

■第2回 日本産前産後ケア・子育て支援学会

■シンポジウム1「欧米の出産育児事情について」

座長：提坂敏昭（国際医療福祉大学教授、熱海病院副院長）

種村麻里（伊東市民病院助産師）

シンポジスト：

初沢美香（台東区立幼稚園PTA 連合会会長）

吉田穂波（神奈川県立保健福祉大学教授）

吉村亜希子（ノマド助産師（世界を旅する助産師））

中野万知子（ピラティス・トレーナー・元宝塚歌劇団雪組・風見玲央）

司会：これよりシンポジウム1「欧米の出産育児事情について」を開始いたします。座長の提坂敏昭先生、種村麻里先生、よろしくお願い致します。

■シンポジウム1-1

「アメリカでの育児妊娠出産の経験について」

初沢美香

座長 提坂先生：それでは「シンポジウム1」開催させていただきたいと思います。演者4名、シンポジストに準備してきていただいております。まず「シンポジウム1-1」、初沢美香先生、お願いしたいと思います。

初沢先生は大学卒業後、家族計画国際協力財団で活躍され、第1子を日本で出産、その後ご主人のアメリカ赴任に同行され、お2人目はアメリカで出産されました。3年の滞在ののち帰国、現在は3人目のお子さんの通ってらっしゃる幼稚園でPTAを中心に活動されています。台東区立幼稚園PTA 連合会会長でいらっしゃいます。よろしくお願い致します。

初沢美香先生：ご紹介ありがとうございました。初沢美香と申します。どうぞよろしくお願い致します。

先生にご紹介いただきましたが、簡単に自己紹介をさせていただきます。学生時代、国際関係のジェンダーの問題に興味を持ちまして、財団法人ジョイセフ（家族計画国際協力財団）でインターンを経験した後、就職いたしました。ジョイセフで働いていて5年目に第1子を妊娠、当時ジョイセフがベトナムで進めていたプロジェクトに、葛飾赤十字産院の竹内正人先生が関わられていたご縁から、葛飾赤十字産院で出産いたしました。当時、私は全然出産に関する知識もなかったのですが、葛飾赤十字病院は助産師外来がしっかり出来ていて、助産師さんの介助で産むという選択肢があったので、ああ、その方がいいなということで、第1子を出産しました。その後復職して1年後に夫がア

メリカ転勤となりまして、同行して3年間アメリカに滞在しました。滞在2年目の時、第2子を妊娠・出産することになるんですけど、今回そのことを中心にお話しさせていただきます。アメリカでは周りの人は無痛分娩でという人が多かったんですけど、私は第1子の時の経験から、助産師さんをお願いしたいなと思って、アメリカのプロビデンス・ホスピタルという、総合病院の中にオルタナティブ・バース・ケアセンターというのがありまして、そちらでフリースタイルな出産をしました。日本に戻ってきて今、子どもは3人いるんですけど、3人目の子どもも助産師さんの介助で産みたいと思い、今名前が変わっていると思いますが、聖路加産科クリニックで出産しました。今はご紹介いただきました通り、第3子の幼稚園のPTA活動が中心の毎日です。

アメリカの話に戻します。10年前の写真なんですけれども、これがコメリカ・パークという、今デトロイト・タイガースの本拠地になっている野球場です。これがデトロイトのピーブルムーバー、ダウントウンを走っているモノレールの写真です。これがデトロイトの中心街。今はまただんだん状況も変わってきているんですけど、デトロイトはご存知の通り、自動車産業で発展した街で、私が行った時もまだそういう「自動車の街」として最盛期だった頃のまんま、街が残っているという感じでした。建物なども、1960年代がピークだったなっていうような場所ですけど、これが1月に必ず、今もやっているモーターショーがありまして、その写真です。これがデトロイトのダウントウンの中心にある、ゼネラルモーターズ、GMの本社ビル、ルネッサンスタワーです。私の夫は在デトロイト日本国総領事館に3年間出向していたのですが、このGM本社の中に総領事館も部屋を借りていましたので、郊外からここへ通っていました。

この中心街に住むという選択肢もなくはないんですけども、実際にはあまり人が住んでいない、特に子ども連れの外国人は住んでいないんですね。理由は「8マイル」という映画などご覧になった方はご存知かと思うんですが、中心から1マイル、2マイル、3マイル…と北の方に道が伸びているんですけど、8マイルの中はこういうふうにならなくて、ちょっと、アメリカの中でも貧困層が多い場所になってしまっていて、ちょっと入ると廃墟ビルがいっぱいあるような、そんなところでした。それで私たちは8マイルを超えて、9マイル、10マイル…とずーっと北の方に上がった16マイル付近にある、郊外の住宅地に住んでいました。本当に森の中のような、リスとかウサギが庭に遊びに来るような生活でした。

このような環境に、2歳にならない息子と夫と3人で行って、私は働いてないわけで、平日息子と一緒にショッピングモールやスーパーマーケットに行く以外に、じゃあ、何したらいいのかなあということで、図書館で無料の読み聞かせのクラスに行ったりしました。日本だと児童館みたいところに子どものクラスもあると思うんですけど、その図書館では、読み聞かせのクラスと言っても、工作であるということもありました。あとはジンボリーというお教室が、今日本でも広尾などにありますが、デトロイトにはいっぱいあって、有料ですが、歌を歌ったり、先生がゲームしてくれたり、遊具で遊んだり

できる場所で、ママ友も作れる雰囲気、そこに週2回通っていました。これがその写真です。カラフルな遊具がいっぱいあって、すべり台などでも遊べて、ちょっと児童館のような場所でした。あとスイミングスクールにも行っていました。また、先ほども言いましたが、デトロイトには日本からも、部品の会社や、ホンダ、トヨタなど自動車産業、自動車関係の方がいらして、ノバイという町を中心に日本人の子育てサークルもありまして、そこにも定期的に通っていました。

当時、暮らしてみても日本と違うなと思ったことは、知らない人でも道ですれちがえば必ず挨拶してくれて、言葉を交わすような状況になるのです。息子に対してもいつも「キュート」とか「ブラボー」と言われていて、逆に不信感を覚えるぐらい、いろいろ話しかけてもらいました。夫に話したら、敵意がないのを示す習慣があるということでしたが、それぐらい、表面的ですけれども、声をかけてくれることによって私も結構、救われた部分もありました。

向こうに行って衝撃的だったのは、児童虐待に対してすごく敏感だということでした。今は日本でも児童虐待の話が新聞でもしょっちゅう出ていると思うんですけど、10年前の日本だとそこまで目につかなかったというか、私は知らなかったんですけど、子どもの裸の写真はプリント屋さんに出しちゃダメだよ、通報されるよという話を聞いたり、実際に幼稚園の入園手続きをする時に、虐待の記録はないという警察の証明が要ということを知って、徹底しているなと思った覚えがあります。

あとは、田舎でもモールスーパーマーケットがかなりあって、私は今、台東区に住んでいるんですけど、同じ東京でももちろんエリアによってはそういうところもあると思うんですけど、やけにここは田舎だなんて思うくらい、スーパーマーケットはすごいなと思いました。

周辺の保育園、幼稚園についてですが、保育園も幼稚園も日本に比べてすごく月謝が高くてびっくりしました。もちろん日本でも特別なことをやってくれるようなところや、預かってくれる時間が長かったりすれば月謝が高いと思うんですけど、日本でいう普通の保育園だなぁと思って月10万で、だから1人しか産めないんだよと聞いたりしましたし、周りの日本人の人たちも現地校みたいなのに行っていました。平均して月に5万円は払っているのが普通でした。うちの近所の公立小学校に附属しているフリースクールは9時から2時くらいまでしか預からないのに月謝が7、8万円だとか、すごく高額な印象でした。

