



# 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。

## 「生きてるだけで100点満点！」

—10月7日(土)、周産期のこころの医学講座 市民公開講座開催のお知らせ—

皆様のお力添えのもと、信州大学医学部周産期のこころの医学講座は、開講3周年を迎えました。これを記念し、10月7日(土)に、**当講座初となる対面形式の市民公開講座を行います。**今回の市民公開講座では、**奥山佳恵さんという、女優としてご活躍をされながらダウン症の次男さんを育てていらっしゃる方にお話をいただきます。**

妊産婦さんのメンタルヘルス専門外来である信州大学医学部附属病院「周産期のこころの外来」においては、多くの妊産婦さんが、「おなかの中の赤ちゃんに何か異常は無いか?」という不安を語ってくださいます。あるいは、生まれてきた子どもがダウン症だと分かり、パニックになる方もいらっしゃいます。「周産期のこころの外来」では、**そのような不安やパニックに妊産婦さんと一緒に丁寧に向き合っています。**

今回、**実際にダウン症のお子様を育てていらっしゃる奥山佳恵さんのポジティブな語りを皆様にお聴きいただくことで、不安がほんの少しでも軽くなればと、また実際にダウン症のお子様を育てていらっしゃる方や、周りにダウン症のお子様がいいらっしゃる方に、少しでもお役に立つことができたと願っております。**

今回の**市民公開講座は無料**です。そしてどなたでもご参加いただけます。会場内に**ファミリーコーナーを設けますので、お子様連れも大歓迎**(ベビーカーでの入場も可)。お子様をお連れの方、講演中もしお子様が騒いでも、どうかお気になさらないでください。スタッフが適宜サポートいたしますし、ぜひご参加ください!

**お申し込みは左チラシのQRコードから。**先着700名です。どうかお早めにお申し込みください! 皆様と10月7日にお会いできることを楽しみにしております。



開講3周年記念  
信州大学医学部  
周産期のこころの医学講座  
第8回市民公開講座

2023 **10.7** 土 14:00-16:00  
(参加受付開始13:00)

■会場|キッセイ文化ホール中ホール  
長野県松本市水汲69-2

■参加費|無料 ■申込開始日|9/8(金)午前10時  
周産期のこころの医学講座  
ホームページより

■定員|700名

---

**プログラム**

総合司会：小椋希美さん(テレビ信州アナウンサー)

**第1部 奥山佳恵さんによる講演**

### 生きてるだけで100点満点!

生まれてきた次男が「ダウン症」との告知を受け、「これからどうしよう、目の前が真っ白になった」と振り返る奥山佳恵。「私にハンディのある子どもを育てられない」と思う気持ちと、「でも、この子は表現できないくらいに可愛い」と思う気持ち。そして抱き寄せて「どんな子であっても認める。その存在をよしとする。その大きさを、心が開くという生き方。『ダウン症の子はゆとり大きく、歩き方や食べ方が遅くても多くの方が支えてくれる』『障害は特別なことじゃない。あなたばかりのままでいいよ』と言い合える世の中になったら、みんな笑顔になれる」など、実体験からの想いを奥山佳恵らしくポジティブに明るく語ります。



**奥山佳恵** (おくやま よし恵)  
東京生まれ。90年に映画の全国オーディションにてグランプリ獲得、92年主演スクリーンデビュー。翌年日本アカデミー賞新人俳優賞受賞。以降、TV番組などで活躍し、現在には雑誌に講演会、著書出版、イラストや水筒等で活躍するプログライスタ、Web連載なども人気。

第2部もあります。真由をご覧ください

**プログラム**

**第2部 トークセッション**



 <p><b>奥山佳恵さん</b></p> <p>信州大学医学部 産婦人科 教授</p>	 <p><b>古庄 知己</b></p> <p>信州大学医学部 産婦人科 教授</p>	 <p><b>中込 さと子</b></p> <p>信州大学医学部 保健学科 教授</p>	 <p><b>村上 寛</b></p> <p>信州大学医学部 周産期のこころの医学講座 講師</p>
--	--	---	---



**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

**村上寛の育児日記**

先日、白馬に行ってきました。HAKUBA MOUNTAIN HARBARからの景色は圧巻でした。また別の季節にも行ってみたいと思います。



■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。