

# 「産後うつ」の本 信大医師が出版 来月記念講演

信州大医学部(松本市)の「周産期のこころの医学講座」の医師村上寛さん(39)が「さよなら、産後うつ」(晶文社刊)を出版した。産後うつになる妊産婦を一人でも減らしたいとの思いから妊娠、出産に伴う女性の心を丁寧に解説し、死産や流産を経験したカップルへのメッセージも寄せた。松本市を拠点に活動する母親団体が来年1月に出版記念の講演会を開く。

四六判、192<sup>ページ</sup>。全3章で「妊娠中」「出産後」「夫婦」のそれぞれの「こころのこと」と題して章立てした。妊娠中に急に入院が必要になった場合の心構えや父親の産後うつを紹介。出産後の母親が発信する「SOS」も取り上げ、家族がどう向き合え

ばいいのか理解を深められる。

村上さんは「妊産婦さんの心を代弁する本」とPR。松本地域で発行する育児情報誌「月刊イクシイまつもと」で2021年8月から連載して



村上さん(中央)が出版した著書「さよなら、産後うつ」。子育て中の女性たちが企画した講演会で内容を紹介する

いるコラムを大幅に加筆し、9月に出版した。1760円。各地の書店で購入できる。

講演会は、村上さんと連携して活動している松本市などの母親らでつくる任意団体「ママフェスまつもと」が企画した。来年1月18日に妊産婦や家族らを対象に同市出川の結婚式場「ガーデンヒルズ迎賓館」で2部制(午前9時半、午後1時、各回定員80人)で開催。同21日午後2時から企業経営者ら向けに「育児と仕事の両立支援 企業ができること」と題してオンラインで講演する。

いずれの講演も無料。ママフェスまつもとのインスタグラムのアカウントから予約する。問い合わせは同団体(☎0263・33・38550)へ。