サンバ通信

◆発行 公益社<u>団法人東京都助</u>産師会

〒112-0013東京都文京区音<mark>羽1-19-</mark>18(財)東京都助産師会館2階 TEL:03-5981-303<mark>3 F</mark>AX:03-5981-3034 <URL>http://www.jmat.jp <e-mail>info@jmat.jp

●トピックス<片岡弥恵子>・・・・・・・・・・1
● (公社) 東京都助産師会 2021 年度定時社員総会報告<今村理恵子>・・2
●伊豆諸島・三宅島での助産師活動<森崎真澄>・・・・・・・4
● ~mini コラム ~ covid-19 に負けるな! 応援企画 2021 賛助会員向け講座
●ラオスでの助産師活動<高木とも子>・・・・・・・・・・・6
●白身の活動から老さスプレコンセプションケアの租状と課題く由方甲車>・・・・7

インフォメーション・・・

トピックス

2021 年度 東京都助産師会の政策活動 東京都助産師会会長 片岡弥恵子

7月4日、東京都議会選挙が行われました。東京都助産師会、各地区分会においても、母子への支援の拡充に向けて、議員や政党への要望活動は欠かせないものです。そのため、選挙の結果を注視していた会員も少なくなかったのではないでしょうか。都民ファーストは、選挙前の45議席から14議席を減らしました。一方、自民党は8議席、立憲民主党が7議席を増やし、公明党は変わらずという結果でした。自民党が第1党となりましたが、自公で過半数には届きませんでした。この結果、皆様はどのようにお感じになりましたか?

東京都助産師会では、「どうしたら、妊産婦や子どもたちに優しい町になるのか?」「東京都の隅々まで助産師の支援を届けるにはどうしたらよいか?」などを考え、政策活動を続けてきました。政党ヒアリングや都知事との面談など積極的に参加しました。また、地区分会においても区長や議員との交渉の場を持ったという話をよく耳にしました。その成果として、東京都からの委託事業が増え、少しずつ前進しているように感じています。個人的には、本会での政策活動をすることで、自ずと選挙にも目が向くようになりました。日頃から政策活動に関わることこそが、社会における政治への諦めを克服する唯一の方法であると実感しています。

地域住民による選挙で選ばれた議員は、住民の代表であり、地域での問題を解決し、人々の暮らしを豊かにす

るために活動します。私たちは妊産褥婦やその家族、そして助産師の問題などに対する要望を、議員に伝える役目があります。これには、選挙の時のみならず、日頃からの関わりが重要です。以前、本会の研修会でロビイングの講義に参加しました。講師の明智氏から議員との関わりやロビイングの要点が話されました。その際、「実現させたい政策があるのであれば、"政治家"ではなく、"ロビイスト"を目指すべき」という言葉が印象的でした。私たちは、有能なロビイストになるために、今後も知識や技術を学ぶ必要があります。しかし、人を見分けること、真意を見抜くこと、うまく相手の懐に入りコミュニケーションをとることなど、実は助産師が得意な分野であるとも思っています。

東京都助産師会では、政策提言委員会が中心となって、 2021 年度の要望書を作成いたしました。要望事項については、地区分会、部会、委員会から広く収集し、要望内容を検討し、以下の6点に集約しました。

- 1.助産師による産前産後のケア・支援サービス利用の推進
- 2. 助産所における安全で安心な分娩への支援
- 3. 地域や施設で活動する助産師の能力向上に向けた取り組みの推進
- 4. NICU等入院児の母親への支援における地域の助産師の活用
- 5. 妊産婦向け助産師オンライン相談予算の継続
- 6. 中学校・高校における助産師による「命の教育」の 実施の推進

要望事項は、適切なところ(要望書の政策を実施するところ)に要望する必要があります。基本的に母子保健施策は、区市町村が実地主体であるため、地区分会から区市町村へ要望する必要があるのです。会員の皆様と協力し、しっかり見極めて、2021年度も精力的に政策活動を展開していきたいと思います。