私もどうしたらいいのかなと思って、「幼稚園探してますが」ってジンボリーとかでいろいろなお母さんに聞いてみたら、ある方が教会の附属の幼稚園だったら毎日行かなくてもいいし、月謝も安いからいいんじゃない？とお勧めしてくれて、それでうちの子どもは教会附属の幼稚園に通うことになりました。フランクリンという町のコミュニティー・チャーチの中にある幼稚園で、当時フランクリン・コーポレイティブ・プリスクールっていう名前でした。通っていたのは月水金の午前中の2時間半のみで、月謝は3

カ月で 600 ドルくらいでしたので月 2 万円。他の幼稚園に比べればはるかに安いんですけども、日本で考えるととても高いと思いました。今、私の子どもの通っている台東区立幼稚園は一昨年までは月 5000 円、今は保育園と同じように収入に応じて月謝が違うんですけども、それでも 1 万円しないぐらいの月謝で済みますので、やっぱりアメリカでは安い部類に入る、教会の幼稚園でさえも高いと思いました。

ただ行って初めてわかったのですが、親の参加が必要で、係活動が必ず割り当てられていました。私にとってはそれはやるしかなかったので、やりました。まず毎回、親がおやつを用意するという当番がありました。お菓子と飲み物、スナック菓子と果物とかチーズ、親がチョイスしておやつの時間に持ってくる。あとは月 1 回幼稚園のおもちゃを洗う当番がありました。また、PTA 組織があって、幼稚園を応援する資金を集めるような活動ですとか、あとは行事補助、バレンタイン・パーティー、何とかパーティーがあれば親が先生たちを手伝ったりしました。他にもニュースレターを発行する係があって、分担していました。ちなみに私はニュースレター発行の係で、文化的にもよくわからない上に、子どもたちのこともすぐわかるというわけではないんですけど、先生が書いてくれたものをフォーマットにコピーして発信するという係を担当しました。幼稚園に通っていたのは専業主婦の子どもというわけではなくて、送迎に人を頼む弁護士夫婦など、いろんな方がいました。少人数で 10 名前後のクラスに先生が 1 人か 2 人、補助の先生が入るといった感じでした。住んでいた地域が保守的で、白人、欧米人が多く、アフリカ系、アジア系が少ない地域でしたので、アジア系の子どもは 1 人か 2 人。息子のクラスには、ベトナムの男の子が 1 人いて、息子はその子を日本人だと思っていたくらいでした。これが幼稚園のハロウィン・パーティーの様子で、右から 2 番目が息子ですが、僕はこういう洋服を着るのは嫌だということで、一番端の男の子がベトナム系の男の子ですね。このように、息子の通った幼稚園は、他のいろんな幼稚園とは違って、少人数で親の協力が結構必要で、だけど月謝が安くてアットホームな雰囲気幼稚園でした。

アメリカ滞在 2 年目の時、第 2 子を妊娠したんですけど、その前に周りの人から聞いた情報ですごく不安に思っていたことがあって、まずは出産費用がすごく高いということ。夫の同僚でうちより半年くらい早く子どもが生まれた方がいたんですけど、お話を聞いたら、ミシガン大学附属病院、医療設備も充実したところで、お医者さんの介助で産んで、一泊二日で 200 万円、しかも私たちは外務省の派遣で行っていて、アメリカの場合だと職場からは民間の保険は提供されないのみんな海外旅行傷害保険ですね。出産費用は保険でカバーされないの、それもあって 200 万円。さらにもし帝王切開になった場合は 1000 万円だそうで、その方は、万が一に備えて親戚とかに 1000 万円借りる手はずを整えてから出産に臨んだという話を聞いて、すごくこわいなと思いました。結果で言うと、私の場合は助産婦さんの介助で、一泊二日の出産費用が 80 万円で

した。

あと、民族・文化の問題ということで、周りの人からよく聞いていたのは、アジア人は黄色いのでアメリカのお医者さんには、何でも黄疸に見えちゃって、すぐ黄疸だ、黄疸だって騒ぐんだよってという話と、日本人の頭の形が西洋人よりへっこんでいることが多いんだけど、アメリカのお医者さんは慣れてないので、すぐ矯正用のヘルメットを被るように言われるという話で、実際私も、娘の頭の形を見たお医者さんからそういうふうに勧められました。

それからこれは制度の問題ですけど、私、第1子を産んだ時に、日本で普通に母子手帳もらって、これで管理ができるなと思ってたのですが、アメリカには母子手帳の制度がないんですね。それも不安だなあとあって、ミシガン大学附属病院でアメリカ版の母子手帳を売っているのをたまたま見つけて、今日持ってこようと思って置いてきちゃったんですけど、それに健診の時は書いてもらうことができたんですけど、体重をポンドで書いてくれちゃうので、計算が面倒くさくてあまり意識ができませんでした。あと超音波検査は専門の技師の人がすることに決まっていたので、検査回数が少なくて、男の子か女の子か知りたかったのですが、私の場合は最後までわかりませんでした。そういう面でも日本との便利さは違うなって思いました。

先ほども言いましたが、私は自然分娩で子どもを産みたいなと思っていましたが、アメリカでは無痛分娩が常識で、結構みんな無痛分娩に希望を見出していて、やっぱり痛いのが嫌だから無痛分娩でやるわ、とかやったわ、という話ばかりで、周りの日本人のママたちからは無痛分娩の情報しかない状態でした。私は無痛分娩は麻酔で怖いなと思っていたので不安でした。

出産を管理してくれるような総合病院は帝王切開になる確率が上がるという話も聞きました。実は私の住んでいた家の大家さんが2人子どもがいたんですけど、第1子の方が障害を持っていて、それは出産の時に失敗というかトラブルがあって障害を負ってしまったという話でした。彼女は逆に帝王切開の方が安心だから、第2子は帝王切開で産んだのよって当たり前のように言っていて、私はそれもこわくて、そういうところでは産みたくないなと思っていました。

それで、インターネットで探したら、ミシガン・ミッドアイリス・ミッドワイフ・アソシエーションというクリニックが近くにあるとわかって、ああ、望むような出産ができるかもしれないと安心しました。実際のクリニックの雰囲気ですが、助産師さんが3人でやっているクリニックでした。そこで毎回、助産師外来を受けて、医師の診断は2度くらいでした。

あとヒプノバーシングという、出産前の不安や恐怖をやわらげる方法も、ちょっと講習会に行ってお勉強しました。ネットで検索すると、今日本でもあるんですけど、簡単にご紹介すると、ヒプノシスという催眠療法ですね。これは、誰かにかけてもらうんじゃなくて、そのノウハウを活かして自分をリラックスさせるものです。たとえばレイン

ポーリラクゼーションという方法は、虹色を順番に思い浮かべることによって、深い呼吸とイメージングによって、自分自身をリラックス状態におくという方法です。そのやり方を講習会で教えてもらったりしました。あとはこういう、産む時の最適なポジションの絵を壁に張っておいて、いつもイメージしていると本当にそうなる、という話で、私も妊娠中、逆子でこわかったこともあったんですけど、先生に言われて毎日それでイメージをしていたら、最後逆子じゃなくて産めました。

あとこれは個人的な事情ですが、陣痛が起きた時に病院どうやって行くのかという問題は、最後まで解決しませんでした。私は第1子を産んだ時は陣痛が来たらタクシーで行ったんですけど、アメリカで住んでいた地域が流しのタクシーがないところで、夫が仕事に出ている時だと、デトロイトのダウンタウンから高速道路で1時間弱ぐらいの通勤距離、それでも1時間で帰ってきてくれればいいんですけど、雪が降ると渋滞して2、3時間かかっちゃうので、そしたらどうしようってすごく不安だったんですね。それで、救急車を呼べないのかなと思ったら、いや、救急車は日本のように電話してもすぐ来ないし、来たとしてもあなたが行きたい病院には連れて行ってもらえないよと言われて、じゃあ夫が帰って来られるかどうか、運しかないなって思っていました。

これが産んだ時の病院です。結局たまたま夫が近くで打ち合わせがあったので、雪の日だったんですけど問題なく行けたし、あと超安産で産まれたので本当になにも心配することはありませんでした。

