

# こうちおっぱい新聞

2024(令和6)年

9月27日金曜日

初回発行

アニタ助産院

ふたたび みたび

「楽しい母乳育児」の実現を！



この新聞は「赤ちゃんの母乳を飲む権利」を心から大切に思う助産師が発行しています。発行は不定期です。

発行:アニタ助産院

〒781-0270 高知県高知市長浜3番地

TEL.088-841-3000 携帯 090-9774-6722

メールアドレス midwife@blue.plala.or.jp

ホームページ・facebook・インスタグラムページあります。

## 事業内容

母乳外来

産後ケア事業(訪問型・日帰り型・宿泊型)

各自治体より委託を受けています。

いのちの出前講座 各学校・保育・幼稚園から委託を受けています。

出版・発行 3頁「私の母乳育児物語」下で紹介しています。

妊婦健診・出産取扱いは現在休止中です。

助産師 竹内 喜美恵

アニタ助産院代表(H11.5.1開設)

認定エキスパート産後ケアプロバイダー取得(R5)

子ども食堂主催「ふなつきばの子ども食堂」(H30~)

高知県小児保健協会・尾木賞受賞(R3)

高知県知事賞受賞(R4)

厚生労働大臣賞受賞(R4)

など

# 私のであった母乳育児物語

彼女と出会ったのは、13年前のこと。  
 出産のお手伝いをするための日々を何か月か妊婦健診でお会いしてきましたが妊娠9カ月目に事情があつて病院での出産に予定変更し、お別れしました。

病院で出産され、ご自宅へ帰られた次の日の夜、高熱で、救急車で搬送され入院し、その数日後、病院の彼女から私に電話があり、事態をはじめ知りました。

翌日、病院へお見舞いに伺うと、ご家族がたまたま居られない時で、彼女が一人ベッドに横たわつておりました。

その口から、今、生存率が何%と言われる劇症型の重症細菌感染症にかかっていることと、この数日の経緯を、途切れ途切れの言葉で教えてくれました。言葉を失い、立ったままの私と、目を閉じて横たわっている彼女と二人のところへ、主治医が来られ、最善の策とは言えないが、しかし、現在のやむを得ない対処として、今から腹水を抜く処置をしたい旨の話があり、彼女は一人で決断せざるを得ない状況で、半分独り言のように、いくつかの言葉をつぶやき、「よし、行くか」と決断をし、そのまま、ベッドごと手術室へ運ばれてゆきました。

その後一ヶ月で彼女は退院の日を迎えることができました。

退院してまた一ヶ月、出産後二ヶ月が過ぎたある日、かわいい女の子を抱いて、訪ねて来られました。

座るとすく、「私はこの児を母乳で育てたい」。

…私はどれくらいの間か、言葉を失つて、頭も回らない状態で固まっていました。そしてふと、私の目の前で、人工乳で丸々と肥っている2ヶ月児が、彼女のおっぱいを嫌がりもせず、怒りもせず、黙々と吸い続けている姿が目に入りました。「…よし。この子に賭けてみよう」と、心に呟いて、

「分かりました。今から段取りを説明します」という運びとなりました。

それから一ヶ月後、出産から三ヶ月後、彼女は花束と無農薬野菜を持つて私の前に現れ、「今、母乳だけで育っています」と。

よかったよかった…でも…私は何もしていないような…。でもほんとうによかった。

その後、数年間母乳育児を楽しまれたようです。

その彼女が今また、大きな病と闘っています。

子どもは今12歳。 (竹内 喜美恵)



**アニタ助産院**  
**ふなつきばの子ども食堂**  
 助産師 竹内 喜美恵

〒781-0270 高知県高知市長浜3番地  
 Tel&Fax 088-841-3000  
 携帯Tel 090-9774-6722  
 E-mail midwife@blue.plala.or.jp  
 WEB・Facebook・Instagram ページあります。



幸せな身一つの日々、  
 喜びと共に身二つに、  
 笑い転げながら共に育つ母と子…  
 これが私の願いです。



元気な子を  
 元気な身体で  
 元気に産み  
 元気に育てる。  
 これを実現するためのお手伝い、  
 これが私の仕事です。

## 自由投稿大歓迎

この新聞は、アニタ助産院が自腹出費100%で発行しています。

ご賛同いただける方の投稿・ご寄付大歓迎いたします。

ご投稿は、アニタ助産院メールアドレスまで、[midwife@blue.plala.or.jp](mailto:midwife@blue.plala.or.jp)



