

- トピックス<片岡弥恵子> 1
- 「いいお産の日イベント」大成功！<中友里恵> 2-3
- 座談会『産後ケア』について話そう！<荒慶子・斎藤典子> 4-5
- 海外での助産師活動 <宗祥子> 6
- 賛助個人会員特典講座 開催報告<伊藤敦美> 7
- インフォメーション 8



◆発行 公益社団法人東京都助産師会
 〒112-0013東京都文京区音羽1-19-18(財)東京都助産師会館2階
 TEL:03-5981-3033 FAX:03-5981-3034
 <URL><http://www.jmat.jp> <e-mail>info@jmat.jp

Topics

covid-19 感染対策下における 東京都助産師会の活動

東京都助産師会会長
片岡弥恵子

2020年4月にCOVID-19感染拡大による第1回目の緊急事態宣言が発出され、日本中でコロナとの戦いが始まりました。本会は、いち早く(2020年4月27日スタート)オンライン助産師相談を開始し、YouTubeチャンネルでの妊産婦さん向けの動画配信を始めました。オンライン助産師相談は、5月16日から東京都委託事業となり、6月30日にいったん終了しましたが、2021年1月から再開となり現在も続けております。Coubic 予約サイトには、沢山の利用者の方から感謝の言葉が書き込まれております。妊産婦に寄り添い的確にニーズをとらえて助言する助産師の相談・支援の質の高さがうかがえます。2020年9月からは、COVID-19に罹患した妊産婦の退院後の支援を想定した「新型コロナウイルスに感染した妊産婦への寄り添い型支援」が始まりました。この事業はいまだ十分に活用されていない現状から、今後周知の必要があります。オンライン助産師相談、寄り添い型支援とも、2021年3月まで実施予定で、状況によっては来年度も継続されることになっています。

そして、さらに2021年11月から新たな事業として「自宅療養中の妊産婦への健康観察事業」が始まりました。COVID-19感染拡大の第5波では、東京都内の感染者が急増し、妊産婦も例外ではありませんでした。特に8月は600人を超える妊婦が罹患したと報告されています。そのため、妊産婦といえども入院することができず、ほとんどの方が自宅療養となりました。自宅療養中の妊産婦は、千葉での新生児死亡の報道以降、陣痛

が発来しても入院することができないのではないかとこの不安が高まっておりました。また、保健所等の業務が逼迫し、ファーストコンタクトが3~4日後ということも珍しくなかったようです。そこで、本会では助産師が自宅療養中の妊産婦の健康観察を実施する事業案を東京都に要望しました。地域の助産師だからこそ、自宅療養中の妊産婦の健康観察が的確にでき、さらに支援のための情報提供や助言ができます。また、健康観察ではCOVID-19の症状に加え、産科的異常症状の観察も重要となるからです。東京都を8つの地区に分け、助産師がチームを組み、実施体制を整えております。今後の第6波に備え、マニュアルや資料の充実、体制の強化に努めていきます。会員の皆様のお力添えなくしては実現しない事業です。引き続き、ご協力いただきますよう、よろしくお願いいたします。

東京都のCOVID-19新規感染者も減少し、人々は少しずつ日常を取り戻そうとしています。私たち助産師は、妊産婦の気持ちが楽になるよう、前向きに育児に迎えるように支えながら、そして感染対策は今後もしっかり継続して行っていきたいと思います。

新型コロナウイルス感染症によりご自宅で療養される妊産婦の方への支援事業

東京都委託事業

新型コロナウイルス感染症により
ご自宅で療養される妊産婦のみなさまへ
助産師があなたを見守ります

コロナ陽性となった妊産婦さんは原則として入院治療となりますが、症状が軽い場合やご家庭の事情(お子様の世話があるなど)により、自宅療養をされる場合もあるかと思います。そんなとき、「助産師による健康観察」をどうぞ、ご利用ください!