これが産まれた時の写真です。ひとつちょっと気がかりだったのは、日本なら産んだ時にすぐに小児科の先生が、赤ちゃんの様子を見に来てくれたりするんですが、別のクリニックに自分の車で行ってね、っていう感じで、生まれたばかりの赤ちゃんを連れて行くのはちょっと腑に落ちなかったというか、そういうシステムなんだなと思いました。

出産後ですけれども、無痛分娩だと産後も回復が早いから1週間ぐらいでジンボリーとかにも来られるよって周りの人から聞いていたんですが、私はどうするか考えて、結局日本から母に来てもらうことにしました。クリニックの産後のフォロー体制なんですけれども、一泊二日でどうするだろうと思っていたのですが、退院して5日間ずっと家に電話をくれました。赤ちゃんも母親も元気かどうか、うつ状態になってないかどうか、日本で入院している時に看護師さんや助産師さんが聞いてくれるようなことを電話で確かめてくれる感じでした。産後の健診も産後うつのチェックをするとか日本でもそんなに変わりませんでした。これは一緒にいた助産婦さんです。

10年前ですけど、妊婦にとってアメリカがすごいなって思ったことは、ショッピングモールとかに妊婦専用の駐車スペースがあったとこと、あとは今はもう日本でもできるとは思いますけど、妊婦でもエステができる、エステサロンに妊婦さん専用、うつぶせでもちゃんと施術ができるようなお腹の部分がぽっこり開いた施術台があったりしました。ベビーシャワーっていうのもその時初めて知りました。今は日本でも当然で

すけど、それでお祝いを友達にしてもらったのもすごい思い出です。

3度の出産で気づいたことというのを簡単に…やっぱり不安とか恐怖心が強いと体が硬くなっちゃって痛い思いをすることというのがわかったので、できるだけリラックス状態になるように、と自分で頑張ったつもりです。切羽詰ると難しい部分もあったけどそれなりにベストを尽くしました。アメリカならではの問題にも直面したんですけど、やっぱり1度より2度、2度よりは3度の方が、経験も積んでいるので楽なように思いました。以上です。(拍手)

堤坂座長：ありがとうございました。ただいまの発表に、質問がある方がいらっしゃいましたら簡単にお願ひしたいと思ひます。

質問者1：産後の電話でのフォローアップは、分娩の費用に含まれているんですか。

初沢先生：追加で支払っていないと思ひます。

質問者1：わかりました。ありがとうございました。

堤坂座長：ついでに先ほどの費用ですが、最近ではワシントンD.C.で分娩が300万、数日後に黄疸になりますと、ブルーアイであります、一泊二日で50万です。これはつい最近、かかった本人に聞いた話です。

■シンポジウム1ー2

「欧米の出産育児事情 ドイツ、イギリス、アメリカでの経験から」 吉田穂波

堤坂座長：シンポジウム1ー2「欧米の出産育児事情 ドイツ、イギリス、アメリカでの経験から」。吉田穂波先生を簡単にご紹介申し上げます。三重大学医学部をご卒業後、聖路加国際病院で研修され、名古屋大学で医学博士号を取得されています。その後フランクフルトで産婦人科研修をされ、その時にフランクフルトで第1子を出産されております。2人目は日本、3人目も日本でご出産、その後にハーバードに留学されて、ボストンで第4子を出産されております。ボストンのブリガム・ウーマンズですよね、年間2000くらい分娩しているところです。その後帰国され、第5子を出産、5人のお母さんになられています。よろしくお願ひします。

吉田穂波先生：ご紹介ありがとうございました。はじめまして、吉田穂波と申します。8月19日ということで、夏休みなどいろいろなご事情で出席できない方も多い中、こ

れだけたくさんの方にお集まりいただきまして、ありがとうございます。

私がこの限られた時間で、皆さま方にご提供したいと思うのは、私のヨーロッパやアメリカでの妊娠・出産・子育て経験、そしてどんなところを学んだのかについて、です。また私たちはいつも、ついつい日本は課題が多いとネガティブなところに目が行きがちですが、日本がダントツ世界を引き離している点が3点ございます。それについて最後に述べたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。

自己紹介を兼ねて、お話しします。まず私の最初の妊娠・出産は、夫の留学につきそったドイツ、フランクフルトでした。そちらでは妊娠中、出産、産後ケアの期間、ずっと「かかりつけ助産師さん」というものを持ちまして、かかりつけ助産師さんが妊娠中にも在宅訪問してくれました。それも一緒にスーパーマーケットに行って「この牛乳は煮沸をしてるから大丈夫よ」とか、「このチーズは、このサラミは、熱でちゃんと消毒していないからトキソプラズマの影響があるので怖いのよ」とか、非常に具体的で実践的な説明をいただいて、大変安心したのを覚えています。退院は3日目でしたけれども、産後10日間毎日毎日助産師さんが来てくれました。また小児科の先生に妊娠中から面会でき、産後もすぐに受信できたことで、最初の妊娠・出産生活、そして身寄りのないフランクフルトでの産後の生活がスタートできたと思っております。この内容は、チャイルド・リサーチ・ネットというところで、ドイツ、イギリス、ボストンでの妊娠出産体験として公開しておりますので、ご興味のある方は、ぜひまたゆっくりご覧いただければと思います。

私が産婦人科医として非常に驚いたのは、助産師さんができることが国によってこうも違うのかということでした。私はそれまで日本で聖路加国際病院、そして名古屋大学医学附属病院で産婦人科医師として働いてまいりましたので、とにかく出産がゴールといいですか、いいお産、安全なお産、安心なお産を提供するのが産婦人科医である自分の役目とってしまいがちでしたが、国によっていろいろな制度の違いがありますし、何より自分が心細い、一人の、ちいさな、ちっぽけな妊婦になったことで、医療以外の部分、日常生活、ピア同士のケア、人間関係、それらのものがいかに妊娠・出産・子育てに大きなインパクトがあるのかということを感じました。

これが私のかかりつけの助産師さんだった、レナーテさんという助産師さんです。私は彼女に自分のかかりつけの助産師さんになってもらっただけでなく、彼女の好意で彼女の患者さんの産後訪問、それから日本人妊婦さんへの在宅訪問など、いろいろな妊婦さんたちの家庭訪問に付き添って勉強させてもらいました。その一環で、私はできるだけ、ドイツにいらっしゃる日本人の妊婦さんたちの力になりたいと思ひまして、日本版の両親学級、妊婦学級、相談セミナーというようなものを、病院のカフェテリアで毎週開いていました。

これは私の出産の時で、上司と同僚に立ち会ってもらったものです。私このドイツで、

もうひとつすごく衝撃を受けましたのは、日本の母子健康手帳の素晴らしさです。それまで私にとって母子健康手帳といえば産婦人科の外来で、妊婦健診で、ただ単にチェックするだけ、ルーチンでチェックして記入して、というためだけのものだったのです。日本の母子健康手帳というのは、妊娠中の経過から生後7歳まで、すべて1冊で記録を残せる素晴らしいものだったのだと、ドイツに行ってから改めて気がつきました。こちらが私のドイツの妊婦手帳です。そして子どもが生まれると子ども手帳というのがもらえます。妊娠中の経過は子ども手帳には書いてありませんし、妊婦手帳というのは前半1人分、後半1人分と2人で1冊になっていて、つまりお母さんの持ち物なのです。妊娠中の経過記録をお母さんは持っていられるけれども、子どもには受け継がれません。子どもを見る小児科の先生たちは、妊娠中、お母さんに糖尿病があった、うっ血があった、そのようないろいろなリスクがあったとしても引き継がれませんので、後になってお子さんの異常に気がついて、どうしてだろうかと悩むことも珍しくないというふうに聞きます。

その後、私は夫の留学についてロンドンに行きましたら、そこで非常にラッキーなことに、このGP (General Physician) という家庭医のところで、自分が医師だということもあって見学をさせてもらえたんです。週に3日間だけでしたが、ここで先生方が、とてもフレンドリーにフラットな立場で、患者さんを、それも1人1人の患者さんでなく、1家族まとめて診療されているところに感銘を受けました。子どもの風邪を治す、お母さんの妊婦健診をする、おばあちゃんの糖尿病の薬を出す、1家族まるごと、1人のかかりつけの先生がその家族の人間関係、周囲との人間関係、お互いの役割などを見ながら、本当に全人的な治療をされているなあと感動したのを覚えています。

