

# 誕生！こころとからだで感じるお産

いのちと出会う場所で、自信を取り戻す

記事構成  
三井ひろみ

安全性ばかりを追求した結果として、地域全体での子産み子育て文化が薄れ、子どもたちのこころの問題、大人たちの身勝手な行動が表出してきたのではないか、と思うことがあります。私たちは、どこかで子どもを育てる「親」を育てることを忘れててしまい、母としての自信を奪つてしまっているのでしょうか。

東京・国分寺市で「母と子のサロン 矢島助産院」を開業して22年目。3600人以上の赤ちゃんを取り上げ、お母さんたちを支え続けていたる助産婦・矢島床子さんに、主体的に産むことについて、お話を聞きました。

## 矢島床子(やじま ゆかこ)さん

開業助産師。岐阜県郡上市生まれ。三森助産院で助産婦修業を経て、1990年東京・国分寺市に「母と子のサロン 矢島助産院」を開業。訪問分娩、助産所分娩など3600人以上の助産にかかわり、積極的に活動中。岩手助産婦の育成にも力を注いでいる。『フィーリング・バース 心と体で感じるお産』(パシリコ)、『助産婦』(実業之日本社)、ビデオ・DVD『産む』(矢島助産院発売)など。

矢島助産院 分娩介助伝承セミナー(フィーリングバースセミナー) 全国行脚中。

### 三井ひろみ(みつい ひろみ)

宮城県生まれ。フリーライター・編集者。著書に『動物を看取るということ』(誠文社)『フィーリング・バース』(パシリコ)など。子ども、環境、人と人との絆をテーマに、「ソトコト」(木葉舎)『月刊クーポン』(クレヨンハウス)『公衆衛生』(医学書院)などに取材記事を掲載。

誕生！

「次男を矢島助産院で産んだとき、すぐにもう一度お産がしたいと思い、めでたく赤ちゃんを授かって、また矢島さんのところに戻つてくることができました。4年ぶりに訪れた矢島助産院は変わらず温かな笑顔で迎えてくださり、まるで里帰りをしたような安心した気持ちでお産に臨みました。とても良いお産ができました。夫と長男と母と助産師さんに囲まれて「上手よ」と褒めてもらい、励まされながら、**自分の中の動物的な力が湧いてくる**ような感覚をつかんだ気がします。病院で産んだときには決して感じることのできなかつた、このパワーをこれから生きしていく上で自信につなげていける気がします」

(矢島助産院「お産の感想ノート」より)



産むことの喜び、生まれてきた  
赤ちゃんを通して自分もまた  
生まれてきたことを嬉しく思う経験は、  
どんなときでも生き方の上台になるんです。

そういう表現をしたら誤解を招くかもしれないけれども、「女を生きる」という言葉が好きなんです。どんなに困難な場面に出会つても、エネルギーの元になることを知らってくれます。満足したお産を体験すると子どもは可愛いと思って何人でも産んでいけるんですね。

産む女性を育てる

新聞やニュースでは子どもが人殺しをしたり親を殺したり、自殺が増えたりと、悲しい事件がいっぱい起きています。いのちが生まれる現場にいる私は、それをどうしたら解決できるのかって、よく考えるんですね。そこは、やっぱり、どうやつて母性をもつて子どもを育てていくかに辿りつくんです。私はお産婆さんに取り上げてもらって、田舎の貧しい生活のなかで育つてきたけれども、人を殺すことはなかった。それは、みんなに育ててもらった経験があるからです。

産科のある病院に通わなければなりませんし、出産後も産んだ場所から切り離されて、相談に気軽にに行くこともかなわない。これでは、ますます女性の性、家族、母性を育てることが、地域から人ととのつながりが失なわれていきますね。お産は病気ではないですから、健康で正常なお産は地域のなかで、助産婦が介助、ケアを提供するべきだと思うんです。

注 理性や知性から解放されるとき、こころとからだに変化がおき、お産の進行にも変化がおきる。自然と臍帯がゆるみひらいていく。ふつうはあり得ない状態になっていく。このような理性を失った状態を矢島助産院では「別世界」と表現している。



からずに壁を叩いたりして、抱くといふ行為ができなかつた男性がいました。そうなると、きまずい夫婦関係になつていくわけですね。それつて、彼は自分の体験として、お母さんが泣いたらすぐおっぱいを飲ませるという、動物的な行為がなかつたんですね、きっと。

さん（ラマーズ法を日本中に広めた人で、矢島床子さんの師匠）が来てくれました。私がお産のときに、動物のような声をあげたって言うんですよ。それからというもの、いままではラマーズ法を推奨していた三森先生が、「声を出したほうがいいお産ができる！」と私のお産を介助してから口にするようになりました。

を口に出したくない時代がありました。ましてや、子どもを産むときには気持ちがいいとか、言つてはいけなかつたんだと思う。口をつぐんでそうやつて女たちが頑張つてきた時代があつたけれども、そうではなかつたんだと思いますね。