2021年度スローガンは「母子を孤立から守る~助産師新たな挑戦~」

公益社団法人 東京都助産師会 2021 年度定時社員総会報告 広報委員 今村 理恵子

2021年6月12日(土)14時より東京都助産師会館5階講堂にて、社員総数1097名のうち委任状を含む687名の出席を持って開催された。

片岡弥恵子会長(以下会長)から「コロナ禍において た。様々な事業が進行できるように努力してきた。2020年 (Verの報告に目を通していただきたい。ほとんどの研修会は、 202 zoomを活用して行った。妊婦の寄り添い支援など新規 加が事業にも取り組むことができた。」と、2020年度を象 た。 徴する挨拶があった。

社員総会に出席する正会員の中から橋本初江氏を議長、柴亜希子氏、森山恭子氏が副議長に選出され、議長の橋本氏より2021年度定時社員総会の開催が宣言された。三島典子監事から「全ての議案及び書類に不当な事項はないと認めた」と報告がされた。

●報告事項 1 <u>2020 年(令和 2 年度)事業報</u> 告の件(定款 43 条 2 項)

会長より、2020年度(令和2年度)事業について資料に基づき報告された。当会インターネットウェブサイト会員ページで公開されており、焦点化して報告があった内容は以下のとおりである。(総会資料2~10頁参照) 1. 2020年度(令和2年度)事業報告(定款43条2項) 2020年度(令和2年度)東京都助産師会定時社員総会の報告。

2. 理事会・運営会議・地区分会長会議の報告

前年度、理事会・運営会議・地区分会長会議をすべて オンラインにて行った。特徴的なものについて報告が あった。第2回理事会では妊産婦向けの動画配信プロ ジェクトやマタニティフェスティバルはコロナ禍の状況 のためオンラインで実施することとした。第1回臨時 理事会では2021年度日本助産師会の代議員を決めた。 第3回理事会では、東京都からの新型コロナウイルス に感染した妊産婦への寄り添い業務支援委託を受けるこ とに関して審議し、承認を得た。12月には第1回運営 会議と第5回理事会を共に実施し、2021年度の活動計 画が話し合われた。また、オンライン相談業務委託につ いても検討された。

地区分会長会議は5回開催、全てオンライン開催となった。活動に関しては資料参照。

3. 専門部会・委員会の報告

資料に基づき、部会や委員会の報告が行われた。 [助産所部会]通常の集会はオンラインを中心に行った。 安全対策委員会で取り上げられた内容に関しては適時、 研修会を実施した。助産所安全管理評価に関してはコロナ禍のため、確認が不十分な面もあった。新規開設の助産所には具体的な助言指導が行われた。

[施設勤務部会] 研修会が行われた。助産所安全管理評価にはコロナ禍で参加できなかった。

[保健指導部会]委託講習会の企画はオンラインで行った。COVID-19流行下における助産師対応マニュアル(Ver.1)を作成した。11月マタニティフェスティバル2020をオンラインで開催した。定員80名を超える参加があり2021年度もオンラインで実施の提案があった。

[総務総括委員会] 2020 年度の受賞者を推薦。

[広報委員会] WEB を用いた活動の工夫がなされた。 [政策提言委員会]各政党や都に対して、資料のとおり 5点の要望陳情を行った。

[教育委員会] 東京都助産師教育委託研修会がオンライン開催になり調整を行った。評価は高く 2021 年度にも活かしていける内容となった。参加人数は資料参照。 [いのちの教育委員会] エディケーター認定に向けて通

