

# 生・性(いのち)を語る エドゥケーター認定研修参加報告

広報委員 齋藤 典子

7月に開催された「にんしんSOS東京の相談現場から」での生・性(いのち)を語るエドゥケーター認定研修内容の一部をお伝えします。一般社団法人にんしんSOS東京代表理事である助産師の中島かおり先生より、にんしんSOS東京発足に至った社会背景や取り組み、今後の課題などについてのご講和でした。

現在日本では年間全妊娠数の15%である約17万件の人工妊娠中絶が行われ、中絶を繰り返している人は年間中絶者数の35%にもものぼるというデータが示されました。にんしんSOS東京に寄せられた相談の中には9回の中絶という人もおり、背景には経済的理由のほか、DV問題があるケースも多いということでした。

一方、内閣府は母子保健分野において「切れ目ない支援」をキーワードに、各自治体からの支援サービスが妊娠期～育児期において継続的に提供される社会を目指そうとしています。内閣府が掲げる「切れ目ない支援」は妊娠の届出時つまり母子手帳交付から始まると考えていますが、超ハイリスクの特定妊婦(病院に行くお金がない、妊娠しても産むことはできないと考えている、産みたいけれど産めるのだろうかと一人で悩んで

いるなどの対象となっている妊婦)の大半は、妊娠の届け出をすることすらできず、未受診・母子手帳未交付のままだそうです。中島先生は、支援のスタートラインは妊娠の届出からではなくもっと早い時期「妊娠したかも…」という時点から当事者と繋がる仕組みが必要であると指摘されていました。

また、妊娠に関する相談窓口として電話相談を設置している自治体も多いのですが、そこにもいくつかの課題があると指摘なさいました。たとえば援助者は看護職が多く、福祉や法的な専門職者など他職種によるサポート体制の不足や、匿名による単回相談が多く支援を継続的に行うことが難しい、同じ人が複数回電話を掛けたとしても援助者(担当者)が毎回異なりスムーズな介入ができない、中絶しようと思っている人の相談にはのらない窓口が多いことなどです。

にんしんSOS東京では、「妊娠したかも…」という時点から看護職・医師・社会福祉士・弁護士など様々な専門家に相談することができます。また、各相談員間で情報をいつでも共有できるような体制を整えているため、初めは匿名であってもやり取りを重ねる中で顔の見える関係となり、自立までの継続的支援を行うことができるように活動されているそうです。

継続支援の方法として、①傾聴と課題の整理整頓、②確かな情報の提供、③その人にとっての答えや出口を一緒に探す(キーパーソンを明確化する、関係機関・連携先とも顔の見える関係になることなどを含む)があるそうです。これらの3つの方法のなかで私にとって特に印象的だったことは、①傾聴と課題の整理整頓”すでに背負っている沢山の課題(荷物)を手放してもら”のために徹底的に話を聞くということでした。妊娠したかもしれないという事象だけでなく、その人が抱えている他の心配事や不安、人間関係などを含む社会的な課題、ジェンダー・セクシュアリティに関する様々な課題(荷物)を当事者は背負っています。話すことでそれらを少しずつ手放し身軽になっていくと、本当の気持ちをさらに表出できるようになるということでした。看護者の役割として、当事者の背負っている大きな荷物を一つ一つ降ろしていけるようお手伝いするというイメージであるということが、私の中でとても共感をえました。私は普段、産婦人科外来の相談室において多くの妊産褥婦にお話を伺う機会がよくあります。中には、予期しない妊娠だったケースの他、自然流産という結果になってしまったケース、流産手術が急遽決まったケース、妊娠前からあるいは妊娠期間中に新たに精神的・社会的課題を抱えるケースなど、内容は様々です。そのような方々に関わる際の自分の姿勢として応用できると思いました。また今までの自分の姿勢はどうだったかと振り返るきっかけにもなりました。

次に、中島先生は顔の见えない当事者へのアウトリーチに

ついて話されました。にんしんSOS東京への相談手段は電話やメール、SNSのダイレクトメッセージであるということでした。相談にのる側が援助をしたいと思うことは当然なのですが、「救いたい気持ち」を強く出し過ぎてしまうと相手が引いてしまい、連絡を絶たれてしまったり気持ちを引き出せなくなってしまう可能性があるため注意が必要とのことでした。当事者にとって物理的・心理的にアクセスしやすい入り口を作りつつ(過去に他者に相談したがそこで嫌な思いをしたなど、相談するという行動のハードルが高くなっている場合にはそのハードルをどう下げるかも検討)、当事者の“援助要請力”を奪わずにむしろエンパワメントするという姿勢でいることにより、当事者にとって安心・安全な存在となることが大切であるということでした。

