

生み育てる人の心と体に寄り添うための子育て支援者「15のまなび+1」

第13、14回 「2017年度発行のAKAGOをテキストにして」

(かつて出産・子育てではどう考えられていたのか?)

朱 まり子 (子育ての文化研究所)

今回は、前回の妊娠期から続き、出産・子育ての事について、子育ての文化研究所代表の朱さんからお話をお聞きしました。その録音原稿をもとにまとめたものです。

テーマに「かつて」とあるようにお話は『温故知新』という言葉から始まりました。温故知新とは過去を遡って今を知る、という事です。つまり、過去があるから今に繋がっているという事です。

この事を、『母乳』というテーマに絞ると、江戸時代は母乳をあげるのは実母でなくても良い風潮であり、「乳持ち奉公」という女性も居ました。それが近代になってから母乳をあげるのは実母に限るようになってきました。これは、母乳＝母性という考え方によるものです。また、母乳は赤ちゃんの食事と捉え、みんなが普通の事と捉えていたため、大正2年の頃には祖父母の居る前で普通に乳を出して赤ちゃんの授乳をする写真も残っています。しかしここ10年ほどは授乳ケープが浸透し、女性、ママだけの場であっても授乳ケープで隠すような風潮になってきたと言います。この事から、その時期その時期で価値観、風潮は変わってきている事がわかります。それについて朱さんは「今の当たり前は過去の当たり前ではない」と言葉にされました。

かつての出産・子育てを振り返ったところでAKAGO④の紹介を通して、現在の出産・子育てについて、ママや社会状況、周りの価値観を含めてお話がありました。前回のAKAGO③に引き続き、AKAGO④は「赤ちゃんとの暮らしを考える」という特集として編集しています。今、赤ちゃんの事だけを記述している本は多くあります。この時期はお母さん自身も大変な状態です。赤ちゃんとお母さん、両方の事を知って欲しい、周りにもわかって欲しいという思いから特集を組む事になりました。

<AKAGO④を詳しく見ていく>

※前提として、昔は、産後母体の回復にかかる時間は20日ほどと言われていましたが、昔とは身体の作り、丈夫さが異なってきたため、回復には1年かかると言われています。そのため今回のAKAGO④に盛り込みました。

P4, 5 こうしてほしいを早めにキャッチ

今のママは赤ちゃんの欲求をキャッチするのがうまくないと言われましたが、それはキャッチする力が無いわけではないとのこと。赤ちゃんの欲求をキャッチするには心のアン

テナを立てるところから始まります。赤ちゃんがぐずって、すぐにその理由がわかる時もあれば何をしても泣きやまない事もあるでしょう。そうやって試行錯誤し、赤ちゃんの欲求に3割応えられればほどよいと言われます。なかなか辿りつかなくても、「どうしたのかな？」と寄り添うだけで赤ちゃんは安心すると言います。

P6, 7 首すわり前のあかちゃんとのくらし

ここでは、赤ちゃんの“いつも”（平熱、便、顔色など）を知っておくと、少し様子がおかしいと「いつもと違うな」と比較できるため、赤ちゃんの変化に気づきやすいと教えてくれています。変化に気づけると、その原因、思い当たる節を考えられ、相談にも繋がります。

また、現代はテーブルと椅子の環境が増えていますが、それに赤ちゃんを合わせると、赤ちゃんも高い位置のラックに乗せることになります。そうすると安全のためベルトが必要になりますが、それは赤ちゃんにとって縛られている状態と変わらず、動きが制限されてしまいます。もともと日本人は畳と座卓の生活だったため、可能ならこの期間だけでも赤ちゃんを座布団などに寝かせて、パパやママと視線が合う生活にするといった、赤ちゃんの事を考えて欲しいなという思いもありました。

P8, 9

ここでは赤ちゃんとのくらしについておっぱい、からだ、ねんね、赤ちゃんとのコミュニケーションにわけたQ&Aです。あると便利なおもちゃもいくつか紹介されました。

※P10~14 はだっこや骨盤の歪みを治すページになるため後述で迫さんが紹介して下さいました。

P15

産後であっても、どうしても外出しなければいけない状況もあります。その際の「赤ちゃんとの外出」のポイントをまとめました。

P16, 17

ここでは、子育ての文化研究所の副代表であり、臨床心理士の馬見塚さんより赤ちゃんとの養育者との愛着についてお話を載せています。

P18, 19

ここではNPO 法人子どもとメディア常務理事の古野陽一さんから、スマホが与える産後の身体と赤ちゃんへの影響についてのお話です。現代の人の多くは、わからないことがあるとスマホで直ぐに検索します。それは子育てでも同じです。一つの疑問に大量の情

報が返ってくるため、その情報の中で何が正しく、正しくないかを判断するには情報を読みとく高度な力が必要です。大量の情報の中から自分に合ったものを取捨選択するのが難しいという矛盾が生じます。そのため、自分が気に入った答えを選ぶ事になり、その情報がもし間違った情報だったなら、赤ちゃんの発達に課題を残すかもしれません。朱さんは赤ちゃんの「ハイハイ」について検索した事例から、「わからない人がわからないものを選ぶという怖さを感じた」と話されていました。

P10~14

- 産後の体の回復には1年かかります。まだ骨盤が開いた状態の時には、ベビーダンスや激しい動きは避けたいもの。気分転換をするなら赤ちゃんがいない状態で自分の体を整える別の方法もあります。
- 骨盤ベルト：骨盤のケアのため開発されましたが、腸骨あたりにベルトを巻いている人もいます。腹帯や自分の力で自然に回復していく過程をたどったほうが良いとのこと。
- 腱鞘炎、肩こり、腰痛についての予防、ケアを載せています。ここでは「あなた（ママ）の身体も大事だよ」というメッセージが込められています。
- 首がすわるまでのだっこ

前提として、この時期のだっこ紐は本当に必要な時だけにして、その際にどのようなだっこ紐を使った方が良いかということを載せています。NGなだっこ紐は赤ちゃんを吊り下げたような体勢であったり、赤ちゃんの足の膝まで固定されギプスのようになっていたり、赤ちゃんの頭が後ろにのけぞり、ママの体との間が離れていて赤ちゃんの体重が後ろにかかるような姿勢でした。これでは体幹やしがみつぐ力が付かないとのこと。だっこ紐を使うなら柔らかい布、素手で抱っこする時に意識する事は、上腕で包み込むということ。これは参加者もお人形を使って体験しました。また、骨盤を治すケアも実際に行いました。

現代の子育てを考えると、知恵が上手に受け継がれず、情報だけが溢れ、自分と赤ちゃんに合ったものを選別できずに必要な情報が知識に結びつかないように感じます。結果、迷い、悩み、不安を抱えるママ達は多く居ると思います。そんなママ達の手にはAK AGOが届くと良いなと感じる1冊です。