[いのうの教育委員会] エケィケーター認定に同りて通信作成、メルマガでの広報を行った。新規エディケーター認定者については資料参照。

[助産業務安全対策委員会]2月に1回、異常報告、転 院報告を受け改善に向け検討した。助産所部会で検討し 研修会などが実施できた。

[災害対策委員会]安全確認の整備、研修会の実施ができた。

[産後ケア推進特別委員会]東京都における産後ケア 事業の実態調査を行い事業の運営や利用実態な

どを調査・分析し、公表活動を進める。

[子育て女性健康支援センター]電話相談は111件であった。助産師オンライン相談は途中から東京都委託事業に変更となった。2020年5月から6月末までで相談件数556件、2021年1月から東京都の3月末まで委託事業として行った相談件数は354件。コロナに感染した妊産婦への支援は東京都の委託事業となり延べ相談件数は7

名となった。

[いのちの教育委員会] 2020年コロナ禍のため依頼数は減少した。資料参照。

YouTube チャンネルで動画作成を行い、登録者数は 3,700 人 (R3.6 月時点) となった。

独立行政法人福祉医療機構助成事業では、社会福祉振 質問・ 興助成事業の補助金助成を受け、助産師による在日外国 議長 人女性と子どもの支援として、タガログ語、中国語によ した。 る両親学級を開催した。

この件に関して、出席社員からの質問や意見はなかった。

●報告事項 2 <u>2021 年度(令和3年度)事業</u> 計画および収支予算報告の件

[2021年度事業方針、事業計画について]

会長より報告された。資料 11 ~ 15 頁参照。事業方針の大きな変化はなく、子育て女性支援センターの活動である電話相談の継続、東京都委託助産師教育指導講習会、スキルアップ講習会、地区分会の活動の推進、関係機関との連携と交流を行う。

マタニティフェスティバルは昨年度オンラインで開催し、対応能力の向上もあり、今年度もオンライン開催を考えている。実施にあたっては、2021年度からは部会と理事、その他参加してくれる方々とチームを作り企画を行う方法で進めていく予定である。賛助会員の確保では会員数の増員に向けての活動を進めていく。広報委員会が主体となり母親向けのイベントも進めていく。独立行政法人福祉医療機構助成事業補助金を2021年度も受けることとなり、ママパパ産前産後サポート事業を推進していく。

各部会、委員会の計画は資料参照。

以上の報告事項について、会場より1つ質問が挙がり、 この件ついて返答がされ終了となった。

[2020年度収支予算の報告の件について]

財務理事横川峰子氏より報告された。経常収益計 51,929,653 円、経常費用計 51,529,823 円、 正味財産増減額 329,830 円。昨年と比較し

経常収益計、経常費用計とも1600万増額となった。これは昨年度、東京都受託事業としてオンライン助産師相談を継続して行っていくためである。コロナ禍において会場費、交通費、印刷代などの支出を抑えた予算となっている。

この件に関して、出席社員からの質問や意見はなかった。

●決議事項 第1号議案 2020(令和2年) 年度 決算(計算書類)報告 承認の件

財務理事の横川峰子氏より資料に基づき説明された。 質問・意見なく、賛成多数で原案どおり承認された。

議長より予定された報告事項、審議事項について終了した。

●その他の事項

1、権田倫子氏(小平小金井地区分会)より「次年度役員選挙があり、役員がどんな方か分からないため機関紙サンバ通信は紙での広報を希望したい。」と意見があった。議長より「今後、理事会で相談して来年の選挙に備えるようにしてはどうか」と提案された。

2、小井戸氏(八南地区分会)から「諸先輩方の年齢や会場までの距離を配慮すると、総会のオンライン開催が出来ないかとの希望がある。会の意向を伺いたい。」「YouTube 配信などは可能か?」との意見があった。

五島大裕氏(本郷綜合法律事務所・弁護士)より回答された。「総会のオンライン開催は、諸問題が解決できれば実現できる。双方向の即時のやり取りができるか、参加者の本人確認が可能か、審議が紛糾した場合に意見を集約し議事を修められるか、採決の方法についてなど多くの課題がある。予算もかかる。今後はオンライン開催も多くなっていくことも考えられるので、検討する必要がある。」「YouTube 配信などの傍聴と総会参加では意味が変わる。傍聴の場合はどのような方に傍聴を許可するかという課題がある。実際に実施の場合、出席者の確認、委任状の確認、審議が可能か、採決がとれるかが課題。受け手の会員にもWEB回線、通信料について等課題がある。」