最後に中島先生は、にんしんSOS東京のような妊娠に関する葛藤の相談窓口の充実と、生と性の正しい知識の獲得をはじめとする包括的な性教育の必要性を強調されました。また、それらが充実することで、社会全体でリプロダクティブヘルス・ライツが尊重されるようになり、予期しない/望まない妊娠や虐待の減少、ゆくゆくは医療費・社会福祉金の抑制、少子高齢化のスピード緩和につながっていく大きな可能性があるとも仰いました。生と性(いのち)の教育がそのような大きな可能性を持っているということが示され、ほんの一部分であるもののその教育に関わる者として身の引き締まる思いがしました。

\*\*\*\*\*

## 賛助会員向けイベント報告

東京都助産師会理事 宗 祥子

賛助会員とは助産師以外の方で、当会をサポートしてくださる気持ちがある方です。年会費3000円(入会金なし)で、どなたでも入会できます。賛助会員になると、以下の特典があります。

- ☆会員向けニュースレター『サンバ通信』を送ります。
- ☆メルマガで情報提供を予定しています。
- ☆一般向けの講座を割引価格で参加できます。
- ☆東京都助産師会と協力して活動することができます。

当会では、会員である助産師達の活動を知ってもらい、協力して一緒に活動する方々を募集しています。イベントを通じて、子育て中のお母さんたちが、個人賛助会員に申し込んでくださっています。

今年度は5回の賛助会員向けイベントを開催します。そのうちの2回を9月21日と10月22日に中野区にあるゼロホールで開催しました。赤ちゃん連れのお母さんと、育児支援者の方々が集まっていた楽しい会となりました。

9月21日のテーマは「子そだてが楽しくなるママのためのボディケア」で、講師を務めてくださったのは前東京都助産師会会長の北目助産師です。北目助産師は長年、子育て中のお母さんたちの姿勢や体の動かし方を指導してきているベテラン助産師です。日常生活で実践できるセルフケアを学び、赤ちゃん連れのお母さん達から身体が軽くなったと、好評でした。育児支援者のおひとりでの参加の方々も子育て支援に役立つセルフケアを学ばれていました。その後、松が丘助産院院長の宗が「育児に必要なホルモンの話」をお伝えしました。また、可愛いキルトを森田助産院からお借りして「ごろ寝アート」も楽しみました。

当初、赤ちゃん連れのお母さんの集まりが少なく心配していましたが、雨が降っていたにもかかわらず当日参加の方が多くあり、親子の参加が12組あり、計23名の参加となりました。とても賑やかな会になりました。

平尾助産師による「赤ちゃんのためのわらべ歌」

## 寝かしつけのコツも話します！ 楽しいイベントを一緒に活動しませんか？！

10月22日は「赤ちゃんのための手遊びとわらべ歌」を新宿中野杉並地域で活躍中の平尾時栄助産師が講師になり、お母さんが楽しくお子さんと遊べるように指導してくださいました。2か月ぐらいから1歳ぐらいまでの赤ちゃんとお母さんが参加してくださいました。

小さな赤ちゃんたちも、お母さんの歌声や手遊びに楽しく反応して、とても楽しい会となりました。最近赤ちゃんとのように遊んでよいかかわらないお母さん達が増える中、親子で楽しめる手遊びやわらべ歌は、育児支援者にとっても是非学びたい内容でした。

また、ここでは宗(松が丘助産院院長)が「夜泣きに悩むお母さんのための寝かしつけのコツ～実践編～」と称して赤ちゃんを寝かしつけるコツについての話をしました。

夜泣きに悩むお母さんは多くいらっしゃいますが、寝かしつけのコツは、大人の健康法と同じ、早寝早起きにあります。夜型になっているご家庭が多い中、これを実行することは難しく感じますが、赤ちゃんの生活リズムに合わせて生活することが重要であるとお母さんたちに伝えることが出来ました。

こちらも親子や育児支援者計29名が参加され、皆楽しく過ごされていました。今後も子育て中のお母さん方が楽しめる企画を開催し、個人賛助会員を募っていく予定です。

赤ちゃんたちが皆楽しそうに反応。ママたちも嬉しそう

北目助産師から日常生活で実践できるセルフケアを学びました

