm、足首4660cm、足首4665cm、足首4670cm、足首4675cm、足首4680cm、足首4685cm、足首4690cm、足首4695cm、足首4700cm、足首4705cm、足首4710cm、足首4715cm、足首4720cm、足首4725cm、足首4730cm、足首4735cm、足首4740cm、足首4745cm、足首4750cm、足首4755cm、足首4760cm、足首4765cm、足首4770cm、足首4775cm、足首4780cm、足首4785cm、足首4790cm、足首4795cm、足首4800cm、足首4805cm、足首4810cm、足首4815cm、足首4820cm、足首4825cm、足首4830cm、足首4835cm、足首4840cm、足首4845cm、足首4850cm、足首4855cm、足首4860cm、足首4865cm、足首4870cm、足首4875cm、足首4880cm、足首4885cm、足首4890cm、足首4895cm、足首4900cm、足首4905cm、足首4910cm、足首4915cm、足首4920cm、足首4925cm、足首4930cm、足首4935cm、足首4940cm、足首4945cm、足首4950cm、足首4955cm、足首4960cm、足首4965cm、足首4970cm、足首4975cm、足首4980cm、足首4985cm、足首4990cm、足首4995cm、足首5000cm、足首5005cm、足首5010cm、足首5015cm、足首5020cm、足首5025cm、足首5030cm、足首5035cm、足首5040cm、足首5045cm、足首5050cm、足首5055cm、足首5060cm、足首5065cm、足首5070cm、足首5075cm、足首5080cm、足首5085cm、足首5090cm、足首5095cm、足首5100cm、足首5105cm、足首5110cm、足首5115cm、足首5120cm、足首5125cm、足首5130cm、足首5135cm、足首5140cm、足首5145cm、足首5150cm、足首5155cm、足首5160cm、足首5165cm、足首5170cm、足首5175cm、足首5180cm、足首5185cm、足首5190cm、足首5195cm、足首5200cm、足首5205cm、足首5210cm、足首5215cm、足首5220cm、足首5225cm、足首5230cm、足首5235cm、足首5240cm、足首5245cm、足首5250cm、足首5255cm、足首5260cm、足首5265cm、足首5270cm、足首5275cm、足首5280cm、足首5285cm、足首5290cm、足首5295cm、足首5300cm、足首5305cm、足首5310cm、足首5315cm、足首5320cm、足首5325cm、足首5330cm、足首5335cm、足首5340cm、足首5345cm、足首5350cm、足首5355cm、足首5360cm、足首5365cm、足首5370cm、足首5375cm、足首5380cm、足首5385cm、足首5390cm、足首5395cm、足首5400cm、足首5405cm、足首5410cm、足首5415cm、足首5420cm、足首5425cm、足首5430cm、足首5435cm、足首5440cm、足首5445cm、足首5450cm、足首5455cm、足首5460cm、足首5465cm、足首5470cm、足首5475cm、足首5480cm、足首5485cm、足首5490cm、足首5495cm、足首5500cm、足首5505cm、足首5510cm、足首5515cm、足首5520cm、足首5525cm、足首5530cm、足首5535cm、足首5540cm、足首5545cm、足首5550cm、足首5555cm、足首5560cm、足首5565cm、足首5570cm、足首5575cm、足首5580cm、足首5585cm、足首5590cm、足首5595cm、足首5600cm、足首5605cm、足首5610cm、足首5615cm、足首5620cm、足首5625cm、足首5630cm、足首5635cm、足首5640cm、足首5645cm、足首5650cm、足首5655cm、足首5660cm、足首5665cm、足首5670cm、足首5675cm、足首5680cm、足首5685cm、足首5690cm、足首5695cm、足首5700cm、足首5705cm、足首5710cm、足首5715cm、足首5720cm、足首5725cm、足首5730cm、足首5735cm、足首5740cm、足首5745cm、足首5750cm、足首5755cm、足首5760cm、足首5765cm、足首5770cm、足首5775cm、足首5780cm、足首5785cm、足首5790cm、足首5795cm、足首5800cm、足首5805cm、足首5810cm、足首5815cm、足首5820cm、足首5825cm、足首5830cm、足首5835cm、足首5840cm、足首5845cm、足首5850cm、足首5855cm、足首5860cm、足首5865cm、足首5870cm、足首5875cm、足首5880cm、足首5885cm、足首5890cm、足首5895cm、足首5900cm、足首5905cm、足首5910cm、足首5915cm、足首5920cm、足首5925cm、足首5930cm、足首5935cm、足首5940cm、足首5945cm、足首5950cm、足首5955cm、足首5960cm、足首5965cm、足首5970cm、足首5975cm、足首5980cm、足首5985cm、足首5990cm、足首5995cm、足首6000cm、足首6005cm、足首6010cm、足首6015cm、足首6020cm、足首6025cm、足首6030cm、足首6035cm、足首6040cm、足首6045cm、足首6050cm、足首6055cm、足首6060cm、足首6065cm、足首6070cm、足首6075cm、足首6080cm、足首6085cm、足首6090cm、足首6095cm、足首6100cm、足首6105cm、足首6110cm、足首6115cm、足首6120cm、足首6125cm、足首6130cm、足首6135cm、足首6140cm、足首6145cm、足首6150cm、足首6155cm、足首6160cm、足首6165cm、足首6170cm、足首6175cm、足首6180cm、足首6185cm、足首6190cm、足首6195cm、足首6200cm、足首6205cm、足首6210cm、足首6215cm、足首6220cm、足首6225cm、足首6230cm、足首6235cm、足首6240cm、足首6245cm、足首6250cm、足首6255cm、足首6260cm、足首6265cm、足首6270cm、足首6275cm、足首6280cm、足首6285cm、足首6290cm、足首6295cm、足首6300cm、足首6305cm、足首6310cm、足首6315cm、足首6320cm、足首6325cm、足首6330cm、足首6335cm、足首6340cm、足首6345cm、足首6350cm、足首6355cm、足首6360cm、足首6365cm、足首6370cm、足首6375cm、足首6380cm、足首6385cm、足首6390cm、足首6395cm、足首6400cm、足首6405cm、足首6410cm、足首6415cm、足首6420cm、足首6425cm、足首6430cm、足首6435cm、足首6440cm、足首6445cm、足首6450cm、足首6455cm、足首6460cm、足首64