ニュースレター　３月号　　No.134 発行　令和３年３月１日（火）

お産＆子育てサポート

発行・編集
お産＆子育てを支える会
代　表　斉藤智孝
編集者　東　直美
TEL/FAX　090-7103-2240

産科医療の集約化がもたらすものは・・・

産科医療の集約化が滋賀県北部でも進んでいます。佐藤クリニックから始まり、総合病院の市立長浜病院、彦根市立病院が分娩の取り扱いをやめ、彦根の神野クリニックも規模を縮小となり、滋賀北部で出産するには、妊娠が判明する前から病院を予約しないといけないとまで言われるようになっています。そんな現状を高齢で既にクリニックでの分娩扱いをやめた佐藤重恭医師が朝日新聞滋賀版の地域医療編 14 で述べておられます。出産ラッシュでベビーブームと言われた１９８０年代、医師主導の分娩が主流となったときに、それでは人間の尊厳が失われると妊婦や助産師、医師が立ち上がり、産む側に立った「お産革命」が広がり、診療所や助産所の開設が相次いだが、大病院へのお産の集約化はその動きに逆行するのではないか？「安全」は守れても「安心」がすり減っていくのではと危惧されています。現実問題、安全と言う名の下に逆子は全例帝王切開、帝王切開後の次の分娩も全例帝王切開、検査データが少しでも異常値になると管理重視、いざお産の時には心電図のように、胎児の心音と陣痛をずっとモニタリングするためにベット上で過ごすことが求められ、安心のために助産師に寄り添ってもらうことも忙しさ故に難しい、等々があたりまえの様に行われています。

お産は女性にとって人生の「一大イベント」。イベントってこだわりませんか？クリスマスの時はケーキを焼き、チキンを食べて、プレゼントを用意してと個々が違ったこだわりを実現させますよね。他のイベントもしかりです。それなのに命をかけて挑むお産にはどうして病院任せなんでしょう。女性達、お産だからこそ、もっとこだわり、納得できるお産の実現に向けて行動してほしいと思うのはわがままでしょうか？

お産の体験談

医大で納得いく　自分のお産を実現！

無事、滋賀医大を退院し、家族が揃いました。（コロナ禍で面会謝絶でした）自宅に帰る前に、実家ではなく第二の実家のような共同助産所「お産子の家」（https://www.osanko.com）に里帰り。

妊娠が分かった時、自分自身が病院と無縁の人生を送ってきたので、病院の明るい分娩台で医療器具と大勢の人に囲まれて出産するのはどうしてもイメージできませんでした。とはいえ、「まず何をしたらいいの？」「お産って病院以外にどんな選択肢があるの？」「どこに相談したらいいの？」状態。

とりあえず、少し離れた街の産婦人科に通いながらどうしたものかと思っていた時、ふとインターネットで東近江市に共同助産所「お産子の家」が今年開所したという記事を見つけ、これは…！と早速問い合わせて夫の太郎さんと 2 人相談に伺いました。

民家の雰囲気がそのまま残るアットホームな雰囲気。東近江市役所からすぐという、通いやすい立地。丁寧に相談に乗ってくれる助産師さんが複数いる体制。ここに決めました。

助産所でのお産とはいえ、滋賀医科大附属病院と連携体制を取っておられるため定められた週数での妊婦健診は滋賀医大で受診。コロナ禍で病院へ家族の付き添いが難しい中、担当助産師さんが付いてきてくださり、一緒に先生の話を聞いてくれます。お医者さんに聞ききれなかったちょっとした疑問に答えてくれたり、今の状態の解説してくれたりと、かゆいところに手が届くフォローをしてくださいました。それ以外の妊婦健診は、助産師さんが自宅まで来てくださり、健診の他にも寒い冬の古民家の自宅での育児に沿ったアドバイスをしてくださいました。

そして産前の心と身体の準備もずっと伴走。ギリギリまで仕事モードだった私を“お産モード”に切り替えるため、一緒に太郎坊や永源寺を

歩こうと誘い出してくださいました。身体を動かすことで体力がつくだけでなくリフレッシュもでき、歩きながら色んな話をすることで気持ちがお腹の中の赤ちゃんに集中できるモードを自然と作ってくださいました。