助産師による健康観察をご希望の方はかかりつけ産婦人科医療機関にコロナ陽性になったことをご連絡の上、最寄りの保健所にご相談ください。

※助産師に至急、相談することを希望される場合は
東京都助産師会070-3232-5971までご連絡ください

■支援内容
・助産師は、原則として療養開始日まで、毎日、電話またはオンラインで、健康状態をおたずねします。必要な場合はご自宅を訪問し、胎児の心音の聴取などを行います。
・妊産婦の方の様々な不安や悩みをうかがい、専門的なケアや育児に関する助言をいたします。

■費用
・無料(ただし、電話相談にかかる通話費用等は自己負担になります)。

訪問や電話による相談

相談の流れ
①まずは下記URLの予約フォームにて相談希望日時をお申込みください。
②希望いただいたお日にちに、助産師よりご連絡し、電話相談を実施します。
③助産師と相談の上、訪問による相談を実施します。

詳細・予約方法
以下のURLまたは二次元コードよりご確認ください。
<https://coubic.com/jmat/97927/>

訪問や電話による相談例

長期化するコロナ禍において、多様化する妊産婦さん・産婦さんの不安や悩みに関する相談を訪問や電話によりお受けします。
「隔離する薬品に薬性がない」「妊娠中が子宮が腫れて痛んでいる」「など、新型コロナウイルス感染症について不安を抱いている方などからの相談をお受けしています。

「薬が効いておらず、どうしたらいいかわからない」
「コロナが不安、どんなことをして妊婦ライフを過ごしたらいいの?」
「コロナで寝ていても寝ていないから、産後が心配...」

委託先 公益社団法人東京都助産師会
事業の詳細については東京都のホームページをご覧ください。
<https://www.kaijushiseisaku.metro.tokyo.lg.jp/koronamozoku/sonota/chiyugawa-online.html>

オンラインだけでなく訪問や電話相談も
加えた助産師相談事業

「いいお産の日」イベント」大成功!!

広報委員 中 友里恵

毎年11/3 いいお産の日は、東京都助産師会主催でイベントを開催していました。コロナ感染拡大防止のため、昨年同様今年もオンライン開催でしたが、初の試みでインスタライブリレーを行いました。「have fan!」と題して助産師や子育てを応援する方々が集結し、いいお産の日にちなんだテーマで15分のライブ配信を行い、次の方に繋いでいきました。多くの方がSNSを利用しており、今やSNSは情報収集には欠かせないひとつです。今回はInstagramを使用し、育児や家事をしながらどこでも見ることができ、たくさんの方にライブ配信をお届け出来たのではないかと思います。

インスタライブリレーのすべてをお伝えしたいと思います!

第1弾オープニングは、片岡会長の開会の挨拶から始まりました。そのまま、片岡会長とTikTokで大人気のTikToker 竹田こもちこんぶさんとのプチ対談がありました。竹田こもちこんぶさんについては、第2弾へ続きます。**第2弾**は、竹田こもちこんぶさんの「気づいたら7年間の間に4人産んでました」

竹田さんはSNSに日常に感じていることを漫談風に発信しておりTikTokは32万人のフォロワーがいます。今回は初めてのお産から現在の育児についてリズム良くユーモアたっぷりにお話してくれました。出産あるあるネタにクスッと笑いながらも、最後は「感動した」「泣けます」など温かい涙を流した方も多かったようです。子育ては自分が育っているという言葉が印象的でした。エンターテイメントでありたいと話す竹田さんの子育てのお話はとても元気をもらえます!

第3弾は、矢島助産院から「いいお産」ってなんだろう いいお産とはどんなお産かをママたちにアンケートを取り、さまざまな感想を紹介してくれました。その中で、安心感や納得感がある、「いいお産」はその時に思えなくても良くて、人の言葉や子供と過ごし時間を経ていいお産だったと思えるようになったというあるママのコメントが印象的でした。助産師は常に味方であること、否定をせず全て受け止めること。助産師の役割の大切さを改めて感じました。プレママもママも、自分のお産を考えるきっかけになったはずです。

ママ応援回がっばくライブのたすき

第4弾は、助産所OBiの会が腹帯巻きライブ 安産の神様、水天宮と助産師のコラボ配信でした。腹帯が広まったのは江戸時代だそうです。妊娠5ヶ月目の戌の日に腹帯を巻くとは知っていても、その理由や具体的な巻き方を知らない妊婦さんも多いです。今回はみずず帯の巻き方を実際にレクチャーしていただきました。自分で巻く方法とパートナーに巻いてもらう2つの方法を教えていただきました。また、コロナで参拝が心配という方のために水天宮への来場や祈祷法なども丁寧に教えてくれました。水天宮や腹帯のことを詳しく知る貴重な機会となり、腹帯を巻く日を待ち遠しく感じた方もいたでしょう。