会長からは「今回、オンラインでの総会も検討はした が様々な諸問題もあり対面とした。」と回答した。

最後に、会長より「ご意見をいただき感謝いたします。 2021年度はまだ先が見えない状況ではあるが、会員の 皆さまと協力し、東京都の母子への支援を充実するよう 努力してまいります」と発言され、総会資料の最初に挙 げている 2021年度のスローガンについては「母子を孤 立から守る~助産師新たな挑戦~」今年度もコロナ禍で も工夫しながら母子支援活動を継続していく旨を発表さ れた。

その他会場からの質問・意見はなく、議長は以上を持って社員総会の審議を終了した旨を告げて閉会した。

2 Tokyo サンバ通信 No.34

Tokyo サンバ通信 No.34 3

伊豆諸島三宅島での助産師活動

東京都助産師会調布地区分会 森崎真澄

の度、2015年より調布地区分会所属の鈴木助産師と私が担当している三宅島診療所での産婦人科診療介助の仕事についてお伝えする機会をいただきました。皆様の地域に島の妊婦さんがいらした時、情報のひとつとしてお役に立てれば嬉しいです。

●三宅島助産師活動のきっかけ

三宅島では、島民である助産師の方が長く妊婦健診を 担当されていました。その方もご高齢となり、島内に常 駐する助産師がいない状況になりました。その後、北区 赤羽にある北医療センターの助産師が1ヶ月単位で派 遣されていました。しかし、それも廃止されてしまいま した。島で支援活動する助産師がいない状況を何とかし ようと、2015年当時三宅島で勤務していた看護師から 調布の助産師へ連絡がありました。ゲゲゲの町の助産師 会ライングループから鈴木助産師と私、森崎が名乗りを 上げ、三宅島での助産師活動が始まりました。

●三宅島について

三宅島は、伊豆諸島のほぼ中央に位置しています。雄山を中心とする火山島で、現在島民は約2500人です。昭和に入り4回噴火し、概ね20年周期で噴火が発生しています。2000年の噴火で大量の降灰・ライフライン

の寸断・火山ガス発生により5年間の全島避難となりました。派遣された2015年当時はガス注意報が出されていました。現在、火山ガスは出ておらず穏やかです。 島へのアクセスは東海汽船にて竹芝港より船で7時間、もしくは調布空港より飛行機で40分です。飛行機は19人乗りの小型機で少々の悪天候でも就航しています。

診療所は島内に1箇所あります。医師は自治医科大卒業の常駐医2名と派遣医1名の計3名の医師が勤務しています。専門診療は産婦人科・精神科・整形外科・耳鼻咽喉科・眼科を診て貰うことができます。この専門診療は科によって、月に1回または数カ月に1回と定期的に、医師が来島して診察が行われています。

●活動内容について

三宅島には常駐の産科医や助産師がいないため分娩管理は行わず、32週以降の妊婦さんは島外の病院へ移動してもらっています。家族や親戚が本島にいらっしゃる場合はそちらに移動していただいています。移動先がないもしくは家族などに頼れないという場合は、北医療センターをお勧めして医療センターの寮に移動していただいています。

産婦人科診療は月に1回産婦人科医と助産師が担当 しています。24週以降、2週に1回の妊婦健診は、助 産師のみで担当しています。仕事内容は産婦人科外来の 診察介助・産婦への保健指導・産後相談・母乳マッサー ジなどです。診療所の医療体制は限られるため、分娩、 手術や精密検査は内地へ移動し受けている状況です。

妊婦さんの中には、出向されている東京都の職員の方もいらっしゃいます。もともと三宅島住民でない方は半分ほどで、島で妊婦健診だけおこない本島へ異動されてしまうこともあります。妊婦健診は毎月5~10件ほどです。産婦人科外来は2日間で20~30枠ほど予約枠を設けていますが、毎回割と予約が埋まっている状況です。

