

月刊

地域保健

3
2011

●特集

母親の育児不安に
対処する



●FRONT RUNNER
久御山町民生部国民保健課国保係長
樋口玉緒さん

●OPINION! 保健師さんへ
僧侶 中下大樹さん



樋口玉緒 さん

● 久御山町民生部国保医療課国保係長

「住民の健康を守るための課題は何か」その視点を見失わないことが大切です。

知識やテクニックだけでは住民には受け入れられません。



久御山町は、昭和29年、久世郡の御牧村、佐山村の二村が合併して生まれた。なんとも雅びな響きの町名だが、平安時代には朝廷の御牧や御厨が設けられていたという歴史をもつ。現在の人口は1万6000人程度、京都市の中心地から南へ約15キロメートルに位置し、面積は約14平方キロメートル。宇治川と木津川に挟まれた山城盆地の最低所にある。かつては巨椋池おくらいけという淡水湖があり、シジミやタニシなどが豊富で漁業が盛んだったが、干拓事業により農地に姿を変え、現在町の北半分は稲作地帯である。近年は事業所や工場が立ち並び、近代化が進んでいる。

母から保健師の話聞いて興味をもった

樋口さんは、もともと京丹後市の生まれ。お母さんは事務職として役場勤務の経験があり、お母さんの話から保健師の仕事に興味をもったという。

母がいつも「保健師という職業で頑張ってる人たちがいるんやで」と話をしてくれていました。私は生物の授業が好きで、人間の体の仕組みにはすごく興味があったので、面白い仕事だな、と思って聞いていました。

高校に入って、そろそろ将来の進路を決めなくてはならない時期になってから、保健師の仕事について話を聞いたり、調べたりしました。田舎なので、手に職をつけないと仕事がないので、専門職である保健師をめざすことを決心したので。

ここから、樋口さんの保健師道まっしぐらの物語が始まる。

久御山町へ入職するも、訪問ができない！

高校を卒業後、まず国立大阪病院附属看護助産学校（現・大阪医療センター附属看護学校）に入学する。あくまで



保健師をめざしているため、看護師経験は看護学生の間にと考え、実習が充実していた学校を選んだという。その後、京都府立保健婦専門学校（現・京都府立医科大学医学部看護学科）に進んだ。

京都府立保健婦専門学校では、地域実習、市町村実習があり、地域実習では受け持ち住民を決めて訪問の計画を立て、月一回の訪問をする。現在の保健師教育では十分な実習が確保できない状況にあるが、当時は現場の保健師と同じような経験をする事ができた



- P26 《総論》子育ては女性のライフサイクルの通過点**
◎丸山知子 (天使大学)
- P30 多胎児出産の母親の悩み**
◎杉本昌子 (西宮市中央保健福祉センター)
◎横山美江 (大阪市立大学大学院)
- P34 若年母親の育児支援**
◎北川ゆかり (足立区中央本町保健総合センター)
◎中村加奈重 (足立区江北保健総合センター)
- P38 母親への育児支援が母性意識に与える影響について**
◎大坪恵美子 (村上こどもクリニック)
- P42 関係性障害としての育児不安**
◎濱田庸子 (慶應義塾大学)
- P46 外国人育児家庭に対する子育て・教育支援の現状**
◎鈴木貴之 (西尾市教育委員会事務局)
◎菊池寛子 (西尾市学校教育課)
- P52 ママ友という対人関係**
◎中山満子 (奈良女子大学)
- P56 父親の本音**
◎汐見稔幸 (白梅学園大学)



母親の 育児不安に 対処する



女性は母親になると、多くの難問に直面する。その過程の中で、心のバランスを崩す人も少なくない。それが産後うつを引き起こし、虐待やネグレクトへつながることもある。今回の特集では、育児支援の際にまず心得ておくべき「母親の心理」について考えてみたい。



やっと見つけた 本当にやりたい仕事

憧れの先輩に囲まれつつ「早く一人前に！」

たかはし あきこ
高橋亜希子さん

●岩手県花巻市健康こども部健康づくり課

◀自分の納得いく仕事にめぐり合えると人は笑顔になれるものだ



◎取材・文・写真
西内義雄
(医療・保健ジャーナリスト)

やりたいことを見つけると、人は頑張ることができる。では、やりたいことが見つかるまでどのくらいの時間がかかるのか？ それは誰にも分からない。すぐの人もいれば、悩みに悩み、もがきながら偶然見つけることもある。

