

「すこやか親子21inおおいた」

安全で快適な妊娠・出産を迎えるために

～安心して子どもを生み、健やかにはぐくむ地域社会の実現をめざして～



大分市保健所
(健康課保健第3係長)
玉田 恵子 さん

深刻に少子化が進む中、家庭や職場における子育てのための環境づくりは社会全体で取り組むべき課題です。

情報満載「すこやか子育てガイドブック」

妊娠届け出時に母子健康手帳と共にお渡しする「すこやか子育てガイドブック」には、妊娠・出産から育児までの情報を網羅していますので、是非活用していただきたいですね。

妊娠中の保健サービスとして、「パパとママのためのマタニティ・スクール」を開催しています。妊娠中の保健・栄養、お産の準備、赤ちゃんの保育・健康、家族計画などの講習をしています。参加しているお父さんは、熱心な方が多いです。

働くお母さんをサポート

妊娠中も働き続ける女性のために、母性健康管理指導事項連絡カードがあります。妊娠中及び出産後の健康診査等の結果、通勤緩和や休憩に関する措置などが必要であると主治医等に指導を受けた時、カードに記入してもらい、それを事業主に提出して措置を申し出ます。

カードそのものが母子健康手帳の中に印刷されていますので、働くお母さん方がサービスを受けやすいようになったのではないのでしょうか。

まだまだ低い男性の育児休業取得率

育児休業は、男性、女性を問わずに、子どもが1歳になるまでの希望する期間取得できる休業なんです。しかし、男性の取得率は〇・五パーセントほど。現実取得を希望する人数がそのまま数値に反映されていないことが、これからの課題ですね。

悩まないで相談を

以前は、働きながら子育てするお母さんのストレスが問題視されていました。働く女性には社会との接触があり、社会全体の環境

も改善されつつあります。

反対に現在は、専業主婦で子どもと二人っきりの生活をしているお母さんの方が、社会から孤立しがちな状況になることが多いのではないのでしょうか。

教室に参加されたり、私たちの所に相談をしてくださる方は、ある意味で安心なんです。むしろ、外に向かつて相談できない方のほうが心配です。

ひとりで抱え込まないためにも、保健所に相談してほしいですね。電話をかけてくださることも歓迎します。

社会全体で支えよう

女性にとって、妊娠・出産は短い期間で心身の大きな変化を伴うことから、安定した妊娠期を過ごすことが大切です。

妊婦にとって身近な家庭や職場の人達など、社会全体で妊娠中の女性を支え、守っていく必要があります。

また、社会環境が妊婦や胎児にもたらす影響についても、皆さんに今一度考えていただきたいですね。

保健所でも、育児不安のある妊婦さんなどに対し、妊娠中からの相談体制を充実させていきたいと思っています。

リプロダクティブ・ヘルス/ライツってなに？

最近この言葉を目にすることが多くなりました。

日本語では、「性と生殖に関する健康（ヘルス）/権利（ライツ）」と訳されています。

「自分のからだは自分のもの・・・」あたりまえのことですが、中年期の女性がもう必要ないからと健康な子宮を摘出されたり、毎年多くの妊娠中絶が行われていることを考えると、「自分のからだ」でありながら、望まない結果をむかえている女性たちが大勢います。

「すべての男女は肉体的、精神的、社会的に良好な状態で、満足できる性生活を送り、いつ何人産むか、産まないかを決める自由と権利をもつ」というのがリプロダクティブ・ヘルス/ライツの基本的な考え方です。

男性主導の長い人類の歴史の中で、女性は性生活、妊娠や出産を主体的に選択する自由はほとんどありませんでした。日本においても、望まない性行為や妊娠、不本意な中絶や出産は珍しくありません。