これはイギリスの子ども手帳ですが、妊婦手帳と子ども手帳は全く分けられています。ここでも日本の、胎内からずっと生後7歳まで記録できる母子健康手帳ってすごいなあと思ったのを覚えています。

その後一旦、日本に帰りまして、最終的には今5冊の母子手帳があるわけですが、ここにしか書いていない情報がたくさんございまして、インフルエンザですとかワクチン接種の記録、子どもの異常、成長・発育の記録、これがなくなってしまうたらどうしようかと本当に困ります。先般のいくつかの大震災でも、母子手帳を流されてしまった、失くしてしまったという方の悲痛なお声を聞いたことがあります。この中には親、そして子ども、いろいろな方々の想いが込められていますので、絶対なくすことのないように、あるいはなくしてもいいように、スキャンしデータ化して、いろいろなところに保存してあるのですが、ワクチンはどんどん追加されますし、そんなにしょっちゅう更新するわけにもいかないので、悩ましいなあと思っているところです。

私、2人目と3人目、そして5人目を日本で出産いたしました。やはり欧米と違うところは非常に医療機関が中心で医師主導の妊娠・出産管理であるということ、そのために産婦人科の先生方や助産師さんたちが疲弊しているなとうのをすごく感じました。そ

れから、先ほどもおっしゃられていましたが、「他人に関する無関心」というところでは日本との違いを感じたことがございます。アメリカやドイツ、そしてイギリスでは、たとえ他人であっても近所の子だったら、本当に「かわいい、かわいい」と自分の子と同じように可愛がってくれたんですが、日本では他人と身内の垣根が、ちょっと高いのかなあと思うことがありまして、お友だちになった、あるいは親戚だ、そういうことがわかると途端にすごく子どもたちにも優しくしてくれるんですけども、見ず知らずの他人にはちょっと距離を置くような、そういう体験をしました。

2008年に、今度は私自身の留学でハーバードの公衆衛生大学院というところに留学しました。この辺りに関しましても、先ほどのチャイルド・リサーチ・ネットで、すべて公開されております。アメリカでの妊娠・出産・子育ては、私の期待とは違ったなあというのが実感です。アメリカのボストン、ブリガム・ウーマンズ・ホスピタルでは、どれだけハイレベルで素晴らしいケアが受けられるんだろうと思っていたんですが、これはアメリカの病院のせいでも医師のせいでもないですが、やはり医療保険制度によって、受けられるサービスが天と地ほども差がございました。私は貧乏留学生でしたし、メディケア、日本でいうところの生活保護のようなものを受ける人向けの医療保険に入っていましたので、本当に、他の人だったら処方してもらえようような鉄剤が私には処方されないとか、薬が処方されないとか、そういう医療保険制度に、医療の手が届かないようなところでのサービスの差に驚きました。

そのような中でも、ハーバードの学生生活は非常に楽しく過ごさせてもらったんですが、3人の子どもたちを連れて学生生活していましたので、近くの保育園に預けておりました。渡米前から、アメリカでは1カ月の1LDKの家賃と同じだけの保育費用が必要だと言われていまして、ボストンはすごく高いんですが、1人15万円くらいでした。1カ月1人15万円の保育料。行く前の私は、嘘でしょう！ そんなの。それだったら皆働き続けられるわけじゃないじゃん！ とたかを括っていたのですが、本当に保育料が家賃と同じくらい高く、月額50万くらいの保育料を払っていました。それでもあちらのお母さんたちはいいって言うんです。みんな暴動とかストライキとか起こさないのです。なぜかと言うと、産みながら働くのが本当に大変なのは、ひと時だから、トランジションだから、ここを乗り越えればまた働き続けられる。とおっしゃっていました。何と言いますか、日本で働き続ける女性たちより不満がなく前向きな感じでしたので、私には非常に意外に思われました。

そのような中、ボストンで学んだのは、小さな頃からコミュニケーションやコラボレーションの必要性を伝えているということです。保育園でも小学校でも、誰かと一緒にやる、誰かとコミュニケーションを取る、ということをや小さい頃から非常に重視させていましたし、皆の前でプレゼンテーションをする、度胸をつける、新しいものを作り出すということに、非常にポジティブな環境でした。また、縦割り社会を飛び越えて、いろんな人と、いろんな職種の、いろんな職業の、いろんな組織の人と交流するのがいい

んだよ、というのを、子どもたちと一緒に私たちも学んだところがございます、非常に勉強になりました。

改めて日本のよさを再認識したのは、食生活のことです。アメリカと日本では、まったく食育、バラエティなどが違いますので、私たちはハーバードの学生さんたちに日本食を教えてあげたり、日本に連れて来て沖縄で沖縄食や沖縄の歴史を見てもらうスタディ・ツアーを開催したりして、日本のよさを母国に、世界に持ち帰ってもらおうという試みをしました。また、私はせっかく自分が産婦人科医ですので、日本からいらしていた他の産婦人科医の先生、助産師の先生と皆で、マタニティ・クラス、マタニティ・コンサート、日本人のママだけのための集まる場所を作りました。これは今でも続いているというご連絡をもらって嬉しく思っています。

そんなわけで無事2年間の学業生活を終えて卒業した頃、私のお腹の中には4人目の子どもがいました。卒業式の1カ月後に産まれたのですが、この時は産後2日目、出産の翌日に退院をし、その1週間後くらいに保健婦さんが来たんですけども、やはり私の頼りは日本から来てくださっている助産師さんのお友だちでした。母乳ケアなどいろいろな手当てをしていただいたのがすごく有難かったのを覚えています。

その後2013年に5人目の男の子が産まれて、保育園の送り迎えでもバタバタな日々です。最近一番下の子が4歳になって一番上の子が中学生になりました。お互い喧嘩もしますし、すごく忙しいですし、毎日にぎやかで、子どもからは本当にたくさんのお話を教えてもらったなと思っています。

そのような中身をいろいろな本にも著しております、私たち日本がダントツ世界に貢献できることが3つあると思っています。まず先ほど申し上げました母子健康手帳、これは日本ならではの本当に素晴らしいものなのですが、これをもっとデジタル・ネイティブな子どもたちに繋げていくために、やはりクラウド上で共有したり、子どもたちがどこに引っ越していても使えるようにすることが必要だと思ひまして、今、いろんな企業の方と一緒に、電子母子手帳のシステムを作るお手伝いをしています。

もう1つ、これだけ災害が多発している日本です。災害時に母子を守るシステムというのは、私たち日本がトップをいっている、もしかしたら日本が誇れる知見のひとつになるのではないかと考えています。東日本大震災は皆様のご記憶にも新しいかと思いますが、私自身も石巻に妊婦さんや赤ちゃんを助けに行きました。その時に、私は本当に何にもできなかったんですが、やはり平時から妊婦さんや赤ちゃんを守るシステムを作っておかなければいけないと思ひまして、今は自分が働いております神奈川県で、パーソナル・ヘルス・レコードのシステムを進めるお手伝いをしています。常日頃、子どももおばあちゃんも自分のお薬とアレルギーなどをちゃんと入力しておいて、母子健康手帳もバックアップを取っておいて、いざという時には保健師さんが駆けつける、というシステムを、神奈川県の中で実証事業に移しているところです。また春名めぐみ先生をはじめ、たくさんのお産師さんや保健師さんたちと作った、防災ノートというものを誰