●島で行う保健指導

島ならではの保健指導として、切迫早産予防や32週 以降は分娩受け入れ施設へ移動してもらうこと、受け入 れ先の調整・1ヶ月健診を受け母子共に問題がないこと を確認してもらった後に帰島することなどをお伝えして います。婦人科診療は頸がん検査や経膣エコー検査、内 服によるホルモン治療を行っており、異常が見られた場 合は内地の医療機関へ連携をとって受診してもらってい ます。

月に1回の診療なので、緊急時は島の常駐医と看護師に対応してもらっています。そのため、情報共有を常に行っています。島の保健師とも連携し、メンタルサポートも行っています。東京都助産師会の行っているオンライン相談は島の妊婦さんにとってもとても心強いサポートとして活用してもらっています。



○おわりに

宿泊施設や環境について宿泊している宿はいつもお世話になっている「オレンジハウス バロン」。いつも島の食材を駆使して美味しいお料理と快適なお部屋を提供してくださっています。

天候によって飛行機が飛ばない!ということはこの6年で1~2回。鈴木助産師は4日間帰れなかったこともありました。のんびり船旅も楽しいですが、海が荒れると酔い止め必須!です。お天気が良いと海と山がとても綺麗で鳥の声に癒され、飛行機からは海亀が呼吸をしに上がってくる様子も見ることができます。少し時間がある時に海沿いへ行った際には、鯨の潮吹きを見ることができました。とても感動的で自然のパワーが感じられます。

僻地医療体制には限界がありますが、島民が助け合い 暮らしている中で、このような活動をする機会が持てて いることにとても感謝しています。私の助産師人生の中 でも大きな学びとなっています。

Mini コラム

~ covid-19 に負けるは!

応援企画 2021 賛助会員向け講座~

2021年6月から賛助個人会員向けの講座をオンライン・ハイブリット形式で開催しています。昨年は、賛助個人会員向け講座が開催出来ませんでした。

今年は「COVID-19 に負けるな! 応援企画 2021」と 題し毎月講座を開催致します。

助産師会会員の皆さまには今回の応援企画講座ととも に、賛助個人会員の特典などのご紹介もお願い致します。 賛助個人会員用メーリングリストも作成しております。 地区分会主催の講座などもご紹介させていただき、今後 それぞれの地域の助産師と繋がっていただければと思っております。どうぞ助産師会員の皆さまのご協力をお願い致します。

賛助個人会員について

https://jmat.jp/general/ 賛助個人会員の申し込みフォーム

https://coubic.com/jmat/439701#pageContent

賛助個人会員の特典

~会員になるとこんな特典があります~

- 1. 東京都助産師会が開催する一般向け講習会に会員価格で参加できます。
- 2. 助産師会の会報が年3回届きます。
- 3. 助産師と交流でき、イベントの共同企画を行うことができます。
- 4. 賛助個人会員向けのメーリングで、各地区の講座 やイベントなどの情報を知ることができます。



4 Tokyo サンバ通信 No.34



南アジア唯一の内陸国、ラオス。豊かな自然や農業を中心とした人々の素朴な生活様式や、49も の少数民族から成る多種多様な伝統文化が残されている ことから、"東南アジア最後の秘境"とも呼ばれていま す。国土はちょうど、日本の本州と四国を足したくらい の大きさで、人口は約680万人、隣国タイの人口の10 分の1ほどになります。首都ビエンチャンの街中でも車 のクラクションはほとんど聞かれないほど、のどかで穏 やかな雰囲気がある国です。私が助産師として派遣され た場所は、ラオスの首都のはずれ。東京都なら奥多摩の ような場所にある人口5万人を管轄する小規模な病院で した。見渡す限りの、ラオス人・・・日本人は私ひとりでし た。日本語が通じないのは当たり前ですが、英語も通じ ません。読み書き会話すべて、ラオスの公用語・ラオ語 でやり取りをします。私が活動をしていたのは2014年 7月~2016年9月なので、帰国してからもうすぐ5 年になりますが、いまだに「ラオスに帰りたい」と思い を馳せてしまうほどそのお国柄や生活スタイルが気に入 り、第二の母国と言える場所となりました。