そうして予定日に向けてかなり追い込みをかけてあらゆることをしたものの、結果は滋賀医大が定めるリミットの 41 週 0 日までに陣痛が来ず、お産子の家での出産は諦め滋賀医大に入院することに。

覚悟はできていたものの、病院での誘発分娩への不安で心細い時、「どこに居ても産むのはお母さん本人なんやから、自分らしいお産にちょっとでもなるよう準備しよう！」と担当助産師さんが入院に向けた心得から入院中の相談相手まで、できる限りのフォローをしてくださいました。

入院中も、病院内を点滴をつけながらエッホエッホと歩いている（そんな妊婦は他にいない…）と「さすがお産子の家から来た人…！元気！」と病院スタッフに褒められたり。そして陣痛誘発 2 日目午後に陣痛が始まり、11 時間後に無事出産（医大の素晴らしいスタッフの皆さんのおかげで、経膣分娩が叶いました）。医大で各種検査や指導をしてもらい、産後 4 日目に退院し、東近江市の「産後ケア制度」を活用してお産子の家へ里帰り。

お産子の家では、同居家族の面会は認めてもらえたため、太郎さんも一緒に授乳や沐浴、オムツ替えなどを教わり、新米家族で一緒にこれから過ごす予行練習をさせてもらいました。

特に授乳指導は目から鱗。病院でも丁寧に指導はいただいたものの、やはりコツがつかめず「みんな最初は痛いって言うし、夜は寝られないのが普通らしいしこんなものか…」と思っていたのに、お産子でコツを教えてもらって、授乳のたびにチェックしてもらったら、おっぱいも出やすくなり赤ちゃんの瀧ちゃんもグビグビ飲んでスヤスヤ寝るように…！めっちゃ楽…！食事も助産師さんたちの主婦の知恵が詰まった、心も身体も元気になる料理。

病院を退院してすぐ自宅で育児を始めるのではなく、ここで 2 日間過ごせたことは私たち家族にとって本当によかったと思います。

以前より「My助産師」という言葉を聞いたりしていましたが、今回自分が妊娠出産を経験してみて、産前から産後まで同じ助産師さんがずっと伴走してくださる安心感の大きさを改めて感じました。単に「出産をどこでするか」だけでなく「どんな産前産後を過ごしたいか」「どんな子育てをしたいか」そんなことを気楽に相談できる先があると、気持ちが楽になる人も多いのではないかなと思います。お産子の家はさまざまなイベントや教室も開かれているので、東近江市以外の方でも気になる方はぜひ！

（私に聞いていただいても◎）　　R.N 記

3月 おしらせ

1日（火）10:30 ～ マミーハウス
6日（日）7:00 ～ 太郎坊に登る会
7 日（月）13:30 ～ ヨガ教室
14日（月）10:30 ～ ベビーマッサージ
16日（水）10:30 ～ 産後セルフ整体トレーニング
　　13:00 ～ 産前セルフ整体トレーニング
18日（金）13:30 ～ ハローベビー教室
19日（土）10:30 ～ オーガズミックバース上映会
　　13:30 ～ お産塾
21日（火）10:30 ～ バランスボールレッスン

野洲市兵主コミュニティセンターでのイベント

3日（木）9:00～12:00 おっぱい相談
　　予約不要、市外からも OK
31日（木）10:30～12:00 バランスボールレッスン
　申込先：（三宅）090-6972-8911 ショートメールで
　　主催：おっぴあの会

おっぱい塾情報 ・・・ おっぱいで困ったら！

15日（火）10:15～近江八幡市・アクア1Fはちはぴ広場
21日（月）10:00 ～東近江市・お産子の家
22日（火）10:00 ～水口町・まるーむ 1F 和室
24 日（木）10:00 ～安土・安土コミセン
26日（水）10:00 ～彦根・子どもセンター

助産師います

3月18日(金)19:00～21:00 ON LINE **にて**
「セイとセイ」考えよう、伝えよう、
性と生～おやこで始める性教育～
講師：齊藤智孝(県内の学校でいのちの授業を実践中)
お問合せ:tmaesan@gmail.com(**前田**)**まで**

「産み方は生き方
朝比奈助産師の自然なお産日記（仮称）」
2022年3月上旬刊行予定
長年、東近江市で自然なお産に携わってきた
朝比奈助産師のブログがまとめられ本になります。
お産に対する想いがつづられています。