第5弾は、スティールパン演奏家の渡辺明応さん スティールパンとはドラム缶から作られた音階のある打楽器で、ハンマーで叩いて作るそうです。「Under the Sea」など4曲を披露してくれました。ドラム缶でできているという迫力のある音のように思っていたのですが、とても優しく癒される音色でした。渡辺さんは4歳と1歳のお子さんのパパで、スティールパンをゆりかごにして遊んでいたこともあったそうです。コロナ前は年間200本程度のライブをしていましたが、コロナ禍でほとんどのライブが中止となってしまいました。その分、家族との時間が増え子育てを楽しんでいるとのことでした。渡辺さんの曲はアマゾンミュージックなどでもダウンロードができます。

第6弾は、あっこ助産院の篠宮 晃子助産師 赤ちゃんも使えるハーブウォーターでのスキンケア ママや赤ちゃんのスキンケアのお悩みはよくあり、赤ちゃんの乾燥、かぶれ、かゆみ、湿疹などの皮膚トラブルの相談は特に多いかと思えます。スキンケアの方法も大事ですが、どんな製品を使うのかもとても大切です。肌に優しいハーブウォーターを使ったお悩み別のブレンド方法も教えてくれて、すぐに試してみたいと思うママも多かったのではないのでしょうか。

第7弾は、まんまる助産院で「高蛋白食で安産に!」と鉄・タンパク質のお話 まんまる助産院では、妊産婦さんへ食事指導や講座を行っています。ライブでもクイズをしながら、貧血対策のための食事について、タンパク質との関係について学ぶことができました。助産師も食事指導をする機会も多いと思います。「妊娠中は肉を食べなさい!」も出版されており、深く学びたい方にはお勧めの1冊だなと思いました。

第8弾は、0歳赤ちゃんの専門家助産師みかんさんこと小林美香助産師の0歳児の発達遊び



大きな栗の木の下でや幸せなら手を叩こう、糸巻き巻きの曲を歌いながら赤ちゃんとのコミュニケーションや発達を促す遊びを行いました。ハンカチ一枚でできる遊びもあり、配信をみながら赤ちゃんと一緒に楽しく遊んだ親子がたくさんいたと思います。

第9弾は、パワフル整体師 & 助産師の下川りん助産師の骨盤エクササイズ!

誰でも簡単にできる骨盤エクササイズを一緒に行いました。足首をほぐすだけでも、骨盤ケアになるとのことでした。また、あぐらでお尻を揺らす姿勢は骨盤周りの筋肉が緩み、可動域が広がることで安産への近道にもなります。一緒にストレッチをしていたらポカポカと体が温まり、日々のお仕事で体が凝り固まっている助産師にもおすすめしたいです。

第10弾は、清水幹子助産師とNPO法人ピッコラーレ代表の中島かおり助産師が『おうち性教育』について対談 家庭内で行う性教育では、お風呂の場面で体のパーツについて話し合ったり、性教育用の絵本などの媒体を使用することや、家族の生い立ちなど両親しか伝えられないことをつたえるのも良いなど5つのポイントを踏まえてお話されていました。NPO法人ピッコラーレについては、ホームページ (<https://piccolare.org>) をご覧ください。「ぴこカフェ」(出張相談会)を池袋サンシャインシティアルパ1Fにて月2回開催して性のことも相談が出来ます。

第11弾は、親子で楽しむ音楽時間、3兄弟のママ & 歌うセラピスト國澤さやかさん

さやかさんは大阪在住です。生ライブならではのハプニングもありアカペラで「誕生日」を含めた3曲を披露していただきました。笑顔が素敵でとても温かく優しい歌声で心地よい時間でした。「涙が出ます」など感動のコメントも多かったです。聴きながら赤ちゃんやお子さんをぎゅっとハグしたママも多かったはずです。

第12弾は、「いいお産の日に読みたい絵本」を新宿中野杉並地区分会とぐーぐー子ども文庫の北川さんとのトークライブ

絵本の読み聞かせにどんな本を紹介したら良いのか悩みますよね。「ねえ、抱っこして」など絵本紹介の他、絵本を選ぶときや読むときのポイントを教えてくださいました。絵本を読んであげる時間が取れないと悩むママに、誰かに読んでもらえれば良いことや、楽しく読んでもらったことが子供の良い思い出になり、絵本に集中していないようで、実は聞いているのでぜひ読み続けてあげましょうなどアドバイスをくれました。

