

産後うつつの理解深めて

18日 信大医学部・村上医師が講演

松本

著書「さよなら、産後うつ」(晶文社)

を昨年9月に出版した信州大医学部(松本市)の村上寛医師(39)の講演会が18日、ガーデンヒルズ迎賓館松本(同市出川1)で開かれる。子育て中の女性らでつくる団体「ママフェスまつもと」が企画した。(坪田遼香)

村上医師は周産期メンタルヘルスが専門で、2021年に「周産期の心の医学講座」を医学部内に設立。

「産後うつになる妊産婦を少しでも減らしたい」という強い思いから、本を出版したという。書著では、妊娠中、出産後、夫婦の「こころ」について具体的な事例を挙げながら、産後うつの予防や重症化を防ぐヒントを優しい言葉で丁寧に紹介している。父親の産後うつにも触れている。



本を見る(左から)高山さん、村上さん、上條さん

ママフェスは18年から親子イベントなどの活動を始め、村上医師は、妊産婦や母親らの悩みに答える「心のおはなしブース」で協力してきた。ママフェス共同代表の上條詩織さん(38、同市)、高山未央さん(38、同)は「本を読んで家族みんなで向き合うことの大切さを学んだ。パパママだけでなく周りの人にも聞いてほしい」と呼びかける。

子育て応援企業のブース出店や手形アート体験、クラフト販売などをを行う「パパマママルシェ」(午前9時半～午後1時半)も同時開催。21日午後2時～3時半は、産後うつの正しい理解を深め、企

業がどのように従業員と家族を支援できるかを考えるオンラインセミナーを行う。

いずれも参加無料で要申し込み。18日は午前9時半と午後1時開始の2部制。定員各80人。申し込みは専用フォームから。



講演申し込み



セミナー申し込み