J'espère
一般社団法人ジェスペール

～被災地のママと赤ちゃんに笑顔を～

被災地の妊産婦さんとみなさんをつなぐ

東北こそだてレター（被災地の今・・・）

2013/9/17 配信 vol.13

～「NPO こみゅーん」福島県いわき市の活動から考える、福島で息の長い活動をしていく重要性～

◆ 支援実績

＜支援母子数＞
25/7・8 月分　計 1,455 組　（一部 25/4 月からの分を含む）
＜活動場所＞
・岩手（大船渡、陸前高田、花巻、釜石、大槌、遠野、宮古、久慈）
・宮城（石巻、東松島、女川、気仙沼、亘理、名取、仙台）
・福島（いわき、相馬、南相馬）
・福島（伊達、二本松、須賀川、白河、郡山、猪苗代町）
・新潟（長岡）
・埼玉（川越）・神奈川（横浜）・東京（中野）
＜活動内容＞
育児相談会／茶話会／ベビーマッサージ／ベビー体操/
ママのリフレッシュ体操／親子ビクス／仮設巡回訪問

みなさま、こんにちは。
一般社団法人ジェスペールです。

2020 年オリンピックが東京に決まったり、台風が日本を縦断したり、ここ 1～2 週間は大きなトピックスが多かった気がします。台風の被害に遭われた方には心よりお見舞い申し上げます。

ジェスペールは現在、10 月に仙台で行う活動写真展の準備に大わらわです。みなさまぜひ写真展を見にいらしてくださいね。詳細は当メルマガ内告知欄をご覧ください。

さて、今月の「被災地から」は、特定非営利法人 Commune with 助産師、通称「NPO こみゅーん」から、代表の草野祐香利さんの生の声をお届けします。

草野さんは震災前から子育て支援活動をしていたため、震災後即座に支援活動に入られました。震災前後を通じて息長く活動をすることで、放射能問題に揺れる福島の母子の支えとなっています。
被災地での「これから」と「今」、そして「未来」。どうぞ最後まで、ご覧ください。

◆ 被災地から　～特定非営利法人 Commune with 助産師 通称「NPO こみゅーん」 http://cw-jyosanshi.com/

福島県いわき市で 2006 年から地域で子育て支援活動をしてきた、助産師が主体の「NPO こみゅーん」。震災時にはすでに地域活動の基盤が整いつつあり、震災から 13 日後には早くも独自の支援活動をスタートさせました。

法人が運営する助産院での産後ケア入院や産後家庭訪問、サロンやベビーマッサージなどの交流活動――。震災前から継続して、妊産婦や乳幼児、家族の健康を支えてきた「NPO こみゅーん」の存在は、特に震災後は、地域の母親たちにとってどれだけ大きなものだったでしょうか。

代表の草野祐香利さんは、「震災によって、子育て支援のニーズはさらに個別化し、明確化しています」と指摘し、個々のニーズに対応できる態勢を整えたいと考えています。資金的に厳しい状況もあるようですが、その構想が少しずつでも進んでいくことを、私たちも願い、応援しています。

Copyright (c) 2012-2013 Jespere, All rights reserved

◇◆任意団体から NPO 法人、そして助産院開設へ

「NPO こみゅーん」は、地域で活動する助産師による任意団体として、06 年 9 月にスタートしました。当時すでに、産科医療施設の減少や地域関係の希薄化、広域中核都市での地域助産師不足が問題になっていました。
母子保健、子育ての環境や支援など多くの課題がある中、まずは妊娠・出産・育児の「交流セミナー」と「プチサロン」の定期開催からスタートしました。

09 年に NPO 法人として活動を本格始動させ、10 年には念願の助産院を開設。
助産師の理念や社会的役割を使命に、胎児期からの健康子育て支援、思春期・女性の健康に寄り沿う活動に取り組んできました。
現在は 14 人のスタッフのほかに、16 人のボランティアが活動を支えています。

事業所は、市の中心地となるいわき市平にあります。
建物はバイパスに面し、官公庁や飲食店も近くにある市街地です。
3·11 の震災時、施設内の物品の倒壊はありましたが、建物が新しいためか、施設の直接的被害はほとんどありませんでした。

その時、助産院には産後 1 カ月半の母子が来所し、授乳支援の真っ最中でした。
あまりの大きな揺れに「もう次回の授乳支援はできないかもしれない」と判断した助産師は、通常の支援に加えて、これから授乳を続けていくうえで必要なことも伝え、身の安全を確保して帰宅してもらいました。

今年の春、第 2 子の妊娠・出産で再会。母乳育児がうまくいっていたことを知ることができました。

◇◆妊産婦さん、子育て家庭に寄り添ってきた 2 年半

震災時、幸いだったのは、未熟ながらも地域活動の基盤ができ始めていたことです。おかげですぐに関係機関と連絡をとることができ、3 月 24 日には団体として自主的に支援活動を始めることができました。

妊娠・出産・育児に関する相談を電話とメールで受け付けること、育児用品の調達や、県外への避難の受け入れ先の紹介などのお手伝いができること―を 24 日にホームページで告知。
「今までにない辛く苦しい体験を余儀なくされることと思いますが、子宮の中で、胸の中で、お子さんをしっかりと抱きしめてください」と呼びかけました。

11 年 7 月には、日本財団の助成で、各種相談や授乳ケア、健康教室や妊婦体操などへの参加が無料に。さらにその後、県助産師会母子支援事業として、産後入院や新生児訪問、乳房ケアも、無料もしくは少額の負担で利用してもらえるようになりました。

新生児訪問にお伺いしたとき、夫の遺影に見守られる中で、児に温かい眼差しと優しい表情で母乳を与え、気丈にしていた 20 歳代の母親の姿が印象に残っています。「悲しいけれど、この子がいる」と言っていました。

