

早いもので、この7年の間に4人の子ども達に恵まれまして、日々あわただしくも楽しく時間を送っています。今になって振り返ってみると、子どもが生まれるまで、本当にいろいろな事がありました。そのひとつひとつを話してみたいと思います。

私は妊娠するずっと以前から、「子どもを産む」という事はどういうことなのか、どんなふうにしたら、自分らしく子どもを産むことができるのかという事を考えていたので、出産関係の本を読んだりし、少し勉強もしていました。その中で出会ったのが、水中出産でした。この方法なら私なりに考えていた「子どもを産む」ということに近いものがあり、妊娠したらこの方法で出産がしたいな〜とっていました。

そして、初めての妊娠・・・

さて、どうしたら水中出産ができるのかと思い、本の中に書いてあったパースコーディネーターの方のところへ連絡をとり、いろいろと相談にのってもらい、JPE(日本周産期環境研究所)というところで、水中出産についてのワークショップを行なっているということを知り、早速ワークショップへ参加することにしました。その中で、妊娠中の生活についてや、水中出産の方法、妊娠のメカニズム、産後の生活について、授乳について、パースプランについてなど、おおくのことを勉強することが出来、自分なりのパースプランを作りあげていくことができました。初めての妊娠中は、仕事をしていたので、実家の近くの産院に通院していました。胎児が小さめということもあり、5ヶ月から9ヶ月まで漢方薬を飲んでいました。この産院は分娩を行わないというので、水中出産の行なえる産院、助産院を捜すことになりましたが、なかなか納得のいく場所が見つからず、一度は水中出産をあきらめかけましたが、パースコーディネーターの方から紹介された産院で水中出産を行なうことになりました。しかし、出産予定日までの時間が短い(9ヶ月に入ってから通院をはじめる)ということもあり、医師、助産婦とのコミュニケーション作り、パースプランの確認を話し合っ、自分がどのように出産したいのかを伝えていきました。出産前に、医師、助産婦との話し合いをきちんとおこなっていたので、まずはスムーズに水中出産を行うことができました。

二人目の妊娠の時は、一人目と同じ病院とも思いましたが、自宅から少し遠いことと、産後のこと(上の子の面倒など)を考え、まずは、自宅から少し近い産院への通院をすることになりました。前回同様、水中出産のワークショップへも参加することにし、また勉強のしなおしと、新しい情報の収集もおこなっていきました。そして、今回は自宅出産をおこなうことに決め、7ヶ月から自宅出産をサポートしていただける助産婦さんを探ることになりました。そして「ハローベビーこうとう」へ問い合わせ相談すると、助産婦 石村あさ子さんを紹介してもらいました。7ヶ月から、産後まで、いろいろと支えてもらいました。今回は自宅での水中出産ということなので、どのように行なっていくべきかということをおこなうパースプランにもとずいて、多くのことを話し合い、確認しあい、お互いに納得のいくものを作りあげていきました。7ヶ月過ぎに逆子になった時には、逆子のなおし方の方法を教えてもらい、すぐになおすことができ、助産婦さんの適切なアドバイスのおかげだと思いました。産院での水中出産は、水中出産用のプールを使用しましたが、自宅での水中出産では、お風呂を使用することにしました。見慣れた、使い慣れた場所での出産となり、ゆったりした気持ちで子どもを産むことができました。産後も母子ともにあたたかく、丁寧に助産婦さんに支えていただき、とても快適に過ごせました。

3人目の妊娠の時は、はじめから自宅出産、助産婦 石村あさ子さんで決めて、出産までずっとお世話になりました。前回以上に、こんどの出産はこういうふうにしていきたいが、どうだろうかなど、その都度話し合っ、お互いに納得して出産の日を迎えることができました。今回も二人目のときと同じに、7ヶ月過ぎに一時逆子になることがありましたが、助産婦さんのアドバイスのおかげですぐになおし、ほっとしました。そして出産の日を迎え、適切なアドバイスの中、子どもを産むことができました。

四人目の妊娠では、体力的なものや精神的なものが日々の子どもたちとの生活の中で、しらすらすらうちに疲労がたまり、無理することが重なり、切迫流産ぎみになったり、切迫早産ぎみになったり、おなかのハリが頻繁にあたりしてその都度、助産婦さんに様子を見てもらい、適切なアドバイスをしてもらい、10ヶ月間を過ごすことができました。トラブルがあった時に、すぐに対応してもらえることが安心につながり、精神的な安定

にもつながりました。今回はいろいろと辛い時期もありましたが前回同様、パースプランをしっかりと作り、それについて助産婦さんと話し合い確認することができたので、出産もスムーズに無事におこなえたのだと思います。

四人の出産を通して感じていることは、「出産ということ」、「子どもを産むということ」、この大きなテーマを自分の中でどのように考え、どのようにすれば自分らしく納得のいくものとなるのかを、しっかり見つめていくことが大切なのだと思います。また、出産というものを支えていってくれる助産婦さん、医師、家族との心の交流、理解、協力もとても大切なことだと思います。

これらのことが、すべてうまくかみ合っていくことで、よりよい環境が整い、出産することができるのではないのでしょうか……

こんなかたくなるしいことを書いてきましたが、子どもを生むのは助産婦さんでも、お医者さんでもなく、自分自身なのだから、人まかせではない、自分の出産であることをしっかり見つめていけば、どうすればいいのかはおのずと見えてくるのではないのかなぁ～

では、このへんで私の話したいことを終えたいと思います。