第13弾は、助産院ともこさんち「どうして伝わらないの? 夫の気持ち・妻の気持ち」ともこさんとようこさん2人の助産師によるトークライブ

6割以上の母親が産後クライシスを経験し、そのうち8割が3ヶ月以内に愛情の冷え込みを感じるそうです。ただ、クライシスは悪いことではなく一緒に乗り越えることで絆を深めることができます。イライラや怒りは寂しさの裏返しであり、言葉で具体的に伝えたり、お互いを認めてあげることが大切であると教えてくれました。子育ての中心は夫婦であり、パートナーシップは助産師にとっても今後、大切なテーマのひとつだと思います。

第14弾は、ベビーウェアリングコンシェルジュの平尾助産師と保育士の由佳さんが「ハッピー抱っこおんぶライブ」のトークライブ

由佳さんは4人のママですが、サポートしてくれた助産師やママたちへ恩返しをしくてコンシェルジュになったとのことでした。スリングは体型にあわせて密着できるリングスリングがおすすめの様です。抱っこやおんぶは育児をしていく中では欠かせませんが、楽になったら育児がもっと楽しくなりますよね。だっこおんぶの研究所は定期的に講座も行っています。気になる方は是非チェックしてみてください。

第15弾は、耳コピピアニストの瀬戸一王さん YouTubeでも大人気の耳コピ王子が最後にトリを飾ってくれました。配信直後からファンからのコメントでとても盛り上がっていました。紅蓮華、炎、大空を飛ぶ、パプリカという親子で楽しめる曲をリズムカルなピアノで披露してくれました。アレンジがとても素敵で、生配信は感動が増しました。配信が見られなかった方は、YouTubeでチェックしてみてくださいね。

ライブリレー後のFinalイベントは、河合蘭さんもゲストとして入っていただき「私のお産と家族」の写真コンクール表彰式を開催しました。コロナ禍ならではの作品も多くなりましたが、どの写真もお母さんご家族、助産師の笑顔がとびきり輝いていました。優秀賞は「夜明け」が選ばれました。入賞した4点の作品が、東京都助産師会のホームページまたはInstagramから見る事ができます。

1日がかりのオンラインイベントでしたが、あっという間の6時間半でした。どのインスタライブもママもパパも子どももみんなが楽しめる内容でした。常に50人前後の方が視聴しており、私も想像以上に感動しました。対面とオンラインの良いところを取り入れながら、来年もさらに「いいお産の日イベント」盛り上げていけたらと感じました。



座談会『産後ケア』 について話そう！ (東京都助産師会版)

広報委員 荒 慶子・斎藤 典子

令和3年10月23日 20:00～22:00 Zoomにて、座談会を開催しました。

東京都の産後ケア事業は、徐々に拡充しつつあります。施設や地域で活動する助産師の多くが、産後ケア事業に取り組んでいます。

母と子その家族が今後より良い支援を受けられるよう、産後ケア事業とサポート事業との違いなども含めて助産師の他、ドゥーラ、区議会議員、里親支援などの育児支援関係者の方たちも交え22名の方にご参加いただき、さまざまな意見交換がなされました。会の様子をご報告します。

本音で語り合おう！産後ケア…それぞれの立場から

まず初めに、「現代の妊産婦が抱える問題点」と題して松が丘助産院院長、一般社団法人ドゥーラ協会代表も務める宗祥子助産師と、産後ドゥーラとして活躍し、ドゥーラ協会理事も務める梁川妙子さんが「ママと子ども

たちの笑顔のために」産後ドゥーラの実践報告をお話してくださいました。

宗助産師は多くの母親たちをみてきて、高齢出産、人工受精後の妊娠、双子妊娠、帝王切開分娩が年々多くなってきていると強く感じており、助産師であればほとんどの方が同じように感じているのではないかと問われました。また、自宅に戻ってからサポートを得ることが出来ない（特にコロナ禍で顕著になっている）、産むことがゴールになっており子どものいる生活についていけない、赤ちゃんに接したことがない方が多い、育児技術が身につけていないままに出産施設を退院しているなどの具体的な問題点を挙げていました。多くの母親たちが、実際に困っていることは自宅に戻られてからの生活全般だと宗助産師は言っています。看護職による保健指導だけでは担えない家事や育児を支えるため、産後の女性のために産後ドゥーラを立ち上げたそうです。