ことに男性優位の社会では女性の意思は尊重されにくいのです。それだけにリプロダクティブ・ヘルス/ライツは女性にとって重要な問題です。

※出典「女性学キーワード」（編者）岩男寿美子・加藤千恵（有斐閣双書）



母子手帳を開いてみると…

昨年内容の改正がありました母子健康手帳。最新版からいくつかの情報をピックアップしてみましょう。



○たばこや酒の害から赤ちゃんを守りましょう。

妊娠中の喫煙は、胎児の発育を遅延させ、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙は乳幼児突然死症候群(SIDS=シズ)と関係することが知られています。妊婦自身も、周囲の人も、妊婦や赤ちゃんのそばでの喫煙をやめましょう。また、アルコールも胎児の発育に影響を及ぼします。

○妊娠中の夫の協力

妊婦の心身の安定には、夫や家族などの周囲の理解や協力が必要です。妻をいたわったり、ねぎらったりすることにより、妊婦の気持ちやわらざ、はげみになるものです。妻の妊娠の約40週間は、夫にとっても「父親」として育っていく大切な準備期間です。

○母乳で育てましょう。

母乳栄養は赤ちゃんの病気を防ぎ、赤ちゃんとお母さんのきずなを強くします。特に初乳は赤ちゃんが初めて口にする食物としてかけがえのないものです。

母乳がでないようであっても、あせらずに、根気よく吸わせてみましょう。

○揺さぶられっ子症候群に気をつけましょう。

未発達な脳に出血を生じさせ、脳の障害を起こす場合がありますので、新生児や6か月以下の赤ちゃんを強く揺さぶることはさげましょう。

○お母さん・お父さんの悩みや子育てに関する相談。

インターネットのホームページ

「i-子育てネット」<http://www.i-kosodate.net/>は、子育てに忙しいお母さん・お父さんをサポートする情報はもちろん、全国のお母さん・お父さんと子育てをめぐる様々な意見交換も出来ます。



■大分市保健所

〒870-0023 大分市長浜町 2-13-29

(国道197号線沿い日本銀行の裏手になります)

大分市保健所健康課 ☎ 536-2517

不妊治療の現場から…

少子化が進む中、子どもの誕生を待ち望みながら、不妊に悩む人も増えています。不妊治療について、セント・ルカ産婦人科の宇都宮院長に伺いました。



セント・ルカ産婦人科
院長 宇都宮隆史さん

女性の場合 35歳が大きな壁

不妊症とは赤ちゃんが欲しいにもかかわらず得られない場合を言い、欲しいと思わなければ不妊症ではありません。女性は加齢とともに不妊の原因となる子宮筋腫や子宮内膜症などの疾患率が高くなり、30歳をこえると卵子の「活力」が低下するため、35歳がひとつの目安になります。

最近では環境汚染やストレスなどによる生殖機能低下が指摘され、男性の精子異常が増えています。

「お子さんは？」はエチケット違反

現在不妊で悩む夫婦は、10組に1組の高い割合で存在しますが、社会的に理解されていません。当院のアンケートに挙げられた患者さんの悩みは「ゴールが見えない」「治療費がかさむ」であり、社会に望むことは「不妊治療の保険適用」「不妊への理解」です。挨拶がわりの「お子さんはまだ？」などの不用意な言葉に傷つけられています。

治療は夫婦二人三脚で

人工授精や、体外受精等の生殖補助医療では3回以内に妊娠するケースが多く、不妊症でない女性の排卵1回あたりの妊娠率と遜色ありません。このような情報開示は、医療体制の整備とともに重要ですが、「心のケア」と「経済的支援」が特に重要です。当院では、専任カウンセラーによるカウンセリング、支え合いのサークル活動、患者さんの声が届くようにノートやポストを備えています。

また、私は保険適用の必要性を訴え続けてきました。昨年2度にわたり国会に請願した結果、厚生労働省の「少子化対策プラス1」に、たった3行ですが「不妊治療の充実と支援を検討する」と、前向きな言葉が盛り込まれました。実現するまで署名・請願活動を続けたいと思っています。

不妊治療は、夫婦のあり方を深くとらえる契機になります。赤ちゃんを望み、1年以上経過しても兆候がない場合は、一日でも早く夫婦で検査することをお勧めします。