また、津波でお子さんを亡くされた妊婦さんが、助産院の妊婦教室やサロンに参加された時のことです。活動の最中には、不安定で落ち込む気持ちを抑制しようとしていたのですが、ほかの参加者が帰られた後、ポツポツと気持ちを表し始めました。

寄り添うことしかできませんでしたが、産後や子育てについての不安や迷いを聞き、産後ケアの利用についての相談も受けました。
結果的には、夫の理解のもと、実母のいない実家へ帰り、夫の両親にも支えられながら自分たちの力で出産し、産後を乗り越えていかれました。
今でも自分を責めるような思いになりそうな時、連絡をくださいます。

「NPO こみゅーん」では、昨夏から、6 歳以下の未就学のお子さんがいる子育て家庭へのボランティア訪問「ホームスタートこみゅーん」も始めました。
ホームビジター（訪問ボランティア）が週に 1 回 2 時間ほど訪問し、お母さんの話を聞いたり、家の内外でお母さんやお子さんと一緒に活動しています。

Copyright (c) 2012-2013 Jespere, All rights reserved

◇◆当たり前の子育て支援から、個別化した支援へ

震災から２年半。団体設立当初と比べると、震災によって状況やニーズは大きく変化しましたが、「いわき市内における子育ちの質的低下を防ぐことを目的に、いわきで生活する妊産婦や乳幼児と家族の
健康を支援する」という、私たちの理念は変わっていません。

ここまで、さまざまな心温まる支援や助成をもとに、地域社会において私たちなすべき当然の責務として、必要なことをやってくることができたと思っています。

遅々とした状況ですが、当地も復興の機運に乗り、官民ともに頑張っています。
しかし、津波被害の大きかった沿岸部の空虚化した状況を目の当たりにしたり、当時のことがフラッシュバックしたりすることもあり、恐怖や喪失感が癒えない状況のままです。

この地域は、除染作業が進んで低線量になったり、低線量で安定しているといわれ、見通しの立たない双葉地域からの避難者も多く生活しています。
その当地においてでさえ、放射性物質処理が難航続きで、新たな問題まで見えている中では、心から安心して生活している人は皆無かもしれません。
特に、子どもなど若年世代や子育て世代においては……。

妊娠・出産・育児に希望をもちつつも、迷い・怒り・諦め・不安などの気持ちも交錯し、ストレスが解消されることなく蓄積されているように思われます。
震災前後に出産された方々には、次の妊娠・出産を迎えている方が多くなってきていますが、メンタル症状が出てきている方に出会うことが増えています。
心の壁を感じたり、物理的に孤立しふさぎこんでいる方、子どもとのかかわりに憔すいしている方の話もお聞きします。

個々人の価値観や判断、選択、そしてニーズは、もともと個別的で多様です。
しかし、大震災・原発事故によって生活環境や人間関係が大きく変化した今、その個別化と多様化がさらに進んでいると思います。

復興の状況下、放射性物質による生活環境や避難生活が続く限り、健やかな命の誕生と子どもたちの豊かな育みのためには、当たり前の子ども支援、思春期からの支援に加えて、より個別化した子育て家庭への支援が必要です。

必要な支援ができるようになるため、
① 団体の運営組織の整備強化（資金確保、マンパワー充実、IT 技術を取り入れた広報等）
② 施設整備（＊構想はありますが予算が叶いません）
ができるようにしたいと考えています。

◇◆共創と共生の地域社会の実現に向けて

震災直後から、絶えることのない多様なご支援に感謝の気持ちでいっぱいです。
被災地において多くの母子の健康や子育てを支援することができ、支援する者たちが前進できる力をいただいています。

異常気象もあり、全国どこにいても災害が起こります。
自分たちだけが特別ではないと思っていますが、福島はまだまだ終わらない…
そんな気持ちを確信してしまう複雑な思いのこの頃です。

私たちは、これからも、親子の健やかな成長・女性の健康を促進できる支援と環境づくりに取り組んでいきます!!

・健やかな妊娠、出産、乳児期の子育ち子育て支援
・子どもの健全な発達と豊かな育ちに必要な十分な「遊び」を保証
・親や養育者の不安およびストレス等の解消、メンタル支援
・女性に寄り添うリプロダクティブヘルス＆ライツの向上
・子どもを中心としたコミュニティの回復

Copyright (c) 2012-2013 Jespere, All rights reserved

を目的および目標とした地域助産師の母子を中心とした支援活動によって、連携や協働も図りながら、皆が幸せな共創と共生の地域社会を実感できるようになりたいと考えています。

みなさま、本当にありがとうございます。

◆ プロジェクト応援のお願い

ジェスペールの「東北こそだてプロジェクト」は、被災地の母子を支援する助産師の活動を支援しています。

皆様からいただいた温かいご支援は活動の原動力となっています。

被災地の母子を今後も継続してサポートしていくため、妊産婦支援に関するお志を同じくするお知り合いの方がいらっしゃいましたら、ぜひ下記サイトをご紹介ください。
http://tohokumama.org/donation/

また、皆様からの励ましのお声も、現地の助産師や被災地で子育て中のお母さん、ジェスペールメンバーの力になります。
ご寄付いただく際に励ましのお言葉を添えていただいたり、当メールマガジンへのご感想などをお寄せください。

発行者： 一般社団法人ジェスペール

公式ホームページ：http://tohokumama.org/
お問い合わせ先：info@tohokumama.org
Twitter: https://twitter.com/tohokumama
Facebook: http://www.facebook.com/tohokumama

Copyright (c) 2012-2013 Jespere, All rights reserved