

女性ライフステージ健康支援プロジェクト事業 (特定非営利活動法人女性健康支援SANBAの会)

団体紹介（私たちが目指しているもの）

助産師をはじめとする医療従事経験者が中心となって平成19年に設立。平成24年9月にNPO法人として内容も充実し活動を行っている。

妊婦や生後早期からの子どもとその母親及び思春期、更年期世代、高齢の女性達に対して、ライフステージ各期の健康に関する事業を実施。

地域の子育てママや女性達に新しい情報発信とパワフルな内容で、地域の人達が健康ではつらつと自立した豊かな生活、そして生涯が送れることを目指している。

地域発 元気づくり支援金の活用状況

活用年度	事業名	事業概要	支援金額
H22	女性ライフステージ健康支援プロジェクト	妊娠、出産、子育て、更年期、高齢女性の各ライフステージに応じた健康づくりへの支援を目的に、エクササイズをはじめ、健康・子育てへの意識を高める講演会の開催や、子育て中の母親を支援するため、多様な年代の女性が集まり、情報交換やアドバイスを行うサロンを開催する。	379千円
H23	女性ライフステージ健康支援プロジェクト	女性のライフステージ各期に応じた健康づくりを支援するため、健康づくりイベントや講演会、産後早期の親を対象にした両親学級を開催した。	247千円

最近の活動内容

常に参加者のニーズを汲み取り、講座内容を充実し、参加しやすいよう工夫しながら各事業を実施している。

- 祖父母のための「子育て応援隊わらべうたマッサージ」を開催。
- 公民館からの依頼で「産後ママ・更年期エクササイズ」を定期開催。
- 公民館と共催で「3回目更年期をバラ色に」と題した講演会を開催。
- 「生後2カ月相談」、「育児相談」、「母子カンファレンス」を行政からの委託事業として、連携し協働で実施し、母子の指導に携わっている。
- 「骨盤ケア」を取り入れて産前産後ママのクラスを開催。
- 異世代間の交流「7回目健やかファミリーふれあいフェスタ in 大町」を開催。
- 更年期世代のエクササイズ講座には7年間継続参加している人が増加。



【健やかファミリーふれあいフェスタ】

取組の効果

行政と協働での事業が増加している。公民館と共催での講演会の開催や、保育園からの講師依頼、保健センターでの相談事業や両親学級を保健師と行うなど他職種、他機関との連携ができ、相互に不足する部分を補っている。

活動が地域に浸透・定着し、内容も充実し質が高められた。参加者の子育ての悩み解消、母乳で育てる安心感、更年期の不快症状、精神状態の改善等が図られ、健康への意識が高まっている。

女性の健康について、ライフステージに応じた支援が達成されつつある。



【子育て応援隊】

課題、今後の事業展開など

保健・医療・福祉の分野に於いては行政主体の事業が多いが、当会は地域の女性達の目線に立ちきめ細かな支援を継続すると同時に行政との協働をさらに進めていく。また、各講座・講演会に参加しやすい環境（参加費・託児等）作りや地域住民のニーズに柔軟に応えられる活動を目指し、継続した団体となる。

団体名 NPO法人

女性健康支援SANBAの会（大町市）

連絡先 0261-23-0308

メールアドレス sanba308@ra2.so-net.ne.jp

ホームページ <http://www001.upp.so-net.ne.jp/sanba/>