とした政策とシステムを持つて、女性の産むことを支える開業助産婦、開業助産院を地域に整えていくことだと思います。医師が不足しているだけでなく、助産婦も不足しています。私たちの頃は助産婦学校が各県にいくつもありましたが、いま助産婦学校はほとんどない。大学や大学院で助産を教えて、それも1年間に3人から5人しか助産婦を出していない。どんどん助産婦の数が少なくなる一方です。

未熟児を産んだ人がこうした行為  
ができなかつたからダメだとか、そ  
ういうことではないんですよ。赤ち  
ゃんは産んだら抱くのが動物的だと  
いうことです。私は生まれた子ども  
は、すぐにお母さんの胸に、裸のま  
まひきよせて、おもいきり子どもを  
抱く経験をしてもらいます。ここに、  
すべての原点があると思うからです。

「おもいっきり自分を解放して」

私は子どもが3人います。ひとりめ、ふたりめを病院で産んで、さんばんめを自宅出産しました。初めて、動物的な感覚を身をもつて体験したんです。そのときに自宅に三森孔子

お母さんの生み出そうとする力と赤ちゃんが生まれ出ようとする力が重なりあって、進むものなんです。そのときに、おもいつきり自分を解放しないと、生まれてくるものも生まれてこないんです。

産道を通る意味を伝える

いま、社会の話題としては、産科医が少ないこと、妊婦のたらい回し問題ばかりが全面に出ていますが、産む女性と生まれる子どもが大事なんだということをもっと意識すべきですね。そのためには、国がきちんと

のですが、全然お産が進まない人がいたんです。他の助産婦がついていたので、ちょっと私と彼女のふたりきりにさせてつて言つて、黙つて腰をさすつたら、次の瞬間にグワーッ<sup>ト</sup>て変わつてくるんですよ。今まで人がいて気が散つていたんですね。ふたりきりになつて、私は何も言わないけれども、そばに居てあげると

いう、それだけで、お母さんのように思つて寄り掛かってくれる。安心すると、からだもこころもひらいていく。

健康面などで問題がないかぎりは、産道を通してほしいんです。お母さんに、赤ちゃんが産道を降りてくるのをからだで感じてほしい。どんなときにも、この肉体的経験はからだの奥からわき上がる新鮮な感覚として思い出すことができるんです。それが、その後の子育てや人生を乗り越える力となってくれるんです。

だから、私たち助産婦はゆっくり、からだがひらいていくのを「待ち」ます。けつして会陰をきつたり、鉗子で赤ちゃんをひっぱつたりはしません。むかしの産科のドクターは「お産は産道を通して産むことに意味がある」と知つていて、産科医たるものは、簡単に帝王切開をするのではなくて、産道を通して産ませよう経験を積んできたといふですね。いまそういうことを言うと笑われてしまうんですよ。これまた、問題ですね。私は、いのちの安全も大

事だけれども、女であることを、産むことのプロセスを、痛みを乗り越えた達成感を、同じくらい大事にしないといけないと思っています。

### こころを通い合わせ、共に喜びあう瞬間

矢島助産院では、お産が終わり1時間後も何ごともなく順調だつたら、父親、家族、その場に居合わせた人がみな揃つて、お祝いをします。それは、みんなで誕生を喜びたいからです。

誕生のしあわせを多くの人と分かち合えたら嬉しい。湧きあがつてくるお産の喜びをみんなで感じたいと思つてゐるんです。数年前、自宅分娩で朝方赤ちゃんが生まれ、その方のおじいちゃん、おばあちゃんがお赤飯を作つてくださつた。帰りのタクシーの運転手さんに「いま、自宅分娩があつたんですよ、朝ごはんにお赤飯どうぞ」としあわせのお裾分けをしてきました。また、ある時は



### 子産み子育てへの温かい応援

んたちに「いま自宅分娩で赤ちゃんでふたり産んで、その頃はミルクが生まれたんですよ。これはお祝い全盛でしたので、当然のようにミルクと母乳をやつたんですけども、お父さんは協力してくれないし、苦痛がだんだん出なくなりました。私は日常のなかで、お産を通して人と人とのふれ合うこと、つながり合うことを大切にしているんです。

りました。

お母さんと子どもを支える助産婦

になりたいと思って、国分寺で「母

題ですね。私は、いのちの安全も大



ファミリーサロン



「子のサロン 矢島助産院」をひらきました。というのもここに引っ越して来たときに隣りの南町でお母さんが育児ノイローゼで飛び降り自殺をしたという新聞記事を見て、「お母さんたち、ここに来て！」と言つてあげられる場所を持つていなかつたことに後悔したことがあつたからです。ぜつたいにそういう場を作りたいと思つたんです。