でもダウンロードできるように公開しておりますので、こういうものもまた世界にも発信できたらと思っております。

最後に受援力です。子育て中の人たちは、たくさんの人の助けを求めていいんだという力ですね、これを、なかなか頼れない日本人、なかなか休みも取れない日本人から「頼ることがいかにいいことで、相手との信頼関係を作るきっかけになることなのか」、ということを世界に先駆けて発信できたらと思っております。これは私自身もボストンやいろんなところで身につけてきたことでございます。他の人の助けを受けることでご縁をいただいて、また他の人を助けていく。こういう受援力を醸成する方法を日本から発信していければ、少子高齢化が進む世界中の国々の人々、世界中の妊婦さんたち、お母さんたちに届き、子どもたちがより楽しく生きていけるようになるのではないかと思います。

最後に、たくさんの方に、先生方に謝辞を述べさせていただきまして、本日の発表を終わらせていただきます。ご清聴ありがとうございました。（拍手）

提坂：ありがとうございました。ここですぐに質問をさせていただきたい、というような方がいらっしゃいましたらお願いします。よろしいでしょうか。時間が押していますので、後程またお伺いする機会をいただきたいと思いますので、次のセクションに移らせていただきたいと思います。

■シンポジウム 1-3

ノマド助産師（世界を旅する助産師） 吉村亜希子

提坂座長：吉村亜希子先生をご紹介します。先生は助産師さんでいらっしゃるが、産科婦人科不妊症の専門病院で勤務されました後、広尾日赤医療センターに助産師として勤務されました。その後、世界の出産事情を調査するために、世界一周お産の旅に出られました。本日はその辺のご経験を中心にお話を伺えるのではないかと思います。よろしくどうぞお願い致します。

吉村亜希子先生：皆さん、はじめまして。発表をさせていただきます助産師の吉村亜希子と申します。よろしく申し上げます。

ご紹介いただきましたが、簡単に自己紹介をさせていただきます。産婦人科治療、不妊治療に関わりまして16年、救急の現場にもいました。2017年3月までは日赤医療センター、年間3200件のお産病院に助産師として勤務しておりました。ただ親の病気などを通して、ありのままに生きるということを決意しまして、世界の出産事情を調査するために自己資金で世界一周のお産の旅に出ました。

世界の出産事情や子育て環境、サポートシステム、社会背景などを直接調査して、出産期に関わる人々との交流をはかりながら、実際にスペイン、フランス、イギリス、ニューヨーク、シンガポールの各地で講演会や座談会を開催し、帰国しました。現在は講演会の登壇やネット対談の配信、プライベート出張専門助産師や、個人セッション、世界のママ・オンライン相談窓口、性相談窓口などの活動をしております。

今回は日本とフランスの違いについて発表させていただきます。妊娠・出産・産後編と簡単に一部抜粋をしております。時間が短いのでちょっと早足です。皆様、専門的な方がいらっしゃるのので、日本の方はちょっと省いて、フランスをメインでお話を進めたいと思います。もしご不明な点がありましたら、あとで質問をお受けいたします。

まず、妊娠編ですが、フランスでは妊婦健診、歯科治療は保険で負担となります。これに関しては社会保険により、公立病院であれば自己負担がありません。妊娠から出産まで、産前健診費、所見検査費、分娩費用は保険規定料金が基準ですが、100%払い戻しされます。妊娠中のエコーは3回、最低限の11週、22週、32週に検査技師が行います。妊婦健診は基本月1回ペースです。出産1カ月前に麻酔科医との面談があります。自然分娩希望であっても、出産は何があるかわからないので、麻酔科医との面談は必須となっています。出生前診断は多く行われており、羊水検査を推奨、8割から9割の方が受けていると言われております。NIPTに関しては、民間ホスピタルなどでは自己負担で行っております。

次に「フランスの妊婦健診は論理的な考え」というところですが、時期によって担当する医師が代わるシステムを用いております。3段階に分けていて、第1段階の妊娠判

定は、まず薬局で自分が妊娠検査のキットを買って妊娠を知ってから病院を受診します。この時は婦人科医が担当します。第2段階として中期になると、関わる医師が代わり、婦人科医から紹介を受けた産科医が担当の管轄になります。最終段階としては、出産は妊娠判定後あらかじめ申し込んでおいた産院、または総合病院の産科医師が担当します。ただし、妊娠中は特に母体の健康状態や胎児の成長に問題がなければ、出産まで助産師が担当することがベースになっており、麻酔以外の出産分娩も介助は助産師が行っております。

「フランスと日本の予定日の数え方が違う」。フランスの出産予定日の算出方法は日本と異なっておりまして、最終生理日から2週間後の日を妊娠1日目とします。日本では最終生理2週間前の日を1日目としますので、1カ月、差が出てくるようになります。したがって日本では妊娠3カ月というのはフランスでは妊娠2カ月と表記をされます。妊娠している期間自体が違っているわけではなく、妊娠期は日本では10カ月ですが、フランスでは数え方が9カ月、というふうになります。

出産編ですが、分娩は無痛分娩が主流。これはよく聞く話だと思うのですが、フランスでは、ネット上で分娩施設の情報を見ることができるようになっていて、数値を見ることができます。それに則って計算したのですけれども、硬膜外麻酔による無痛分娩は、55～87%の平均63%、帝王切開率は14～30%、平均17%が2017年のデータでした。自然分娩も流行してきており、自宅分娩ができる施設もフランスにはございます。母乳率が低いと言われるフランスですが、退院後8割が母乳育児をしているのですが、2カ月後には半分、3カ月後には敢然混合が多数、と言われております。理由としましては病院での指導にバラつきがあって、ミルクを勧められることがとても多いそうです。産後3カ月で働きに出るママが多いため、母乳育児率はその時に減少していく傾向にあります。母乳外来は存在しますが、事実上母乳育児が重要視されていないので、現地の日本人ママはとまどいもあるようです。ちなみに入院の日数は経膈分娩で3日、帝王切開で5日が一般的になっております。

産後編ですが、「預け先がたくさんある」ということに関しましては、フランスでは多くが共働きのため、産休明けの3カ月前後から職場に復職するママが多く、子どもを預ける施設としては、保育園、アシスタントマテルエル（認定保育ママ）、アルトギャルドリー（一次託児所）や保育ママなど自分に合った形で選ぶことができます。またシッター制度というものも多く利用されております。日本で問題視されている待機児童というものは、ほとんどないと聞いております。3歳まで実費負担が少しかかりますが、以降は国の補助金で、ほとんど自己費用はかからないと言われております。

「3人産むと大人1人分の働きと同じくらいの費用が支給される」とありますが、収入にもよりますが、資金面は国から受けられる支援がとても多いのが特徴です。例えば労働時間が50%であれば、約3万円の支援が国から資金が出たり、出勤日数分のランチ代を補助するチケットがもらえる、子どもの習い事でバレエやヴァイオリンなどは無

料で受けられる地域もあります。他にも基礎手当、保育手当、家族手当、出産一時金など多くの支援があり、子ども支援は20歳直前まで受けられて、大学までも公立であれば無料で、医学部も同様で費用がかからないのも利点です。

産前6週、産後10週、出産休暇中の給料は全額支給されますが、以降の育児休暇中はほとんど出ないので、稼ぐために3カ月の復帰が多数です。これが母乳率にも関係していると考えられています。フランスには子どもが出来ても給料を失わないという、女性を支援する制度があります。このことにより、子どもを産むことにより、社会からの断絶ではなくて支援補助が受けられるため、子どもが産みやすいと言えるでしょう。

また次に「婚姻率は低いが生産率は1.88」のところですが、これは2016年までの資料ですけれども、日本とフランスの違いですね。1983~4年のところは近いラインはありますが、フランスはその後上昇し、日本は下降していったというような状況です。

これに関してはですね、日本は2017年度の出生率1.43で2年間連続の減少となりましたが、フランスでは国立総合研究所によると2018年で1.88人となっております。実はこの数値は、3年連続減少していますが、依然ヨーロッパのトップだそうです。フランスでは事実婚の制度があるので、入籍をしている・していないに関わらず、父親・母親になれます。婚姻の有無に関わらず両方の両親権がある、成人するまで子どもを責任持って育てるといように法律も決まっています。