一方で、妊産婦死亡や乳幼児死亡の割合が隣国と比 べてはるかに高いことは見過ごせません。2019年の UNICEFによる報告では、ラオスの妊産婦死亡は妊産 婦10万人あたり185人と日本の約40倍でした。また、 倍にあたります。

私の暮らしていた地域にも、川を渡し舟で渡らなければ 行けない村がありました。そのため子どもや妊産婦は、 定期的な健診や予防接種を受けることが難しく、病気に なったときにすぐに医療施設に行くことができません。 私の配属先では、管轄地域のなかで特にアクセスの悪い 村に出向いて妊婦健診や妊産婦への教育、予防接種など をおこなうプロジェクトが何年も前の協力隊から継続さ れていました。何人ものスタッフでたくさんの荷物を積 んで車で行くこともあれば、数人のスタッフとバイクで 向かうこともありました。村ごとに必ず1つはあるお寺 は開放的で涼しく、健康教育や妊婦健診をするのにもっ てこいの場所です。村長さんが放送で呼びかけると、ど こからともなくぞろぞろと集まってくる様子は途上国な らではの興味深い光景でした。

そのほかにも、基礎教育を十分に受けていないことで 予防や受診の必要性を理解してもらえないこともありま すし、もともと各地域にある慣習や伝統的な治療を重ん じるために医療介入が難しいこともあります。その傾向 は、特に少数民族で強くみられます。少数民族へのアプ ローチはインフラの改善だけでは解決しないため、理解 を促すためのコミュニケーションの方法を工夫していく 必要があります。

任期の後半、特に力を入れていたのが母子手帳の普及 教育活動でした。ラオスの母子手帳は協力隊の活動に よって1995年に導入、現在は全国的に使用されていま す。その内容をより良くすることと、母子手帳の正しい 記録方法や活用方法について医療者に教育し、日頃の保 健指導に活かしてもらうことを目的として、協力隊の仲 間・ラオス保健省・JICA 事務所の協力のもと活用ガイ ドブックの作成とスタッフトレーニングを実施しまし た。この活動は、あと20年くらい続けないと結果がわ からないと思えるほど地道なものでしたが、周りの人た ちの協力によって "種まき" を終えて帰国しました。 帰 国後2年ほど経った頃、私たちがおこなったトレーニン グを基にその後も新しい母子手帳やガイドブックの作 成、トレーニングが行われているとの報告を聞き、種か ら少し芽が出てきたことに感動しました。

出生1000人あたりの新生児死亡数は23人、乳児死亡 ラオスで活動するにあたり、私が大事にしてきたこと 数は38人、5歳未満の幼児死亡数は47人と、これらが3つあります。1つは、ラオスの人たちが大切にして は日本の20~30倍、タイの約5倍、ベトナムの約2 いることを、私も大切にすること。もう1つは、問題を 探そうとするのではなく彼らが"困っていること"を探 いくつかある課題の一つは、医療施設へのアクセスのること。そして、これが一番難しいのですが、現地の人 問題です。ラオスでは、40以上の少数民族が、山岳部 たちにとって何が必要か?を考えることです。彼らの に散らばって暮らしています。道は舗装されておらず、困っている部分を助けて、今あるものをもっと良くする 何日も歩かなければたどり着けない村も多くあります。ことを共に目指します。お金が必要なこともありますが、 お金をかければいいというわけではありません。人と人 がつながって、助け合って、事を成していく。これが協 力隊、草の根ならではの活動スタイルだと思います。