また、国の産後ケア政策の実際についてもお話しいた

だき、「すべての母親と子ども、その家族のために産後ケア支援を！」と、今以上に声を挙げていけばいいと思いました。

次いで、梁川妙子さんから産後ドゥーラの実践報告を、ママたちの笑顔のライドも観ながらお話をお聞きしました。元中野区議会議員も務められた梁川さんは議員時代に「児童虐待」が増加していることに対して、なぜこんなに虐待が増えているのか疑問を持たれていたそうです。宗助産師と出会い、色々話をしていく中で児童虐待は家庭の中で起こっているのだということを知り、家庭の中でのサポート「切れ目のない支援」が必要と確信し、現在は産後ドゥーラとしてご活躍されています。産後ドゥーラの役割は助産師や保健師等とは違いお母さん目線で一緒に伴走すること、そのお母さんが今何に困っているのかお話を聞き、それをサポートしていると仰っていました。

梁川さんの実践報告のお話を聞き、産後のママパパそして子どもたちは、多種多様な支援者がお互い手を取り合い連携していくことで、産後ケアを安心して受けることができるのだと強く感じました。

産後ケアでの助産師の役割

2部は、八王子市で助産院ともこさんちを開業している青木智子さんが、今まで関わってきて感じた産後ケアのこと、これからの展望を話してくれました。産後ケアについて「産後うつ防止のためには夫婦円満がカギ！」「夫婦は社会の最小単位」「パパも一緒に来て大丈夫な環境作り」「家族の事は夫婦が決める」という4つのことから、産後ケアは家族に必要なケアである、『家族』を強調して支援をしていきたいと言われていました。

今、青木さんが行っている産後ケアは温泉施設型産後ケアです。この産後ケアは、パパの居場所もあり、ママがしたいことをママ自身が決める産後ケア施設です。育児相談や授乳相談がしたい時はいつでも相談が出来ます。他のママとお喋りがしたい時はお喋りが出来る、ひとりでのんびりすることも出来る、そんな自由な場所になっています。

日本全国のあらゆるところで当たり前に助産師に会える！そんな世の中になっていけたらいいなと思って活動していますと青木さんの今後の



ママと子どもたちの笑顔のために 産後ドゥーラ梁川妙子氏

展望を聞いて、講話を締めくくりました。

座談会「産後ケア」ぶっちゃけトーク！！

後半は、4～5人に分かれてグループトークを行いました。

いま行っている産後ケア事業をそれぞれの立場から教えてください。産後ケアについて、これだけは言っておきたい！聞いてみたい！こともお話し下さい。

一産後ケアについては自治体によりかなり色々な差があって、中野区はすごい安い費用でできるのに、全然できない区もあり、そういうところを今後整備してもらいたい！ということ。また、助産師のケアは自費で助成もされないが、保険がきくことには予算が出て、利用しやすくなっているため、私達助産師の力が十分に発揮できないなどという話が出ました。

一行政の方に要望書を出す時に、キャパはどれくらいあるのか、助産師はどのくらい受けられるのかということをお聞きされる。今後そういう調査を東京都助産師会がやって頂けるといいなと思う。また、母乳育児がなかなかうまくいってない人が多くないですか？無痛分娩でお産の満足度が下がっていませんか？という話も出ました。お産や母乳育児は、助産師として一番フォローしたいところだと思います。母乳育児に対する養育行動の獲得の評価や、お産に対する満足度を高める評価が出来たらいいなと思いました。大学の教員の方も参加されているので、調査できるといいなと期待しています。自分もできることがあったら協力したい。

一施設での産後ケアは、私の勤めている病院はやってないんですけど、基本お母さんを休ませるといって、生活を見ていくというのは程遠い。退院後の支援は、施設の産後ケアでは限界があるという話をさせて頂きました。助産院を開業されている方からは、最近行政からの委託事業（乳幼児全戸訪問事業等）の件数が減り、開業継続していくことが、厳しくなっているという話もありました。青木さんのお話を聞いて、温泉施設でやる母子支援というのはすごく良い案だと思いました。下町にはたくさん銭湯があるので、協力して出来たらいいなと思いました。

一区によってサービスの充実性も違うし、助産師に対するfeeも違うなという話をしました。産後ドゥーラも助産師との連携ですごくお母さん達に対する支援に効果が出ているというところを実感しました。産後ケアへの委託料について話しました。やっぱり、助産師のfeeが低いこと、だから産後ケアを担っていく人材が育たないし、やろうと思える人達も増えない。助産師同士の繋がりで、行政にもっと助産師の立場をアピールして、助産師と他