## ◇ 寄付などお振込先 ◇

高知信用金庫 瀬戸支店

普通 0367504

口座名:こうちおっぱい新聞 竹内喜美恵



# 私の母乳育児物語

## ”子どもとお乳と私”の話し

私のお乳。4人の子どもたちを育てた、お乳。今では存在感も薄いけど、6歳の未っ子との時間には欠かせない存在。母乳育児、私にとって当たり前の生活。家族との生活の中で、子どもが生まれる。子どもが私のお乳を飲む。それは全く特別なことではなく、自然のながれ、暮らしの一場面。20歳代に3人の子どもに恵まれ、40歳を目のまえにして4人目の子をお産した私。お乳をくわえた子どもと私の時間は、幸せな時間そのもの。母乳育児は、子どもの時もみんな違う。いつも試行錯誤。けど、それがいい。それがおもしろい。どれもこれも、自分流。正解？知らない。自分の暮らしになじむ母乳育児にしたらい。私たち(家族)なりの生活、それが母乳育児の生活。

そして卒乳。4人それぞれ違う卒乳物語。1人目は「母親“がんばらないとね!”と、いろいろ情報集めて、一生懸命。赤ちゃんの成長発達には母乳がいいと知り、離乳食スタートをかなり遅らせ、卒乳もゆっくり。2人目は「そんなに吸う?お乳、もう空っぽよ。」と思う食欲旺盛な子どもにびっくりしながら、離乳食が進むペースが速くなり母乳は早々終了。3人目は仕事のウエイトが大きくなって母乳の時間が少なくなった仕事中心の母乳育児で、なんとなく母乳終了。

4人目は、永遠にお乳吸っててもいいよ〜という母の心持で、4歳になってももちろん継続。それが、なんと4歳6か月になる頃の”節分“で卒乳。「もうお乳は飲まない」と。そして、「チュー(ホッペにキス)もせんとって」と。甘えたい気持ちもありながら、節分の保育園行事を通し、鬼を退治し、子どもなりにいろいろ話を聞いて、たくさん考えたのかと思うと、これまた面白く、そしてこの成長に母はうれしくも、泣いてしまう。

4人目の子がお乳を飲む姿を眺めて、昔の自分をたくさん振り返った。がんばりすぎていた自分。お乳と子ども、どこかコントロールしたいと思っていた自分。一生懸命だった自分の母乳育児ももちろん尊く、けど、今の良い意味でがんばらない母

育児も大事だと、やっと思えるようになった。それは、子どもの成長に合わせた子育て親育ちも、おんなじ。子どもたちのどんな様子も、どんなお乳も、どんな私も。ありのままがいい。

20代から始まった子どもとお乳と私。それは、大切な宝物。

子どもの成長、親の成長、暮らしの中にある家族の成長。家族も私も、いっぱい失敗もする。後悔もする。泣くことだってある。けど、それも笑える時がくる。そのままがいい。

みんな、それぞれの、ありのまま。それが幸せ。  
(高橋 真紀子)



◇ アニタ助産院の 出版・発行物のお知らせ ◇

書籍：「産む」 / 新聞：「こうちおっぱい新聞」・「ふなつきばの子ども食堂便り」

パンフレット：「産後ケアのご案内」・「おっぱいのおはなし」・「お母さん達から教わったこと」



# なぜ今、母乳育児をしつこく言いたいのか

1. ほんとうは、楽しくてしあわせて、共に生きる喜びに満ち満ちた作業、人体の神秘、尊重されるべき生理現象が、こつまで軽んじられ貶められ、その結果と思われる様相は、受け入れ難い現実として、日々、目の前に存在する。

2. 我が身の内で我が血液を胎盤を通して注ぎ込み、新しいのちをはぐくみ育て生かしてきた母体。身ふたつになったその日から、我が血液を瞬時に、我が子の新しく働き始めた消化器を通して、いのちを養える乳汁に変化させ届けるホルモンが始動する。

その乳汁には、身ひとつの時期には届けられていなかった「身ふたつになったのちに必要な、生きる力のもと」が含まれ、我が子へ注ぎ込まれてゆく。

これは遠い昔から実際に証明され続けてきている常識的事実。なぜ、今になつて「七十年へらい」必要以上に軽んじられ貶められているのか？二十数年、よりひどくなつてきた感がある。

今の時代を生きている人々が身につけてきた様々な価値観のひとつの顛れでしょうか。そつだとしたらその価値観はどのようなものでしょうか。(自覚の有無は別として・・・)

