

ネットワーク形成事業助成・事業報告書

【2019年度・下期】

◆プロジェクト名:産後の母たちの「体力回復・健康増進」を応援!

◆代表者氏名:寅嶋静香

◆報告者氏名:齋藤寛子(所属・役職:ハハラボラトリー理事)

期 間	2019年10月1日～2020年3月31日
下期の目標	1) 2020年3月に産後健康運動指導士の指導者育成講習会を実施→指導者創出に努めること。 2) 産後の母親らに向けた、「自宅で簡易的に使用できる産後ケア冊子」を作成すること。 3) ハラボPR広告及び「産後健康運動指導士創出の広告」ちらしの作成→印刷→配布可能な場所へ配布
下期の 実 施 内 容	1)の目標に関して ●産後運動指導士の資格発行第2回目実施についてですが、コロナウイルスの影響により、北海道全域において、「緊急事態宣言」が発令されてしまいました。お申し込みの方が6名程いらしたことから、この資格発行に関する規約の中に「研鑽を重ねること」という重要事項が含まれておりますことから、1回目に資格を取得された方も、研鑽講習会という形で3名ご参加の予定でした。非常に申し訳ない形ではありましたが、様々な講習会や演説会、コンサート等も中止となる中で、実施することは困難であるとの判断をし、苦渋の決断ではありましたが、中止するに至りました。ウイルス関連の報道など、現在も終息は未だしておりませんが、お申し込みの方々より、「振り返等をお願いできないか」「3回目の8月まで待つことが難しい」「5月くらいには落ち着くのではないか?」というご意見を頂きましたことから、次回の開催を2020年5月9及び10日に延期することを決定致しました。従って、2019年度内には実施できませんでしたが、2020年度早期に実施する予定となりました。また、講習会の内容物となる、『産後健康運動指導士講習会テキストブック』も1回目よりバージョンアップし、最新のスポーツサイエンスエビデンスを掲載しながらの資料としてまとめました。こちらに関しては、2020年度上期にて、完全な印刷物として発行をしたいと考えております。完成度が前回よりも高くなったこと、オリジナルのイラストを使用していること、などが背景要因としてあります。将来的には、医学的知見も含めた形のISBN版を目指す予定です。 2)の目標に関して ●産後の冊子作成が少しずつ進んでいきましたが、イラストレーターの方の諸事情により、仕上がりが3ヶ月ほど後ろへ倒れる形となりました。また、1)の目標にて記載した緊急事態宣言等も重なり、ミーティング等も難しくなりましたため、年度末内の発行が難しくなりました。しかし、基本原稿がほぼ完成し、現在修正等を進める段階に入りましたことから、2020年5月上旬作成を目途とし、現在出版社とのネット上での修正やり取り等を進めているところです。 3)の目標に関して ●HPの開設ができ、かつPR広告ちらしの作成を無事に行うことができました。そのため、3月に数か所の保健センターや子育て支援センター等へ配布することが可能となったため、その広告を持参しながら、ハハラボラトリーの活動をお伝えさせて頂きます(3月上旬～下旬にかけておおよそ5か所)。また、郵送にて、そのちらしを数か所の子育て拠点となっている公的機関へ送付させて頂きます(現在進行中)。
下期で 達 成 で きた 点 と そ の 理 由	*下期で達成できた背景を二つの理由から示します。 1. 目標1)の講習会の実施には残念ながら至りませんでした。何より二回目のお申し込みがあったことは、講習会に参加して学習し、その資格を活かして何らかの次の活動へ繋げたい、との意欲の表出と受け取りました。もしウイルス騒動が生じなければ、今回はこの6名+研鑽学習3名=定員以上の合計9名にて実施できたこととなります。さらに、テキストもオリジナルイラストによって著作権侵害の心配が一切ない形での作成になったことから、将来的な出版物としての可能性を秘めたテキストブック作成と相成りました。よって、2020年5月上旬実施に向けた体制はすべて整っていると申し上げても過言ではないと思われ。さらに、上期報告書でも提示致しましたが、このネットワーク形成のおかげさまで、様々な人脈との交流が可能となりました。よって、講習会テキストブックの充実化が図られ、より良好な産物となったと考えます。リーフレットの増刷も、この講習会に合わせて同時に行う事ができましたので、これもひとえに、秋山財団様より助成を受けている、というバックグラウンドが武器になったと推察されました。ハハラボラトリーの活動だけではおそらく、第二回目の講習会の定員がここまでにはならなかったものと感じます。 2. 産後ケアハンドブックへの継続的な取組が可能になっていること、ハハラボPR広告ちらしの増刷及び郵送(目

	<p>標2)及び3)は、まさに秋山財団様の助成金のおかげであることが、まず第一の背景理由です。資金がなければ、産後ケアハンドブックへの発行、という思考すら持ち合わせなかったと推察します。さらには、広告チラシを思い切った形で大量印刷をかけることができなかったと思われます。これは感謝の念に堪えません(ありがたい限りです)。</p> <p>次に、二つ目の背景理由としては、このネットワークやそこから広がった更なるネットワーク人脈の方々から、様々なフィードバックを頂いたり、評価をして下さったことが、あげられます。とくにPR 広告ちらしに関してですが、ネットワークメンバーや、ハハラボラトリーの活動に寄与して下さっているサブメンバーの方々、さらにはその活動を後押しして下さる教育関係の方々等に、初期段階として拝見して頂き、かつメッセージを頂く機会を得ることができました。あえて厳しいメッセージを下さる方々や、もう少しこのメッセージが強化されるとよいのでは?といったアプローチを頂けたことが、この結果を生んだと思われます。これまで行ったことを評価されることは、ある種厳しい様相も含まれることに繋がりますが、そのメッセージが、今後の糧になり、アウトリーチへとつながるのではないかと感じた次第です。</p>
<p>下期で達成できなかった点とその理由</p>	<p>目標1)に関しては、社会情勢が背景要因となっているため、如何様にも困難な状況である、と認識しております。そのため、今年度の3月実施は、2020年5月へ延期という形をとらせて頂きました。参加をご希望の方々には大変申し訳ありませんでしたが、振替日に参加可能であれば、ぜひ出席して頂きたいと思っております。</p> <p>目標2)に関しては、イラストレーターさんの生活状況などが背景にあるため、こちらも如何ともし難い状態ではありませんでした。しかしながら、今後も出版を行う事などを考慮に入れるとすると、お一人だけに頼る計画を立案することは、少々困難が伴う可能性も否定できないことを、今回のことで学習することができました。次年度以降、テキストブックや産後ケアハンドブックその2、というような形態で何かを生み出す場合には、サブメンバー等の補強も考慮に入れなければならないと考えました。(現在、ネットワーク形成メンバーから、2名ほどイラストレーターさんをご紹介してもらっているところです。その方のおひとりへは、今回の講習会テキストブック作成に全面的に御協力を頂くことになり、イラストを仕上げさせて頂きました。今後メンバーに入って頂くかは、現在交渉を重ねているところであります。)</p>
<p>上期の目標</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1) 産後健康運動指導士講習会を滞りなく実施し、地域の健康増進を担う人材の育成に力を注ぐこと 2) 1)に準じた、講習会テキストブック発行を新たに行うこと+2019年度に仕上がらなかった産後ケアハンドブックの発行→増刷へと導くために、アウトリーチ活動引き続き丁寧に継続をしていくこと(PV作成含む)。