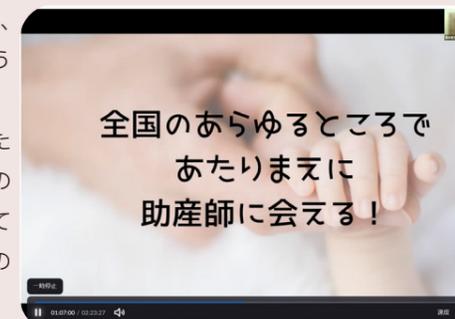
の産後ケアを担っている多職種の方々と協力していけるといいなという話になりました。一助産師であって保健師、でもアイデンティティーはドゥーラさんという方のお話をきいて助産師の活躍ってこんなところにもあったんだなと思いました。例えば、乳房のトラブルがあるママのサポートに行っても、乳房マッサージはせず、一緒に乳房マッサージしてくれる助産師を探そうとなるんだそうです。ドゥーラさんとしてのプロ意識が高すぎて、すごい！！とびっくりしました。児童虐待防止学会にも入っておられて、里親制度に取り組んでいらっしゃる方のお話など、とても広い視野でお話が聞けました。

産後ケアを助産師によるケアと広めるにはどうしたら良いか？についてお話し下さい。

一東京都助産師会のSNSで幅広く周知出来るよう「近くに助産師がいますよ！」をアピールする画像を作成しました。地区分会やご自身のアカウントから発信して下さい。今後もアイデアを考えて広めていけたらと思います。

一妊娠、分娩、それから産後は、助産師の本質的な分野ですよね。公益社団法人東京都助産師会で産後ケアのタスクフォースを設けて、助産師が先導して、母親に何が問題であるのか、何が必要であるのか導き出し支援に切れ目がないように継続できるというものを作って欲しい。そして、都内の各区に格差なく、すべての母親と子ども、その家族にそういう支援が届くように東京都助産師会として動いて欲しい！

3人の演者の方のお話や、産後ケア・産後のサポートに関わる皆さんのリアルな声をたくさんお聞きすることが出来ました。今後、産後ケアを幅広く母親とその家族に知って貰い、利用していただくためには助産師同士の繋がりがとても大切であると感じました。一人ではどうしようも出来ないことが、たくさん的人数が集まることで動かすことも出来るのではないかと思います。東京都助産師会広報委員会では、今後もこのような座談会を開き助産師の皆さまの様々な声をたくさん聞かせていただき、母子保健事業がより良いものになるよう活動していきたいと思っています。今回お集まり頂いた皆様、どうもありがとうございました！そして、これからも母親と子ども、その家族たちのために頑張っていきたいと思います！



産後ケアでの助産師の役割 青木智子助産師

ニューヨークで活躍する 日本人助産師

松が丘助産院 院長 宗 祥子

今回はアメリカ ニューヨークで、日本の助産師資格を持ちアメリカでは看護師資格で30年以上働いておられる関久美子さんをご紹介します。

1989年に渡米、1997年にアメリカの男性とご結婚され娘さんをご出産されています。そしてアメリカでは看護師の資格ですが、実際には助産師でなくてはならない日本のお母さんたちのサポートをボランティアとして行ってきました。その活動を通してアメリカのお産の状況もお伺いすることができました。

アメリカの出産、および授乳状況

アメリカでは帝王切開率は州によって違いますが、約22~36%程度と言われています。(*1) この割合は、高額な医療費の請求も要因の一つにあるらしく、また報告されていない場合もあるようです。出産も無痛が多く2008年のNVSSの報告ではアメリカの平均は61.0%、白人は68.6%、アジア系は61.8% (2011) 日本の状況とは大きく異なるようです。また、一方で助産師のみで運営する助産院のような所 Brooklyn Birthing Center (*2) も存在します。

母乳を与える人が少ないという印象もあるが、実はNY州は1994年に公共の場で授乳する権利が認められました。逆に授乳している人を注意した人が罰せられる仕組みに変わったと伺いました。しかし、ユタ州とアイダホ州などは、現在でも車中で授乳することは罰金の対象になるとのことです。

アメリカは州と連邦の法律が一致しないところもあり、実際の生活は州の法律を守ります。アメリカの公共の場での授乳は連邦では2019年7月にやっと合法になりました。約20年前に東京でニューヨーク出身の方の自宅出産を私が扱ったときに「ニューヨークで母乳を上げているという人を見たことも聞いたこともない」と聞いたことがあります。状況はこの20年で大きく変化している事が分かりました。