また、フランスが3年前に出生率が上昇した背景は、ベビーブームの子どもたちが出産年齢を迎えたこと、助成金など女性の給料が確保されて働きながら産みやすくなったこと、男性の育児参加が当たり前になり、パタニティという、父親が2週間育児休暇を取れる制度もみんな当たり前取るようにだんだん定着してきていること、または残業がない、保育ママ、シッター制度などを利用して両親は自分たちの時間を確保しながら育児をすることができる、など、1人で子育てする孤立化を防ぐことができているのが、背景にあるのかなと思いました。この3年は出生率が減少しているという理由は、経済的な問題と、政治で資金が削減されてしまったこと、また若年層のライフスタイルとメンタリティーの変化で低下してきている、というふうに言われております。

それから、産後の骨盤底筋トレーニングが無料です。出産後6カ月で10回のエレメンタリケアや骨盤底筋トレーニングを受けることができます。これは100%保険でできるので無料。大部分は助産師、一部理学療法士がするところもあるそうです。

では次にフランス在住の日本人ママの思う、日本のいいところ、をアンケートした結果をお伝えいたします。「日本では母乳外来や母乳相談室が充実している」。フランスは先進国の中でも母乳育児をするママが少ない国と言われていました。先ほども言いましたが、退院後なかなかアドバイスを受けられないため、母乳育児を諦めるママも多いのが現状でフランスの問題ともいえます。多くのママが母乳育児を望んでいる日本では、母乳外来や母乳相談室があります。母乳の悩みやトラブルを相談できる場所があるのは、日本の子育て、羨ましいと強く思った、という意見がありました。

あとは駅のバリアフリー化。これに関してはバギーを押して歩く時にフランスはエスカレーターやエレベーターが少なく、階段が多いのが印象的でした。その代わりに周りにはいる人たちがとてもあたたかいので、そこに立っていると皆がすぐ手を差し伸べて手伝ってくれるということがあって、実情としてバリアフリー化は進んでいないけれども、支援を受けられるのであまり困らなかったという意見もありました。

トイレにおむつ替えスペース、ベビーチェア、授乳室があるのは日本だけ。日本で百貨店やショッピングモールに行くと、トイレに赤ちゃん用のおむつ替えのスペースが必ずあります。それだけではなくて、トイレには子どもを安全に座らせるためだけのベビーチェアが備え付けられていたり、百貨店など驚くことに授乳室まで備え付けられています。日本では当たり前の光景ですが、このように子連れに配慮した設備を持っているのは、日本の賞賛されるべき点ではないでしょうかということでした。

次に、小学校から1人で登校できる安全な社会。日本だと小学校から1人で登校するというのが当たり前になっていますが、フランスでは誘拐などの危険があり、14歳までは1人にしてはいけません。自宅にも1人にしてはいけません、誰か必ず大人がそばにいないといけないという法律があるので、お迎えが必要になってきます。この話を聞いた時に、フランスにいる、ある日本のママは、なんて治安が悪いだろうと正直衝撃を受けたそうですが、他の諸外国も結構そういうことがあります。日本は逆にとても安全な社会、安全な国、という証明だと思えますので、この環境で育てるとするのがとても素晴らしいことだから、その状況を守ってほしいというメッセージもありました。

フランスと日本の違いは細かく言えばもっとあります。今日は抜粋してお伝えしましたが、世界を見ることで各国の特徴を知ることができます。国の動向は、政治の力もとても大きいですが、一番は住む人の概念の違いが大きく関わってくると思います。私自身、他にも多くの国を見てきましたが、自国を豊かにするのは、1人1人の意識であると考えました。フランスで子育てをしている日本人ママたちが、日本では子育てが息苦しい、みんなの目がこわくて帰りたくない、と口を揃えていたのが、とても印象的でした。未来をつなぐ子どもに育てたい、と思える日本の国づくりを1人1人が意識すれば変わっていくのではないのでしょうか。

ノマド助産師あつこのフランス・日本の出産・育児についての発表はこれで終わりにしたいと思います。皆さん、ご清聴ありがとうございました。（拍手）

提坂座長：ありがとうございました。質問ありましたらお願いします。よろしいでしょうか。では後ほどまたお話をさせていただきますので、次のセッションに移らせていただきます。

■シンポジウム 1-4

欧米での出産～ベルギー～

中野万知子

提坂座長：次は「欧米での出産～ベルギー～」中野万知子先生お願いします。プロフィールに関しましては先ほど、十分お話しいただきましたので、さっそくお願いします。

中野万知子先生：皆さん、よろしくお願いたします。再びの登壇、失礼いたします。ピラティスの時にも説明しましたが、私は2人目をベルギーのブリュッセルで出産しています。私が出産したのはもう16年以上も前になりますので、今とかなり変わっているのかなと思ひまして、いろいろ資料を拝見しておりましたら、料金体制もしくは健診の回数などは多少違ってはおりますけれども、おおまかなところはあまり変わっておりませんでしたので、自分の経験だけですが、お話しさせていただきます。

私は、次男の妊娠7カ月の時に飛行機に乗ってブリュッセルに行きました。夫の赴任先がブリュッセルで無痛分娩を選択したいということもありましたので、出産を決心したわけです。3年間の滞在期間でした。

飛行機で飛び立ちました時、上空でかなりお腹が張って、不安になったのですけれども、なんとか無事に到着できました。8カ月までしか飛行機に乗れませんでしたので、7カ月ギリギリで渡りました。

到着してすぐに、まずファミリードクターを決めました。あらかじめ前任者より紹介されて行きましたので、その点は安心でした。ブリュッセルには日本語がわかる、お産ができる女医さんが2人いらっしゃいまして、なんと日本の大学に留学されていたということで、とても心強かったです。

先ほど皆さんからもお話がありましたように、私も母子手帳をいただいたのですけれども、なんともお粗末な母子手帳でありました。ですので、私は日本の母子手帳にそのまま、日本語で先生に記入をしていただきました。健診回数、それから出産後の予防接種の回数が日本とかなり違って、すごく多いですね。先ほどデータで入れられたらいいというお話がありましたが、その通りでデータにいただいた方が助かるくらい、16年前の母子手帳がもう今蛇腹のような、閉じられないくらいの厚みになっております。でも大事なものですので、そのまま保存しております。

まずファミリードクターを決まして、そのファミリードクターより産婦人科医を紹介してもらい健診を受けます。普段の健診は問題がなければファミリードクター、月に1回の健診を産婦人科医が行っていました。産婦人科医と同時にキネジスト、要は国家資格を持った運動療法士ですね。こちらを紹介されます。こちらは出産時のいきみの練習、骨盤底の復活のやり方などを指導してくれます。産婦人科医、キネジスト、ホームドクターがタッグを組んで、1人の妊婦を見るという構造になっておりました。先生方の病院はそれぞれの家のお部屋でやっているような雰囲気です。すべて予約制ですの

で長い待ち時間もありません。特にキネジストのレッスンは、私はピラティスが好きだったので、とても楽しかった印象です。

出産は、もちろん無痛分娩を選択いたしました。周りもほとんど無痛分娩で、自然分娩を選択する方はほぼいなかったと思います。7カ月ということもあり、出産する病院へは出産予定日の予約だけをし、陣痛が起きてから電話をして行く、というシステムになっておりました。陣痛が起きたらまずホームドクターへ連絡をすると、産科医、キネジストに連絡してもらえます。出産は自分の産婦人科医が担当します。出産したのは、エディスキヤベルという大きい病院ですけれども、そちらに産婦人科医が出向いてくれて、出産をするという形でした。出産は8月予定日でしたので、向こうで先生のホリデーにもしぶつかってしまったら、他の全然知らない先生にお願いすることになるかもしれないという不安がありましたが、唯一それは防げたのでちょっと助かりました。無痛分娩ですので、子宮口の開きを確認してから、背中から麻酔薬を注入しました。1人目が自然分娩だったこととお話ししましたが、2回の出産は大きな差がございまして、1人目は本当に十何時間くらい、特に分娩台に乗ってから6時間くらいかかったので、結構大変なお産だったですね。2人目は無痛分娩で本当に楽だったなという印象です。出産時は赤ちゃんが出てくる感覚が感じられる程度の麻酔でした。陣痛が始まってから4時間ほどで産まれましたので、長男の時と比べて、本当に楽に感じました。産後ももちろんかなり楽で、長男の時は、次の日は全身筋肉痛のような痛みがあって起き上がれず、心臓もちょっと痛みを感じて呼吸するのがやっとだったんですけれども、次男は本当に楽でした。どちらがいいかわかりませんが、体の回復も無痛分娩の方が早かったです。入院生活も体が楽な分、子どもの世話がよくできました。

