

## 教育とソーシャルサポートのリソース： 個人に合わせたミシガン妊婦医療計画 (MiPATH(マイパス))

### **Education & Social Support Resources:** The Michigan Plan for Appropriate and Tailored Healthcare in Pregnancy (MiPATH) (Japanese)

---

出生前教育とサポートのさまざまな選択肢を提供しています。これらの選択肢は、個人に合わせた妊婦医療計画(PATH(パス))をサポートすることを目的としています。妊娠中のあらゆるニーズを満たすため、ご希望の選択肢をいくつでも選ぶことができます。このリストをご覧になり、どの選択肢が最適であるか医師または助産師と相談することができます。

We offer a variety of options for prenatal education and support. These options are meant to support your Plan for Appropriate and Tailored Healthcare in Pregnancy (PATH). You can choose as many options as you would like to help you meet all of your needs in pregnancy. You can review this list, and talk to your doctor or midwife about what options might be best for you.

妊娠中に情報とサポートの両方を提供できるリソースはどれですか。

**What resources can provide both information and support during my pregnancy?**

- Stay Home Stay Connected (ステイ・ホーム・ステイ・コネクテッド) :このオンラインサポートプログラムには次のものが含まれます。
  - 毎月第1週に少人数(8~10人)の予定日が近い人たちがバーチャルで集まって、妊娠に関する話題について話し合う小さなグループ。産科医か助産師が進行役を務めます。

- 毎月第3週にオンラインのスキルセッションで、妊娠中のメンタルヘルスとセルフケアについて話し合う大規模なグループ。問題行動医療チームが進行役を務めます。
- Stay Home Stay Connected: This online support program includes:
  - Small groups (8-10 people) with similar due dates who meet virtually the first week of each month to discuss pregnancy topics. This is led by a pregnancy doctor or midwife.
  - A large group that meets virtually for an online skills session on the third week of each month to discuss mental health and self-care in pregnancy. This is led by our behavioral health team.

## 妊娠に関する情報を提供できるリソースはどれですか

### What resources can provide information about pregnancy?

- 妊婦向けの本：ミシガン・メディスンの患者さんはみなさん、妊娠の各ステージで予期されることについて書かれた「出産体験 (Your Childbirth Experience)」という本を最初の妊婦健診で受け取ります。
- 出産準備クラス：ミシガン・メディスンが提供する様々なオンラインクラスがあり、出産の準備から新生児ケアまでの話題を取り上げます。次のホームページにクラスのリンクが載っています。  
<https://www.umwomenshealth.org/resources/classes-support>.
- 医師または助産師による教育：各健診後、関連のある学習資料を患者さんの健診後の概要に添付します。
- 女性の健康リソースのウェブサイト：今後のイベント、クラスとサポート、健康教育リソースのコレクションに関する情報  
<https://www.umwomenshealth.org/womens-health-resources>
- Prenatal book: All patients at Michigan Medicine receive “Your Childbirth Experience”, a book that reviews what to expect at every stage of your pregnancy. You will receive this book at your first prenatal visit.

- Prenatal classes: There are a variety of online classes offered through Michigan Medicine, covering topics from preparing for birth to newborn care. You can find links to these classes on our website:  
<https://www.umwomenshealth.org/resources/classes-support>.
- Education from your doctor or midwife: After each visit, relevant education materials will be attached to your after visit summary.
- Women's Health Resources website: Information about upcoming events, classes and support, and a library of health education resources  
<https://www.umwomenshealth.org/womens-health-resources>

## 妊娠中にサポートを提供できるリソースはどれですか

### What resources can provide support during my pregnancy?

- ソーシャルワーク：ソーシャルワーカーは、産婦人科と家庭医療科の患者さんにケア管理とメンタルヘルスのカウンセリングの両方を提供します。ソーシャルワーカーは複数の学問領域からなる妊娠チームの一員であり、妊娠中および産後の支援のために患者さんにコミュニティのリソースを迅速に紹介します。ソーシャルワーカーと話したい場合は、医師または助産師に知らせてください。
- 精神科：女性と乳幼児のメンタルヘルスプログラムは、メンタルヘルスと福祉に焦点を当てています。サービスには、薬の評価と管理、支持療法またはコミュニティーへの紹介、不安やうつ病のグループが含まれます。クリニックへの紹介をご希望の場合は、医師または助産師にご連絡ください。
- サポートグループ：ミシガン・メディスンやコミュニティーを通じて提供される様々なサポートグループとプログラムがあります。
  - 詳細については、以下のホームページにアクセスしてください：  
<https://www.umwomenshealth.org/resources/classes-support>
- コミュニティーリソース：妊娠中および産後の女性とその家族を支援するための多くのコミュニティーリソースがあります。

- ベビー用品の入手
- 安定した住宅の確保
- 食糧不安
- 追加の社会的支援

これらのリソースを利用する方法をクリニックのソーシャルワーカーに尋ねてください。

- 母体乳児健康プログラム（メディケイドのみ）：妊娠中の受給者とその赤ちゃんに提供される無料の家庭訪問プログラム。この家庭訪問プログラムは、妊娠中および赤ちゃんの生後1年を通して、追加のリソース、教育、サポートを提供します。参加者は、母親の健康と子育ての成功に重きを置く専任の医療ケアチームを利用できます。
- 詳細については、以下のホームページにアクセスしてください：

<https://homecare.med.umich.edu/Maternal-Infant-Health-Program>

- Social Work: Social workers provide both care management and mental health counseling for OBGYN/Family Medicine patients. Social workers are part of your multidisciplinary pregnancy team and are able to quickly connect you to community resources for assistance during pregnancy and postpartum. If you would like to talk to a social worker, you can let your doctor or midwife know.
- Psychiatry: The Women and Infants Mental Health Program focuses on mental health and well-being. Services include medication evaluations and management, some supportive therapy or referrals to the community, and groups for anxiety and depression. If you would like a referral to the clinic, please let your doctor or midwife know.
- Support Groups: There are a variety of support groups and programs offered through Michigan Medicine and the community.

- Visit the website below to learn more:  
<https://www.umwomenshealth.org/resources/classes-support>
- Community Resources: There are many community resources for pregnant and postpartum women and their families to help with:
  - Getting baby items
  - Stable housing
  - Food insecurity
  - Additional social supportAsk your clinic social worker how to access these resources.
- Maternal Infant Health Program (Medicaid only): A free home visiting program provided to pregnant recipients and their babies. This home visiting program provides additional resources, education and support throughout your pregnancy and baby's first year of life. Participants gain access to a dedicated health care team that values your health and success in parenting.
  - Visit the website below to learn more:  
<https://homecare.med.umich.edu/Maternal-Infant-Health-Program>

免責条項：この資料には該当する健康状態や疾患の典型的なケースを想定しミシガン・メディスンが編集した情報や教材が含まれています。資料の中にはミシガン・メディスン外で作成されたオンラインのホームページへのリンクが掲載されている場合がありますが、そのようなホームページの内容について弊院は一切責任を負いません。この資料の内容を主治医からの医療的アドバイスと同等のものとして扱うことはできません。なぜならあなた自身の経験が一般的な症例とは異なる場合があるからです。この資料の内容、ご自分の状態、また今後の治療計画について質問がある場合は主治医にお問い合わせください。

編集:Karelyn Munro, BA

翻訳：ミシガン・メディスン通訳サービス

[ミシガン・メディスン](#)の患者教育資料は、[クリエイティブ・コモンズ表示-非営利-継承 3.0 非移植のライセンス](#)下で認可されています。最終更新日 2021年8月

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Edited by: Karelyn Munro, BA

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 08/2021