



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...)

2017/09/19 配信 vol.47

～ 東日本大震災の母子支援から地域・内容を超えた母子支援へ ～

◆ 支援実績 (2017/8/31 現在)

<支援母子数>

・プロジェクト開始より累計 22,030 組

<支援先>

東北沿岸部・九州等被災地の支援団体
東京への避難母子

<現地活動内容>

妊産婦教育/育児母乳相談 / 母親のメンタルケア /
母子サロン / 障がい児向けサロンなど

<その他支援>

母子支援者養成に関わる補助

みなさま、こんにちは。一般社団法人ジェスパーです。

台風 18 号がようやく過ぎ去りましたね。皆様被害はありませんでしたでしょうか。
被害に遭われた方々に心よりお見舞い申し上げます。

さて、今回は、福島県の相馬助産所で母子支援活動を続けている宮原さんの活動についてのご紹介と、「赤ちゃん和妈妈を守る防災セット」のご紹介、そしてこそだてシブの「防災&ママフェスタ」報告をご覧くださいませ。

東日本大震災時の母子支援から始まった活動が、地域や支援内容を超えて広がっているのを感じていただけていると思います。

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。

◆ 宮原けい子さんと相馬助産所の活動について (宗祥子)

http://tohokumama.org/activity_report/soma/

今月は、ジェスパーの HP でもご紹介していますが、福島県相馬市で相馬助産所を開設している助産師 宮原けい子さんの活動をご紹介します。

◆◇東日本大震災前

宮原さんは、2011 年の東日本大震災の前から、病院退院後の産後の母親たちの力になりたいと、助産所の開設準備をしていました。

宮原さんは公立相馬総合病院に約 24 年勤務していましたが、病院での産後入院は平均 5・6 日と短く産後の母親たちとの関わりが短いため、勤務している間ずっと、その後の母子の状況が気になっていたとのことでした。

◆◇東日本大震災から相馬助産所を開設するまで

東日本大震災後、宮原さんは甚大な被害を目にし、個人で経営する助産所が果たしてやっていけるのか心配になったことも一時期あったようでした。

福島県はこの時、震災と原発事故の二重の被害を受けたため、地域に残された母親たちは大きな不安を抱えていました。



※左から二番目が宮原さん

行政が動き出す数カ月も前の5月中旬には、福島県助産師会を代表の宗が訪れて、助産師会に母子支援を開始するようお願いしていました。

福島県の各地域で支援活動が始まりましたが、相馬市や南相馬市には支援を担う助産師がいなかったため、宮原さんが手を上げ、助産師会から依頼される母子支援活動を開催することになりました。

そのような経緯から宮原さんは2011年6月30日に勤めていた病院を退職し、7月1日に相馬助産所を開業しました。

◆◇相馬助産所の活動

宮原さんの主な活動は、母乳相談や、子育て相談にかかわる家庭訪問、来所者への相談や手当、自宅でのデイケアです。

自宅でのデイケアでは、育児に疲れた母子に9時半から16時半ぐらいまで滞在してもらい、手作りのお昼御飯を提供し、不安や疲れで弱っている母子を支えています。

まるで母子の駆け込み寺的のような役割を果たしています。



◆◇ママと赤ちゃんのためのリフレッシュ体操

また、たいへん注目されているのが《ママと赤ちゃんのためのリフレッシュ体操》です。これは各メディアでも取り上げられ、生き生きしたお母さんたちの笑顔が紹介されています。

この活動は相馬市、南相馬市及び新地町の3か所で地域の施設を拠点とし、この地域の若い母親たちが子連れで集まり、赤ちゃんと一緒に、リフレッシュ体操、赤ちゃん体操、産後ヨガなどを行うものです。

地域の母親たちは赤ちゃん連れで楽しめるこの会をとっても楽しみにしており、毎回30組近くが車で訪れます。

当初この活動は約3年間、ジェスペールの支援で行われていましたが、行政もその実績と必要性を認め昨年からは自治体の事業となっています。

保健師さんも加わり、宮原さんと共同で地域の母子を支える活動になっています。

◆◇おひさまクラブ

しかし宮原さんの活動はこれにとどまらず、最近では障害を抱える子どもを育てる母親たちのサポートにも及んでいます。この活動は【おひさまクラブ】と呼ばれています。

きっかけは18トリソミーを持つお子さんをお持ちだったお母さん（※）が、横のつながりを持ちたいと集まったのがきっかけでした。（※18トリソミーを持つお子さんはその後残念ながら亡くなりました）

当初保健所に声をかけ4年前の12月と1月の2回実施したところ、今後も是非つながりたいと、自主的な集まりへと発展していきました。

子どもたちの障害は、ダウン症、自閉症、胆道閉鎖症、心臓病、耳が聞こえない、など様々です。それぞれの母親たちが違った障害を持つ子どもを抱えながら、この【おひさまクラブ】で子育ての不安をともに分かち合うことが出来、困難な子育てを乗り越えていく力になっています。

この活動を支えてきたのが宮原さんです。現在では月に一回保健所で定期的に開催されますが、ここには必ず宮原さんも出席します。

しかし報酬は年に3回のみ出されるとのことでした。

それ以外にも【おひさまクラブ】の母親たちは自主的に農家体験や、食育講座を開いています。

障害を抱えた子どもを育てている母親たちは、どうしても家に閉じこもりがちになります。しかしこのような集まりがあることで、母親たちも子どもたちも他の方々との交流ができ、「本当に皆さんの顔が明るくなっている」と宮原さんは語っていました。

◆◇評価や利害を超えて活動し続ける宮原さん

精力的に活動されている宮原さんは、常に携帯電話を持ち歩き、夜中でも母親の悩み相談に乗ります。

これらの活動が評価されて、2017年3月に、『住友生命 第10回 未来を強くする子育てプロジェクト スミセイ震災復興応援特別賞』を受賞されました。

しかしこの報奨金すら、宮原さんは母子を支援する活動のために使っています。

そんな宮原さんは母親たちを支えるために様々な資格をお持ちです。

助産師・看護師は当然ながら、3B体操指導者、笑ヨガリーダー指導者、整膚師（母親の体に触れ身体を引っ張ったりすることでリラックスできる）、健康管理士一般指導員、マタニティヨガ指導もでき、さらにケアマネージャの資格も持ちます。

産後の母親を支えるだけでなくその方の家族を丸ごと支えるために、日々努力されている姿が浮かびます。これからも、宮原さんがますます活躍されることを期待してやみません。



※最右が宮原さん

◆ 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/>

Twitter：<https://twitter.com/tohokumama>

お問い合わせ先：info@tohokumama.org

Facebook：<http://www.facebook.com/tohokumama>