ベルギーは必ずと言っていいほど、夫が出産に立ち会います。ですけれども、実を言うと出産は平日で、夫は仕事でしたので抜けられるわけがなく、間に合いませんでしたので、1人で出産をいたしました。現地の先生方にはなかなかこの日本の文化は理解していただけませんでした。〈仕事中心〉

出産費用ですけれども、覚えている限りでは日本とあまり変わらなかった印象があります。ただし、私は1人で出産だったものですから、入院中もナースコールを何度もしてしまっていて、請求書を見ますとナースコールを行った分だけが請求がついていました。1週間の間に15回や20回くらいしてしまっていたので…事前にその説明がなかったのがびっくりしましたが、ただ、そんなに高い印象はなかったです。たぶん10ユーロとかそんな程度、数万円程度で収まったので、ちょっとほっとしました。もし100ユーロとかでしたら恐ろしいですね。日本みたいに何でもサービスということはありません。何でもお金、コストに跳ね返ってきてしまうので、確認しておく必要があります。日本は恵まれているなと思いました。

そして出産後ですけれども、すぐに病室にキネジストが来てくれます。運動療法士です。そしてアロママッサージとかお腹のマッサージ、足のマッサージ、筋肉のマッサー

ジなどをしてくれます。退院後は、キネジストのスタジオに赤ちゃんを連れて通えます。アロママッサージや腹筋などの回復のトレーニングをしてくれます。

このシステムがとってもよかったことが、私のピラティス・トレーナーを決意した理由の1つです。本当は運動療法士の資格を取ろうと思って、アプローチしたのですが、なにせフランス語という壁、それから国家試験であるという壁、語学がそんなにできる方ではありませんでしたし、取得期間も3年くらいかかってしまうので滞在期間に取れないということもありましたので断念しました。それでピラティス・トレーナーの方を資格として取りました。この時のキネジストがとってもよかったことが、理由にありました。

赤ちゃんの面倒もキネジストはよく見てくださいました。次男はアレルギーがひどくて、ぜんそくになりつつありました。風邪をひくとゼーゼーしてしまうのです。キネジストはぜんそくのことも詳しく勉強されているようで、不思議ですけれども、咳をたくさんさせて、ぜんそくをよくするという方法がブリュッセルでは普通になっておりましたので、なんか無理やり咳をさせるのですが、私から見ると、「え、そんなにぜんそくなのに咳をさせたらもっとひどくなる」と思ったものです。その療法をずいぶん長く取り入れてくださいまして、よくなったかどうかというのは、半ばで帰国してしまったのでちょっとわかりませんが、ひどくはならなかった感じでした。

ベビーシッターさんもたくさんおられますので、自分の時間を持つことができましたから、産後うつなどは向こうの方は少し少ないのかなと思います。そしてやはり両親とも働いている方が多かったのも、そのケアもだいぶ日本よりも充実しているなと思いました。幼稚園なんかでも、送り迎えのために、会社に午後から休みを取れる制度がありました。ベルギーでは、必ず両親のどちらかが迎えに来なければ子どもを渡せないという法律になっています。先ほどのフランスと近いですが、子どもを1人で歩かせるということではできませんし、1人で車に置いておくとか、1人で家に置いておくということも法律では禁じられております。そのために休みが取れるという点では、会社側も子育てをする環境が、日本よりはちょっと整っているのかなというのは印象を受けました。

次男が1歳半の時に帰国に至りましたので、10数年前のことにはなるのですが、自分の経験からお話をさせていただきました。ありがとうございました。（拍手）

提坂座長：ありがとうございました。次のセッティングをする間、中野先生に質問がありましたら先にお願ひしたいと思っておりますので、いかがでしょうか。

質問者（杉本先生）：先生、ありがとうございました。私、産婦人科診療所を開業しておりますので、どうしても運営のことを考えてしまうのですが、キネジストさんというのは、重要な要でそういった方々が日本にもいらっしやればすごく心強いなと思いました。

まずは、それはその方の診療になるのですか。

中野先生：診療ですね。国家資格ですので、自分でスタジオといいますか、病院といいますか、そういう施設を開いていました。そして日本で言う助産師さんくらいのことはできるのかなと思います。

質問者：そのキネジストさんはみなさん、普通に利用されるのですか。

中野先生：そうです。妊娠をしますと、初期は産婦人科医ではなくホームドクターが診るのですね。で月に1回だけ産婦人科に行くという形ですので、私はちょっと後期ということもありましたけれども、産婦人科医と接触したのは1回か2回だったと思います。あとはホームドクターが全部見ておりました。

質問者：素晴らしいシステムだと思うのですが、キネジストさんを受診すると、費用としてはどのくらいなのですか。

中野先生：当時はそんなに高い印象なかったですね。5,000円以内だったと思います。ユーロにもよります。当時のユーロが今よりちょっと低かったというのがありますが、3,000から5,000の間、5000はいかなかったかな、3000くらいの感覚です。

質問者：受診は30分くらいですか。

中野先生：グループと個人とありますけど、費用は変わらなかったと思います。

質問者：時間です。診療時間。

中野先生：診療時間は個人で15分程度です。その後グループレッスンに入ります。グループ15～20分くらいです。

質問者：キネジストさんの立場で考えると、15分5000円で1日何回やったらこの人は生活費を稼げるだろうと考えちゃうのですが、非常にいいスタイルだと思います。

■シンポジウム1 質疑応答

司会：それでは4名の先生方にご質問があれば、お願いします。

質問者A：国際ナーシングドゥーラ協会の看護師の佐藤と申します。本日は貴重なお話、ありがとうございました。私は海外の経験はなんですが、ベビーシッターと助産師さんのお話は先生方から今伺いできましたが、助産師さん以外の看護職として、例えばオランダにはクラームゾルフという職業がありますが、そういう専門の方に産後ケアに携わってもらったとか、そういった国があったとかいうお話があったら、教えていただきたいと思います。お願い致します。

吉田穂波先生：私はアメリカで4人目を産みました時に、日本人のドゥーラさんにずっとついていただきました。その方は看護師さんではなかったのですが、アメリカでドゥーラの資格を取られていまして、ずっと私の背中をさすりながら、出産に立ち会っていただきましたし、産後ちょっとお昼寝したいという時に、子どもの面倒を見ていただいたりもしました。

吉村亜希子先生：私はいろんな国をまわりましたが、ドゥーラさんの存在っていうのは、たくさんお見かけしました。イギリスでドゥーラさんに直接ついて回らせていただいた経験もありまして、とても素晴らしい仕事だなとすごく感じております。実際私は日本で助産師として働いておりまして、ドゥーラという存在を知ってはいましたが、ちょっと偏見を持っていたなど、今すごく恥ずかしく思っております。イギリスにも日本人のドゥーラさんたくさんいましたし、フランスだけではなくアメリカやシンガポール、いろんな国にドゥーラさんの存在がありまして、皆さん、妊産婦さんだけではなくて家族を支援するというような心意気で働いておられましたし、受け入れる体制として産院にもそれが当たり前のように浸透して、信頼する人が近くにいるのはお産にとっても素晴らしいことだからぜひ付き添ってもらいたい、というような受け入れ体制がとても整っているなと思いました。そこが日本との違いかな、というふうに感じました。