曰く「母乳母乳って、出ない人が傷つくでしょうっ」

曰く「母乳母乳って、ミルク(人工乳)の人が悪者みたいじゃないか」

曰く「ミルクの何が悪いんだ」

曰く「体重の増えが悪いからミルクを足しましよ

う」

曰く「今の時代、多様性を尊重しないと」

曰く「すぐに職場復帰するから、最初からミルクにします」

曰く「ミルクだったら、いつでも人に頼めるからいい」

曰く「頑張ったけど母乳が出なかった」

曰く「特に母乳にはこだわりません」

曰く「ボクが飲ませてあげられるからミルクにしてもいい」

曰く「母乳にしますか、混合ですか、ミルクですか？」と助産師が問う。

曰く「ご本人のご希望ですから」と助産師が言う。

どうしてこれらの言葉が、私の言っている事の反論でもあるかのように、投げつけられてくるのでしょうか？

私は「ミルク(人工乳)が悪い」などとひとこと言っておりません。思ってもおりません。そもそも母乳と人工乳を並べて考えたり、比べてものを言ったこともありません。

「母乳で育てたい。でも自信がない」と言われる方のお手伝いをしたい、ただそれだけです。他意はありません。断言します。本当です。

3. 母乳育児の立ち上げは、最初の三日間が最も大切な時期です。母体はまだ心身回復しておらず、新生児は外の世界に適応するため全身全霊を使っている時。穏やかな母乳育児の出発のために、深い知識

と熟練した技術に裏打ちされた質の高い手厚い支援が必要です。この三日間を上手く過ごしたれば、母乳のホルモンは軌道に乗り、つつがなく働き始め、それまで減っていた子どもの体重を増やし始め、生後一週間〜一〇日と経つうちに生まれた時の体重を越えるほどになってきます。

ここまでは、生後三日間に準じた、質の高い手厚い支援と見守りが必要です。その後生後一ヶ月を過ぎる頃になれば、母乳のホルモンは、本来の生理的リズムといった状態を見せるようになります。その後、母乳だけの時期は一定のリズムで分泌を繰り返します。赤ちゃん一心同体のような穏やかで自然なリズムで・・・ホルモンは働き続ける・・・その後、子どもが母乳以外のものを食べられるようになったころには、また、それに合った変化をしていきます。

その後も折々節々に変化してゆきます、ほぼ自然な感じで・・・

4. 最後に、老婆心(文字通り)ながら、どうしても言いたいです。

南海トラフ地震が近いといわれている昨今、哺乳人類の、母乳だけで育てている時期の子どものことして生死を分けるやもしれぬほどの事態が想定されます。母親はもちろん、全員が我が事として対応を表明せねばならぬ問題だと思えます。

5. 「全ての子どもには母乳で育てられる権利がある」

(1960年WHOとユニセフが30か国の政府と複数の国際団体

と共同で発表した「インテリゲンティ宣言」より)