健やかな妊娠出産育児のためにできることを

自身の活動から考える プレコンセプションケアの 現状と課題

広報委員 中 友里恵

→ Pレコンセプションケアは「受胎前のケア」と言わ れ、生殖可能な時期の男女の健康管理やいつか妊 い。 娠を望む女性の心と体の健康管理のことである。

妊娠出産のタイミングや方法は多様化している。女 性のキャリア構築が進んでいる現代で、晩婚化も進み、 赤ちゃんを望めばすぐに授かることは容易ではない。 2015年の調査では、実際に不妊の検査や治療を受けた ことがあるカップルは5.5組に1組の割合で増え続け ている (第15回出生動向基本調査/国立社会保障・人 口問題研究所(2015年)より)。不妊の原因には、年 齢だけでなく不規則な生活、婦人科系のトラブルの増加 などといった事も挙げられる。

私は現在、妊娠を希望している女性にパーフェクト バースという妊娠準備講座を行っている。受講生には、 結婚していて妊娠を2年後に考えている女性、未婚だ が結婚したらすぐに妊娠を考えている女性、年代は20 代後半から40代前半と幅広い。またセルフケア意識が 高い方もいれば、仕事が忙しく不摂生を改めたい方など と目的や動機もさまざまである。

講座内容は、妊娠に向けた心と体の整え方や医学的 知識、月経や妊娠の仕組みなどを伝えている。また DOHaD説(※1)にもあるように、妊娠前や妊娠中の 女性の健康状態が未来の赤ちゃんの健康に影響すること から、食事や運動といった日々の生活を振り返り、自身 の健康管理を意識してもらうことも大切にしている。単 発講座ではなく3ヵ月間で5回の継続講座とすること で、妊娠に向けた心と体の土台作りができることを目標 としている。

受講生の女性達に共通していることは「いつかママに なりたい!」ということである。

これまで自分の月経周期や量が正常なのか異常なのか 知らずに過ごしていた方、子宮頸がん健診や風疹抗体の

有無を知らない方も少なくない。産婦人科の受診目安が わからず、トラブルがあっても我慢をして放置していた という話も聞かれた。産婦人科のイメージを聞くと、少 し行きにくい、どんな先生なのか不安、なんとなく恥ず かしいなど漠然と行きにくさを感じているようだが、受 診目安がわからないという声が多かった。月経や性生活、 婦人科疾患について周囲と話すことはほとんどなく、子 供のころに十分な性教育を受けていない世代が大人にな り、知識が乏しく行動が遅れることで「産みたいときに 産むしことが難しくなっていると感じる。受講生からは 「もっと早く知りたかった。」という声も多く聞かれ、後 悔する女性をなくしていけるよう今後も活動していきた

プレコンセプションケアとは妊娠出産のためだけでは なく、女性が健やかに生きるためのセルフケアでもある。 「包括的性教育」の重要性が提唱されている中、大人だ けではなく、学生の頃から自分の体を知り行動できる正 しい知識を提供できる環境が必要である。将来、望んだ ときに健やかな妊娠出産ができるためには、女性の専門 家である私たち助産師が医学的な知識や情報を伝える取 り組みや、健康相談ができる機会を増やしていく必要が ある。そのためには学校や自治体、企業との連携も不可 欠であり、社会全体に理解を得ることも重要である。

また、今は妊娠出産を自分事として考えることができ なくても、ライフプランを考える上で正しい妊娠出産の 知識は事前に学んでおくべきである。妊娠出産は人生の ゴールではなく、自分の意思で健やかな妊娠出産育児が できることが女性にとっての幸せである。どんな環境で も男女ともに学びを得ることが出来、自分や周囲の人を 大切に考えるプレコンセプションケアをもっと広く支援 していきたい。

(* DOHaD 説; Developmental Origins of Health and Disease 説とは"胎児期や出生直後の健康・栄養状 態が成人になってからの健康に影響を及ぼす"という考

◆配属先の病院での妊婦健



おめてとうございます

永年活動感謝状

加藤巴子(北第一)、牧京子(八南)、影山初子(東久留米清瀬 西東京)、矢島床子(国分寺市)、高橋廣美(北第一)

