Twinkle 東京女子医科大学学術リポジトリ
Tokyo Women's Medical University - Information & Knowledge Database
https://twinkle.repo.nii.ac.jp

(シンポジウム「看護を実現する人間関係の成立と発展」)「いま、目の前にいる母子（ははこ）を大切に」-母子保健活動における人間関係の構築

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2019-02-08 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 近藤, 亜美 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.20780/00032077

「いま、目の前にいる母子（ははこ）を大切に」
－母子保健活動における人間関係の構築

近藤　亜美（Ami 助産院　院長・助産師）

今日日本は、めまぐるしい社会情勢の変化、情報過多、価値観の多様性、女性に期待される様々な能力発揮の場面の中で、少子化にブレーキがかからない状態である。しかしそのような中でも、家庭を持ち子どもを育て自分の人生も充実して生きようと出産子育てに立ち向かう女性を、私は地域でサポートしたいと 2005 年に産後の育児支援に特化した助産院を開業した。

無事に出産し退院した後、新生児の世話に戸惑い不安を抱える母親は多い。まず、母乳は出ているのか、適切に世話ができているのか、赤ちゃんに異常はないか、どうしたら泣き止んでくれるのか等。多くの母親は自身の体調も回復過程にあり、緊張と睡眠不足も加わり心身ともに消耗している。

特に母乳育児は個人差も大きく、安定期に入るまでは母子の生活に大きく影響する。 経験を積み感覚的に獲得していかなければならないことも多く、母親達を悩ませる。

そんな時にいつでもどんなことを聞いても話しても、笑われたり怒られたりせず安心して相談できる専門家が必要だと考える。母親の抱える問題や要望を整理し、それぞれの母子の特性を見極めた心身に働きかけるトータルな援助が必要である。

心身の緊張と疲労、ストレスを抱えている母親達に接するときに私が気をつけていることは以下の 4 点である。

1.「笑」 Smile & Humor
2. 受容と傾聴
3. 平易な言葉 、繰り返しの説明
4. 実行可能な改善策の提案

また、この時代に母親になる女性達には以下のような特性があると考える。

１．直接人と関わること、つながることにストレスを感じやすい
２．自分の気持ちを言語化することが苦手
３．すぐに答え、結果を求める
４．人からどう見られているかが常に気になる
５．「赤ちゃん」を知らない

私はこれらの特性は、近年の急速なスマートフォンの普及と無関係ではないと考えている。

抱っこし、オムツを替え、授乳する。沐浴し、寝かしつけ、時には泣き叫ぶ我が子を見守る、という生身の命と向き合う暮らしは待ったなしであり、成果はすぐには見えにくい。しかし援助を通して緊張と不安でこわばっていた母親の表情がほぐれ、愛おしそうに我が子を見つめる笑顔をみると仕事のやりがいを感じる。そしてそれに伴い子どもの表情が豊かになっていくと援助者である自分まで楽しくなる。

今、自分の目の前にいる母子に丁寧に寄り添うことが産後うつや虐待を予防し、次の出産子育てにつながり、少子化の歯止めにもなると考えている。

本シンポジウムでは、日頃自分が大切にしている語りと傾聴、母親自身自の育児力が高まるように工夫している具体的な援助を症例を通して報告したい。