



松本山雅FC

ママサポ企画実施! 1/2

信州大学医学部「周産期のこころの医学講座」様より、コロナ禍において妊婦や子育て中のママさんたちが家で過ごす時間がさらに増加したことで、うつ状態になる方が増えているという社会課題についてご相談いただきました。サッカー観戦がママたちの外出するきっかけや気分転換になるようにしたいと考え、気軽に日頃の悩みを相談できるブースの設置や妊婦さんやママたちをご招待するなどの企画を実施しました。医師や助産師さんに観戦エリアでママたちをサポートいただき、安心してスタジアムに来場できる環境づくりにチャレンジしました。



活動場所 サンプロ アルウィン(スタジアム)



協働者

学校、選手、病院、助産院

協働者名

信州大学医学部周産期のこころの医学講座、助産院おりん、はぎもと助産院



協働者の声

信州大学医学部周産期のこころの医学講座/医師 村上 寛 氏



どれだけサッカーが好きな妊産婦さんやお母さんでも、赤ちゃんを連れてスタジアムでサッカー観戦をすることは簡単な事ではありません。しかし松本山雅と松本の医師や助産師など専門家が話し合い、出来る限りの準備をすればきっと来て下さるはずと思い、今回の企画を実施しました。実際に多くのママたちが来て下さいました。これが松本発、Jリーグと地域の新しい連携の形です。



活動詳細情報

- 1 [公式サイト①](#)
- 2 [公式サイト②](#)
- 3 [公式サイト③](#)
- 4 [公式サイト④](#)
- 5 [村上寛Twitter](#)



カテゴリ(SDGs)/取り組みテーマ





松本山雅FC

ママサポ企画実施! 2/2

Story

2021年、連携協定を結んでいる地元・信州大学医学部で「周産期のこころの医学講座」を開催されている村上医師より、「妊婦や子育て中のママさんたちが新型コロナウイルス感染症の感染拡大によって、家で過ごす時間がさらに増えたことでうつ状態になり、病院を訪れるママが増え続けている。1人でも多くのママを助けるために、松本山雅FCと一緒に何かできないか?」とご相談をいただいたことが始まりでした。



何度も話し合いを重ね、まず初めに実施したのが「ママサポお話ブース」でした。ホームゲーム開催日、専門の医師・助産師の皆さんに、試合観戦に訪れるママたちの話を聞いていただきました。日常生活の中で子育てや自身の体のことなど、病院に行って相談するほどではないが、気になることを気軽に話してもらうことができました。何度も実施するうちに、試合観戦に来たママだけでなく、スタジアムのある公園へ遊びに来たついでに、立ち寄ってお話いただけるママも増えました。次に、ママたちの気分転換になる場所を提供できないかと考え、「安心! ママサポチケット」という企画チケットを販売しました。小さなお子さんと安心して観戦できるエリアを設けた他、参加者には、選手からの子育て応援メッセージ入りの直筆サイン色紙をプレゼントし、大変喜んでいただきました。



22年は、「ママサポ安心フリーチケット」と題してママたちをホームゲームにご招待しました。それまでの経験やママたちの声を反映して、観戦エリアの近くまでベビーカーを利用できたり、ミルク調乳用のお湯、おむつ交換台の設置、観戦エリア内に、立って赤ちゃんをあやせる「あやしスペース」を設けるなどの工夫をしました。また、専門の医師や助産師さんが観戦席にいてママたちを見守りながら、必要に応じてサポートしていただきました。子どもが泣いて他の方の迷惑になるからと試合観戦に行くことを躊躇される方もいらっしゃいますが、周囲の方々がママたちの気持ちを理解し「共存」していくことが大切だと思っています。