アメリカの助産師の地位

日本は看護師よりも先に地域の中でお産婆さんが働いてきました。年配の方は助産師のことは知らなくてもお産婆さんは知っています。日本人にとってお産婆さんは助産師のルーツであり、とても身近な職業です。

一方、アメリカの助産師は医療介入がある程度認められており、薬の処方や会陰切開ができたりします。アメリカ ニューヨーク州では、助産師になるには大学卒業後マスターの資格まで取得しなければならないため、関さんにはとても困難な道に感じられたようです。

しかし、助産師の社会的地位は日本よりもずっと高いのではないのでしょうか？看護師の資格は日本で資格を持っていれば、アメリカでも看護師の試験を受ける資格があります。関さんは、その資格試験に合格し、昨年までニューヨークのマンハッタンで働いていました。

ニューヨークでの関さんの活動

関さんは、1989年に海外旅行保険の販売を始めた東京海上日動が、ニューヨークに日本人のために日系のクリニックを開設するため、その立ち上げ要員として派遣されました。(*3) その後、内科や小児科で働きながら現地でも出産する多くの日本人と出会ってきました。

関さんが働き始めた当時は日本人が出産するといえば10人中9人が日本に里帰りして出産していました。しかし2000年を過ぎたあたりからは、10人中8~9人は現地でも出産されるそうです。英語を流暢に話す方々も増え、ニューヨークで暮らす日本人のお母さん方の背景や生活様式もかなり変化している様子です。しかし、小児科で働いている時に、健診時に日本人のお母さんに「なにが心配な事はないですか？大丈夫ですか？」と聞くと「ありません、大丈夫です」と答え、ひと段落ついて再度同じ質問をしても、やはり同様の答え。再度母親が赤ちゃんを抱えてまさにクリニックを出ようとするときにもう一度聞くと、涙を浮かべて話したそうにしている場面に、何度も遭遇したそうです。

このことがきっかけとなり、現地で働く日系の小児科医達と「ニューヨークすくすく会」(*4)をボランティアで開催する運びとなりました。月1回程度の集まりでしたが妊娠出産、子育てにまつわる様々な情報交換や、役立つ情報の講演会を専門家から聞くこともありました。ニューヨークのお母さんたちが口コミでたくさん集まるようになりました。その活動が定着してくると、お母さん方は各地域で独自の集まりを持つようになっていくとのことです。(ニューヨーク市はマンハッタン、ブロンクス、クイーンズ、ブルックリン、スタテンアイランドの5つの行政区からなる)

また、日本人だけではなくアメリカ人の方からも母乳ケアをしてほしいと依頼があり、自宅訪問もされていました。直接マッサージすることなしに母乳ケアをすることはできないことや母乳育児が軌道に乗ると愛着形成がスムーズに行くことを感じ、オケタニ式母乳マッサージを改めて学ぶために日本に一時帰国したとのことです。

12月にはアメリカに帰国予定とのことです。これからもアメリカのお母さんたちにとって、なくてはならない頼れる助産師として活躍なさることを願っています。

(*1) <https://wonder.cdc.gov>
 (*2) <https://brooklynbirthingcenter.com/>
 (*3) 東京海上記念診療所 <https://www.mountsinai.org/locations/msd-japanese-medical-practice/japanese>
 (*4) <https://www.sukusukukai.org/>

「Covid-19に負けるな！応援企画2021」

賛助個人会員特典講座 開催報告

広報委員 伊藤 敦美

東京都助産師会では、賛助会員活動の一環として助産師以外の一般の方を対象に、賛助個人会員を募集しています。

活動の目的は、社会に助産師会の活動を広報し、性と生殖の健康と権利にかかわる活動に賛同し、協働することとしています。主に講師は助産師で賛助個人会員の皆様さま向けに、様々な講座を開催していました。個人会員は参加費の優遇などがあり、母親や子育て支援者の方々が集まり情報交換や交流の場として活用していただいていた。

今年度は、コロナ感染症蔓延の状況下で本来の賛助個人会員活動が難しくなりました。そこで助産師を身近に感じていただきたいと「Covid-19 コロナに負けるな！応援企画2021」と題して賛助個人会員は、10回のオンライン講座が無料で聴講できる企画を立ち上げました。