質問者A：ありがとうございます。今後にとちょっと勇気をいただきました。

質問者B（杉本先生）：引き続いて申し訳ないですが、諸先生方の出産体験やお国の事情はなんとなくわかったんですが、実際に先生方の主観でいいのでお聞きしたいのですが、ご自分が経験された出産が、実際その国において標準でナチュラルなのか、そうではなかったのか。私千葉の館山という田舎でもお産をやり、千葉の都会でもお産をやっていたりするんですが、やっぱり違いますでしょ、実際。だから皆さんのお話が、例えばベルギーの中でも標準的なのか、それとも実はすごくセレブなことなのか。そういうところを少し伺いできたらなと思います。よろしくお願い致します。

中野万知子先生：そうですね。私の前にも駐在員が多かったので、日本人の状況がナチュラルかといわれるとちょっと難しいですが…私が出産した、エディスキヤベルという病院は、やはり外国の方の出産が多かったですね。なぜかと言いますと英語が通じるのです。そういう意味で、ベルギー、ブリュッセルという都市は外交官が多かったものですから、外国から来ている方も多かったです。ですからそちらで産む方が多いですね。そういうことを考えると、もしかしたら上の方で標準ではないのかもしれませんが。ただ、ご存知のように、ヨーロッパでは消費税率がすごく高くて、実は幼稚園も大学まで全部無料なのです。はい。幼稚園には1歳半から入れますので、私も、長男と、次男は少しだけ、入れましたけれども、無料です。公立ですけれども、ご飯代、給食代だけです。そういう意味では社会制度がかなり充実している国だと思います。

低所得の場合ということまでちょっと調べてないですが、標準的じゃないかなあと考えていました。でも、そんなに特別高くなかったですし、先ほどのナースコールでもそんなに高がついてしまうわけでもなかったのです。出産費用も日本とそんなに変わらなかったですね。

初沢美香先生：先ほどもお話ししたのですが、大学病院で、お医者さんサイドでいろいろな人が集まって200万円の出産をした同僚の奥さんがいて、私は助産婦さん中心で出産時ももちろんお医者さんいなかったですし、そういう点滴とかの設備もなく、でも部屋は綺麗だったし、同じ大学病院の中での話ですが、人は介さなかったという意味で80万円だったということなのですが、ちょっと普通のレベルというより、人を介さないということに安かったんじゃないかなって思っています。

吉田穂波先生：私はドイツでの出産もそうですし、ボストンでもそうだったのですが、自分たちが留学生で移民のような形で行きましたので、やはり低所得者層向けのレベルだったと思うのですが、幸い私自身も産婦人科医でしたし、そういうことで、先生方の話があったというか、非常に人の巡り合わせがよくていい方にばっかり出会えましたので、そうですね、すごく貧困層向けのサービスとはあまり感じませんでした。ありがとうございます。

質問者C：国際ナーシングドゥーラ協会の石井と申します。私どもは開業して有料で看護、お産の後の看護を提供しているという仕事をしています。先ほどどこの国にもドゥーラの存在があったということですが、そこから私たちナーシングドゥーラ、看護師の資格を持ったドゥーラとして働いていますが、各国でドゥーラの方を利用する時においくらぐらいで雇うのか、それとも医療保険みたいなものがあるのか、ドゥーラの方と個人的な契約をするのか、さっきのキネジストさんみたいな形で事業所に行って払うのか、ちょっと教えていただければと思います。

吉村亜希子先生：はい、その質問にどこまで答えられるかちょっと難しいですが、国によってちょっと違ったと思いますが、皆さん、個人的にされている方が多かったです。私が会った方たちは、皆さん個人的に活動していて、インターネット、もしくは口コミで、人によっては病院、イギリスならNHSという公的な病院がありますが、そのパンフレットと一緒に載せてもらうようお願いしている方もいました。やっぱり個人活動、個人的に請け負うという感じですね。オランダのクラームゾルフさんにも会いましたが、その場合は一部、負担が国から出るような形で訪問を受けられました。他の国のドゥーラさんたちは、皆さん実費で、いくらだったか聞きましたが…その国や地域によって水準があって、お金を取っているような感じですね。8000とかだったかな、日本円で1回。ちょっと曖昧ですけども。

質問者C：ありがとうございました。

林理事長：質問というわけじゃないですけど、実はもう時間が迫っております、それで今日座長を2人をお願いした理由ですが、まず種村さんは助産師でドイツでお産したのですね。提坂先生はお嬢さんが外国人と結婚されていて、最近アメリカで出産されたですね。ということで種村さん、提坂先生、一言ずつコメントいただけますか。

種村先生：私は吉田先生と同じくフランクフルトで長女を出産しました。幸い、日本人がたくさん住んでいた地域でしたので、その人たちに支えられていたというのと、同じマンションに住んでいた他の国の方たちからも、子どもたちは可愛がっていただいていたので、あんまりこう、現地での支援っていうところを受けていなかったもので、そこはもったいなかったなと思っています。先生が受けていた助産師の訪問というようなところをもっと聞きたかったなあというのがまずありますが、1点質問をしていいでしょうか。私、ずっと市民病院に勤めていまして、産後ケアというところでは、保健師との協力も得ながら、新生児訪問ですとかデイケアサービスを取り入れて、充実できているかなと思うんですけども、日本の病院で勤めていて、助産師が外に、地域に出た時にしてもらえたらいいなあと思うケアがありましたでしょうか。

吉田穂波先生：ありがとうございます。私、行政でも働いておりますので、やはり病院の助産師さんが出て行って、ケアの内容としては、例えば妊娠・出産の前でしたら、産後にどんなことがあるか、病院での入院はどのような体制なのか、イメージをつかんでいただくとか、妊娠中の体の変化、気持ちの変化について教えてあげるといのは、ぜひ病院の助産師さんから情報提供していただければと思います。また、その情報を行政の保健師さん、それから地域の介護助産師さんにも、特に助産師さん同士のネットワー

クというのがおありだと思いますので、つなげていただくのがベストかなと思いました。私、1人目は日本で、クリニックで出産したのですが、退院した後、その地域でどこへ行けばいいかわからなかったり、地域の助産院で母乳マッサージをやってくださってるところがあまりわからなかったりということがありました。もし病院の助産師さんが、介護助産師さん仲間とか、保健師さんとかと情報を共有していただけると大変ありがたいです。

種村先生：ありがとうございました。

提坂先生：私は実は30年ほど前に、ボストンに留学しておりまして、先ほどお話のありましたブリガム・ウーマンズで友達の分娩、研究所の同僚の奥様の流産などの手術に立ち会ったりしておりました。私はリサーチの方に関わっていたのですが、ただ当時、ボストンに産婦人科の日本人の医者が誰もなくて、なにかあると必ず私のところに連絡が来て、たとえば仕事中、細菌培養をしながら電話を受けて、「ちょっと今から病院行ってきます」って言うと、ボストンの同僚が「どうした？」って「いや、日本人の奥さんが流産して」「それは大変だ、いってらっしゃい」というような感じで、何回か抜けさせてもらいました。

当時、流産の手術をするところは人工中絶もするところでした。そういう大きな病院じゃなくて、開業医レベルのところでもやるのですが、そこへ保守系の方が「中絶反対」とプラカードを広げて十数人くらい、20人くらいですかね、ほとんどが女性の方で、目をちょっと吊り上げてデモにいらっしゃった。しょうがないので「この人は自然流産なのです」と言ったらちょっと静かになった、そんなようなこともありました。

先ほど最近のアメリカの出産やら、黄疸の費用、娘と娘婿に聞いた話ですので間違いございません。(笑) まあ、日本に比べたら遥かに高いなと思いますけれども、たぶん病院自体が分娩に対する保険をかけているので、むちゃくちゃな値段なんだろうと思っています。そんなところでよろしいでしょうか。

すみません、座長の不手際でかなり時間押してしまいまして、まだお話や質問をしたい方いっぱいいらっしゃるんじゃないかと思うんですけども、誠に申し訳ありませんが、シンポジウム、これにて終了させていただきまして、次のセクションに移らせていただきますので、よろしくどうぞお願い致します。ありがとうございました。(拍手)