



# イクジイ世代にお伝えしたい 周産期のこころのこと



■信州大学医学部周産期のこころの医学講座の特任講師・村上寛先生による連載コーナーです。  
妊娠期から産後の女性とそのご家族のメンタルヘルスに関する村上先生のコラムをご紹介します。

## 松本市美術館にて「ベビーといっしょにミュージアム」を開催いたしました

先日2月22日、松本市美術館にて、「ベビーといっしょにミュージアム」という企画を開催いたしました。以前より周産期のこころの医学講座では、松本山雅FCの「ママサポ企画」のように、**松本地域において、妊産婦さんやお父さんお母さんがリフレッシュできるような企画**を考えてまいりました。

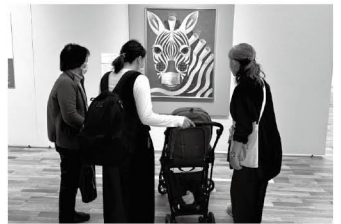
美術館に行くことが好きなお父さんお母さんはたくさんいらっしゃいますが、そういった方々は、「赤ちゃんが大きな声で泣いてしまったら周りに迷惑をかけてしまう」「子どもが走り回って作品に触ってしまったらどうしよう」などの理由から、**なかなか美術館に足を運ぶことができません。**

今回の企画の開催に際しては、松本市美術館から、「ベビーといっしょにミュージアム」を開催しますと、事前に松本市全体にアナウンスがあったことから、当日お父さんお母さんが美術館に足を運びやすい雰囲気を作ることができたと思います。



「対話」をしながら美術鑑賞に奔走しました。

アートコミュニケーターは学芸員ではないので、作品の解説はしません。その代わりに、一つ一つの作品の前で、お父さんお母さんと作品に対する感想を語り合います。作品に対する見方は、人によって驚くほど異なります。その違いを**アートコミュニケーターと語り合うことで、お父さんお母さんはより深く作品を楽しめるようになります。**また、普段なかなか他の人と話す機会の少ないようなお母さんは、**好きな美術鑑賞をしながらアートコミュニケーターと作品について話すことで、リフレッシュすることができます。**



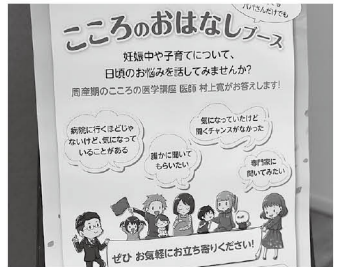
「ベビーといっしょにミュージアム」では、来場されたご家族一組一組の美術鑑賞を、株式会社乃村工藝社とアート・コミュニケータ東京(事務局:特定非営利活動法人アート・コミュニケーション推進機構)のアートコミュニケーターがサポートしました。

アートコミュニケーターは、赤ちゃんや子どもたちと鑑賞するお父さんお母さんのサポートをしつつ、お父さんお母さんと



作品鑑賞終了後は、周産期のこころの医学講座の私(村上)と助産師が、「こころのおはなしブース」でお待ちいたしました。日頃抱えている育児におけるお悩みや、こころの苦しさをお話していただきました。**美術鑑賞しながらアートコミュニケーターと対話することで、少しこころをほぐしていただいたのか、たくさんのお父さんお母さんにお話をしていただきました。**

事後のアンケートによって、お父さんお母さんから大変好評であったことが分かりました。今回の企画の振り返りをきちんと行った上で、今後も松本地域においてさまざまな企画を行ってまいります。



村上寛先生(むらかみひろし)  
1985年生まれ、東京都出身。信州大学医学部周産期のこころの医学講座医師。三児の父。「周産期、全力を尽くします！」

村上寛先生の公式 Twitter  
<https://twitter.com/murakamishinshu>



### 村上寛の育児日記

ようやく長い冬が終わり、外も少しずつ暖かくなってきました。子どもたちは公園で遊べる時間が長くなり、うれしそうです。



信州大学医学部  
周産期のこころの医学講座

◀村上寛先生のお知り合いの松本山雅サポーターの方が制作されたイラスト

■編集室では「周産期のこころのこと」に関わる質問を募集します。村上先生にお聞きしたいこと／掲載用住所(市町村名)とペンネームを編集室までお寄せください。