6月~10月に開催された講座の一部をご紹介します。

○7月の講座

『赤ちゃんの排泄に寄り添うおむつなし育児』

講師は調布分会の奥山助産師です。

講座の内容は、おむつをしない事を前提とするのではなく、排泄のパターンを理解して各ご家庭の事情や子どもの発達段階やイヤだという気持ちなどに寄り添って柔軟に排泄の自立を支え見守っていく具体的な工夫がたくさんあり、参加者のみなさんにも受け入れやすい内容でした。

参加は、おむつなし育児に関心のある妊婦さんから、すでに実践し子どもの自我が出て停滞している1歳児を育てるお母さまなど参加者の皆さんも活発に意見交換、講師にも質問をしており大変有意義で朗らかな時間でした。



11月からの後半の講座も、関心の高い内容です。

○10月の講座

「服を着たままベビーマッサージ」

この講座は、松が丘助産院で対面とオンラインの同時開催で行いました。講師は、松が丘助産院で長年ベビーマッサージの講師を務める大山カオルさん。

赤ちゃん人形とバスタオルを用いて実演されました。「クリームや泡を取るような感じ」など、説明が具体的でわかりやすく優しい印象でした。また、オンライン参加者には事前にレジュメが配布され、イメージが付きやすくなっていました。

着衣でのマッサージなので、いつでも気軽に行うことができます。発達段階に合わせた方法や、赤ちゃんの姿勢に合わせた方法の提案など、日常的に取り入れやすいと感じる内容でした。ゆったりとした雰囲気の中で、ママは赤ちゃんと一緒にリラックスして過ごして欲しいこと、周囲に頼りながら過ごしたほうがよいことも併せてお話しされ、ママ達が共感されている印象でした。

現場とオンラインそれぞれの参加者が発言しやすいように進行され、活発なやりとりが見られました。

突然訪れたコロナ禍での助産師活動は、私たち助産師を必要としているお母さまにどのように寄り添うか暗中模索の中で大変苦しいものだったかと思います。対面で手を取り合い、肌と肌での支援を当たり前に行っていました。逆風の中新たな可能性を模索しながら私たち助産師の底力が試されるような一年でした。

少しずつ感染者数は減少し、元の生活に戻りつつあります。来年度も感染予防を継続し、助産師を身近に感じていただけるような賛助個人会員の企画を計画しています。助産師会員のみなさま、運営へのご協力を是非お願いいたします。

賛助個人会員は随時募集しておりますので、周知活動も併せてよろしくお願いたします。



赤ちゃんの排泄に寄り添うおむつなし育児

助産師としてニューヨークのママ達を助けたい！

information

表彰者（表彰の正式名称、受賞者氏名 敬称略）



物故会員（氏名、享年）なし

会員数

10月31日現在会費納入者数 1116名
（新規・再入会含む）

事務所の年末年始休業について

2021年12月29日(水)から2022年1月6日(木)まで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1月7日(金)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。

編集後記

2021年もあっという間でした。以前と比較すると現在は感染も落ち着いているため、対面で会う機会も増え、顔をみて話ができることに嬉しさを感じるとともに、人との繋がり大切さを改めて実感しました。まだ油断はできないので引き続き自分ができる感染対策を行って、2022年はさらに笑顔と活気あふれる1年にしていきたいです。皆様もどうぞご自愛ください。来年も東京都助産師会をよろしく願っています。(中 友里恵)

(編集委員；中友里恵 荒慶子 伊藤敦美 今村恵理子 斎藤典子 宗祥子 高橋一紗)

◎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

◎ 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(ゼロいちきゅう)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！



doula

一般社団法人 ドゥーラ協会

ドゥーラ協会では、産前産後の女性に寄り添い支える「産後ドゥーラ」の養成および認定を行っています。

産後ドゥーラ養成講座 第26期4月開講！

平日・土日の2コースで開講。受講方法はオンラインと対面から選べるので、ご自宅でも受講できます(2回の実習を除く)。助産師資格のある産後ドゥーラには予約が集中しています！FacebookやLINE公式アカウントでも情報発信中。詳細・お問合せは→公式HPから！ <https://www.doulajapan.com>



妊産・出産・育児を
楽しく学ぶ
WEBメディア

専門家
監修



Produce by 中日アド企画



フォロー・登録してね



登録無料

出産を控えたプレママのみなさんを安心送迎サポート

ご登録はホームページから! <https://www.tokyomusen.or.jp/premama>

「お出かけはまかせて安心 東京無線」 タクシーのご注文

03-3368-9111