公益社団法人 日本助産師会 会長表彰 7名 荒井みね子(江東区)、大久保富士子(北第一)、木内美津子(江 東区)、木切倉真澄(江東区)、鈴木幸子(東久留米清瀬西東 京)、星野雄子(豊島区)、弓削美鈴(江東区)

物故会員 (氏名、享年) なし

今後のセミナー・イベント予定

東京都委託助産師教育指導講習会

今期は9月、10月、12月、2月に開催予定。 今回は開催講習会ごとに日時が異なります!参加の際は確認 の上お申し込みください。

また詳細については HP をご覧ください。

申込は東京都助産師会 Coubichttps://coubic.com/jmat内 より受付。

事務所の夏期休業について

8月11日(水)から8月17日(火)まで事務は夏期休業 させていただきます。メール・FAXは24時間受信可能で すが返信につきましては8月18日(水)以降順次ご連絡と させていただきますのでご了承ください。

会員数

R3.7.1現在 1110名(会費未納者、今期退会者を含む)

◎年会費の自動引落手続きについて

年会費のお支払いは、指定口座からの自動引落による 会費納入が、原則となっております。お手続きがまだの 方は、東京都助産師会もしくは日本助産師会までお問い 合わせください。口座引落依頼書をお渡しします。今か らお手続きされますと令和4年度の会費より自動引落 となります。

◎年会費のお支払いがまだの方は、下記にお振込み願い ます。

※正会員(一般)25000円(内訳:本部会費15000円 東京都助産師会会費10000円)

※正会員 (特別)15000円(内訳:本部会費 5000円 東京都助産師会会費 10000円)

郵便口座

0 00170-7-484988

公益社団法人東京都助産師会

※他銀行からお振込みの場合 ゆうちょ銀行

〇一九(ぜろいちきゅう)店 当座0484988

銀行口座

○三井住友銀行 大塚支店 普通 1986476 公益社団法人 東京都助産師会

○三菱 UFJ 銀行 江戸川橋支店 普通 0031243 公益社団法人東京都助産師会 代表理事 片岡弥恵子

また、住所・職場、改姓等変更がございましたら、必 ず日本助産師会の会員ページより会員情報変更フォーム より手続きをお願いいたします。所属地区分会の変更も 日本助産師会のマイページより変更できるようになりま した!

編集後記

この編集後記を書いているのはオリンピック開会後数日の頃なのですが、 日本人選手が今まさにメダルを獲得しました!喜ばしいですね!ところでス ポーツを見ている時、子どもに何のスポーツをさせたいかをよく考えること があります。やりたいスポーツを4歳の息子に尋ねると、試合など見たこと がないはずの「バスケットボール」という返答がありました。意外な答えで したが、とりあえず何でもやってみてもらおうと思います。(斎藤 典子)

編集委員:荒慶子、中友里恵、伊藤敦美、今村理恵子、斎藤典子、宗祥子、高橋一紗

∖全国220以上の助産施設で沐浴指導に導入いただいています/

新生児から使える低刺激スキンケア

アトピー性皮膚炎や肌トラブルの予防に、生まれ アドロー任反順級でMirプラルの予例に、主まですぐからのスキンケアが注目されています。 ママ&キッズのベビーラインは、小児皮膚科医、 小児科医、産婦人科医、助産師協力のもと開発 新生児から使える安全性を確認した低刺激処方で、赤ちゃんの肌をすこやかに育みます。





特別価格でご提供

院内での製品のご使用については、 株式会社ナチュラルサイエンス 営業部(担当:環/田中 右記までご連絡をお願いいたします。 TEL: 03-5665-3866 FAX: 03-5665-2322

кm 2 陣痛時、 **事前に登録するの** そんな心細いときのために ニティマイタクシ にご登録ください。

国際自動車株式会社

マタニティマイタクシー お問合せはこちらへ 03-5520-5690 (無料 会員登録はWEBで) マタニティマイタクシー