人間関係に苦しみ 高校を転校

岩手県花巻市に昨年採用された高橋亜希子さんの場合は後者だった。「子どものころは活発で何にでも興味



▲遊び道具は男の子の好むものばかりだった

を示すタイプでした。昔の写真を見てもいつもズボン姿で野球のバットなんか持っているし、男の子のようだったといえます」

地元花巻に生まれ、中学生まで元気に暮らしていた。転機が訪れたのは高校に上がってからだ。

「地元の進学校に入ると人間関係に苦しむことが多く次第に学校に行く気力がなくなっていました。もともと私は商業系に入りたかったのに大学進学にはこちらがいいと両親の意向に押し切られた経緯があったので、なおのことだったのかも知れません」

もうすぐ3年生に上がるというとき、気持ちは限界に達し不登校になってしまった。多感な時期だけに事は深刻だ。そこで環境を変えてみようという台にある高校へ編入することになった。

「仙台の大学に通う姉がいたのでそこで一緒に住むかたちになりました」

とはいえ、一度不登校になるとなかなか気持ちは元に戻らない。新しい高校に入ってもしばらく不登校が続き「遊ぶことだけに力を使っていた」（本人いわく）。新しい友達を作ることもおっくうだし、仙台も馴染めない。仲のよい幼馴染みと遊ぶため内緒で新幹線で花巻まで帰ってきたことも何度もあった。それでもなんとか周りに助けられ、留年することなく卒業することができた。

「高校は出たけれど何になりたいとか、まったく考えられなかったです。それでも進学校に通っていたという変なプライドで大学に行きたいの思いだけはあり、両親も進学したいなら応援してくれるというのでそのまま仙台で予備校に入りました」

遅まきながら勉強しようという気になった。が、実際は予備校も学校なわけ、通うことへの恐怖心に苦しみ1カ月ほどで行くことができなくなり、

小離島保健師の旅録

高知県沖の島との出会い



新潟県岩船郡粟島浦村（粟島）

柳澤昌子

みなさんは今まで、保健師個人の活動に関する書籍に何冊出会われましたか。私は現在、日本の離島、全国四番目の小規模町村で活動しています。この地を選んだひとつのきっかけが、ある保健師を小説化した本との出会いです。

就職活動中の3年前、保健師として働く場所の候補を山間へき地と決めて調べ、そのなかでたどり着いた「離島」の二文字。この言葉をキーワードにさまざまな分野の本を読みあさり、出会った一冊が『沖ノ島』よ私の愛と献身』でした。すでに絶版でしたがある図書館に所蔵されていると知ったとき、何かの縁を感じ、借りたその日に読み上げたほどです。この本はすでに粟島への就職を決めながらも、一人体制の保健師活動に飛び込む不安が大きかった私の背中をポンッと押ししてくれた一冊といえます。文面から沖の島

の地をイメージし、いつか行ってみたい…と思っていました。

*荒木初子さん（1917〜98）は高知県宿毛市（沖の島）に生まれ、県の駐在保健婦として島の衛生活動に従事。その献身的な活動により、非常に高かった乳幼児死亡率や風土病のフィラリア発生率を大幅に下げた。その功績を称えられ、第1回吉川英治文化賞も受賞している。

ほかの離島の現状を知りたい

私の粟島での保健師活動は3年目に入り、歴代の保健師のなかで最長勤務



年数となりました。一度は他市町村との合併を進めながらも、独立の道を選んだ行政村の粟島。島の将来を考えると、いざれ合併せざるを得ないとき、今の体制はどうなるのかとふと思うのです。そして、ほかの離島の現状も知りたい、市に属する離島に視察へ訪れたいと考え始めていました。そこで仕事との折り合いをみて、連休を利用してプライベートで行く計画を立てました。

候補地の離島のなかにはあの「沖の島」も入っていました。そこでまず、ひよこ保健師の取材でお世話になった西内義雄さんが以前同じ取材でその島を管轄する高知県宿毛市を訪れていたこともあり、問い合わせの仲介を依頼。市の保健師さんの紹介を受け、観光客としてではなく「視察」を念頭に連絡調整をしました。また、今あるネットワークを活用し日本離島センターから宿毛市企画課の紹介を受け、島の二世

日本海の離島から沖の島へ

会会長に会えるよう便宜を図って頂きました。さらに宿毛市の保健師より、同時期に沖の島担当の保健師が来島することが分かり、現地で情報交換をしたり、島のへき地診療所看護師から説明もかね診療所の見学もできることになりました。

離島に住んでいると自然には勝たないとつくづく思い知らされます。予定は未定」とはその通りで、島から島へ、日本海から太平洋へ渡るため、天候に左右されると大幅に予定が狂います。粟島から本土へ渡るのに1日余計に要するため、今回は空路を選択しました。2010年9月19日、夕方の船で出島、新潟で一泊しました。

翌朝始発便で新潟空港から大阪経由で高知龍馬空港へ約3時間。空港から高知駅までバスで50分と結構な距離で