幸いなことに私のところでお産をしたお母さんたちに、そうした思いを常に語ってきたものだから、「ファミリーサロン」をたてるときには、みんなが出資してくれました。

私は子産み子育ては男の人にも必要だと思っています。お父さんも育児参加し子どもと一緒に歩いてもらいたいと、後期学習会は絶対に参加してもらいます。その後の「パパランチ」はお弁当とビールを出します。お父さんたちも飲んだりしながら友達をつくる。そのときの友達がずっと友達としてつながっている。1か月検診の後も一品持ち寄りで当院はお寿司とビールを用意します。ここ

母さんたち、ここに来て！」と言つてあげられる場所を持つていなかつたことに後悔したことがあつたからです。ぜつたいにそういう場を作りたいと思つたんです。

幸いなことに私のところでお産をしたお母さんたちに、そうした思いを常に語ってきたものだから、「ファミリーサロン」をたてるときには、みんなが出資してくれました。

私は子産み子育ては男の人にも必要だと思っています。お父さんも育児参加し子どもと一緒に歩いてもらいたいと、後期学習会は絶対に参加してもらいます。その後の「パパランチ」はお弁当とビールを出します。お父さんたちも飲んだりしながら友達をつくる。そのときの友達がずっと友達としてつながっている。1か月検診の後も一品持ち寄りで当院はお寿司とビールを用意します。ここ

でもみんなでわいわいと1か月の苦労話をしながら、またOB、OGとしても、矢島助産院とつながつてほしいと思っています。

### 生きていくよろこびを知る

やつぱりね、いのちが産まれる場所はパワフルでなくてはならないんですよ。いまはあれをしてはいけない、これをしてはいけないと管理をしている医療機関が多いんです。助産院だからすべていいとはかぎらず、妊婦さんを苦しめているんですよ。1日24時間しかないのに3時間歩けなんて実生活では無理ですよね。それで歩いたら記録帳にマルをしなさいとかね。

いまは洗濯機で洗濯できるし、トイレは座ればいいし、床そうじはモップだしね、生活環境が変わっているから、女性のからだがむかしくらべると産みづらいからだになつてきているのは確かなんですね。ひじょうにむずかしくなっていることは事実だから、からだを鍛えなくてはい

けない、体重を増やしてはいけないというのも分かるけれども、妊娠さんが夢みるまでに縛り付けてはいけないと、私は思う。もっと楽しんでほしい。

この間、自宅分娩の介助に行ってきました。いよいよ生まれるかななどいうときに彼女は別世界に入っています。急に「私の今までくわけですよ。急に「私の今までの産は全部下を切られて、拷問のようなお産だつた！」とブワーッと泣き出しました。病院ではどんなに別世界に行こうと思つてもそのことを言えないと思うんです。

界に行くときに「拷問のようなお産だつた」と彼女が言ったこと、私たち医療者は、その意味を考えいかなければならぬと思います。24歳の女性が初産で、はじめはなかなか私たちの輪に入つて来れなかつたんだけれども、やつとこころをひらいてくれて、矢島助産院でいいお産をしました。歯などをみても彼女はいろいろな問題を抱えていたのでしよう。

1か月検診に彼女も一品おかげを作つてもつてきて、私に抱きついてきて「今まで私は死に向かつて生きることに気づいた」と言つて泣くんですよ。いまの若い子は自分

はなつて「ワアーツ、いまから生きていくぞ！」という表明です。お母さんも、指一本骨折したつて私たちがお産のときはふだんは緩まないかたい骨盤の関節がいつきに緩むんです。ワアーツと子どもが第一声をあげられる経過、お母さんもおもいきりそこで自分を解放することで、母親として、人間として生きていく出発点になるんです。安全で満足できるお産現場を豊かにし、子どもたちが元気に育つための政策が、今、必要なことではないでしょうか。みんなで考えて行動したいと思つて

います。

(2009年3月7日)

編注：2002年、助産婦の「婦」は「師」になりました。しかし、お産は「性」のプライバシーを最優先しなければならない場であり、女性のケアが最適と考える矢島床子さんは、自分の職業を「助産婦」と表現しています。

## Feeling Birth フィーリング・バース

心と体で感じるお産

著者：矢島床子  
表紙：三井みゆみ

basilea

## 矢島床子さんの本 『Feeling Birth フィーリング・バース』(バジリコ)

充分に自分の力を出し切ったお産の後で、おかあさんたちは明らかに変わってゆく。大人になる、母になる、社会化していく。それはからだを通した実感。だから、簡単にゆらがないのです。痛みをふくめて、女性にしか味わえない、お産を感じてほしい。  
(本書より抜粋)

### 目次

- フィーリング・バース
- お産を感じる三つのこと
- お産と出会い
- 人は人のなかで育つ
- 助産婦になるまで
- これからの助産婦
- 矢島助産院の「お産の感想ノート」から
- ある日のお産
- 助産婦さんといっしょに赤ちゃんを産む