# 私が入工乳を大切に思っている訳

それはもちろん、生後すぐに母乳に出会えない事情に立ち至った子どもの為です。

その子たちにとって、本当に救いです。

その事情は、様々ですが、救われなければならぬ。

願わくば、この子達がお互いを必要とする方々と出会えますように。

あるいは、同性婚(台湾では5年前から法律で成立している形)のカップルの家族として望まれ、

あるいは、夫婦間の家族として、

あるいは、子どもにより多くの兄妹を望む夫婦の家族として、

あるいは、夫婦という単位は作っていないが子育てを望む一人身の方の家族として、

あるいは、苦境にある子どもを里親を望む方々のもとで、母乳を必要としている時期の子がその苦難から脱し、望まれて新しい出発をする時の大切な必需品ですから。

今後もより研究を重ねられて、より母乳に近い内容を目指し続けて頂ける事を心から願っています。

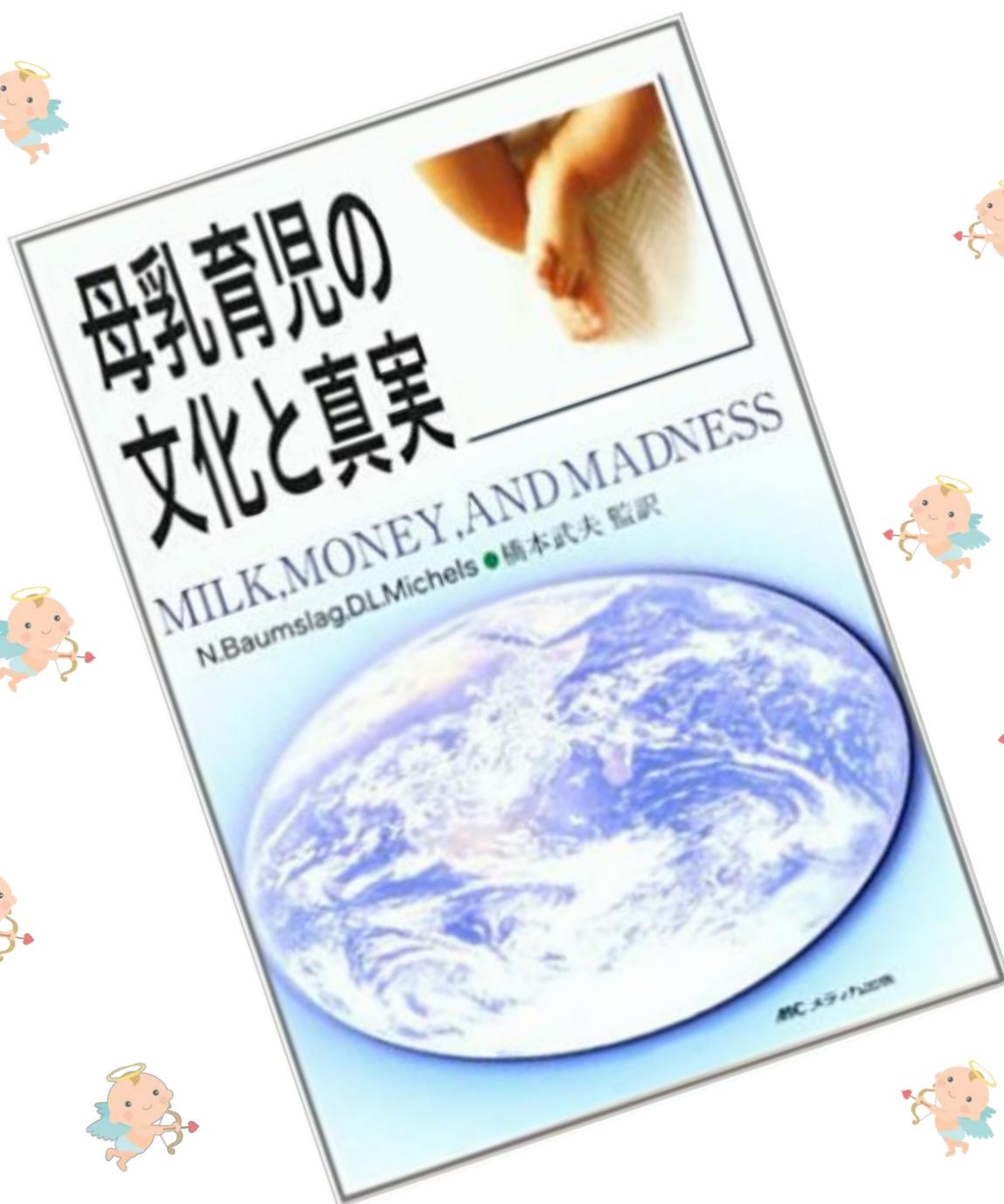
# 母乳育児を成功させるための10ヶ条

- 1a. 母乳代替品のマーケティングに関する国際規準(WHOコード)と世界保健総会の決議を遵守する
- 1b. 母乳育児の方針を文章にして、施設の職員やお母さん・家族にいつでも見られるようにする
- 1c. 母乳育児に関して継続的な監視およびデータ管理のシステムを確立する
2. 医療従事者が母乳育児支援に十分な知識、能力、技術を持っていることを確認する
3. すべての妊婦・その家族に母乳育児の重要性と方法について話し合いをする
4. 出生直後から、途切れることのない早期母子接触をすすめ、出生後できるだけ早く母乳が飲ませられるように支援する
5. お母さんが母乳育児を始め、続けるために、どんな小さな問題でも対応できるように支援する
6. 医学的に必要がない限り、母乳以外の水分、糖水、人工乳を与えない
7. お母さんと赤ちゃんを一緒にいられるようにして、24時間母子同室をする
8. 赤ちゃんの欲しがるサインをお母さんがわかり、それに対応できるように授乳の支援をする
9. 哺乳びんや人工乳首、おしゃぶりをを使うことの弊害についてお母さんと話し合う
10. 退院時には、両親とその赤ちゃんが継続的な支援をいつでも利用できることを伝える

お勧めする本

# 「母乳育児の文化と真実」

N.Baumslag (著), D.L.Michels (著) 橋本武夫 (監訳) MC メディカ出版発行



● ● ● 次回予告 ● ● ●

連載『私のみた母乳育児』

連載『私の母乳育児』

連載『高知県のおっぱいおたすけ人ご紹介』

連載『昔こそあった日本の産後ケアご紹介』