

応援、母ちゃん！～はたらく母親たちの日常～

2

－ おっぱいあれこれ －

たまむら ふみ

玉村 文



1. 母乳って不思議

いきなりですが、母乳って不思議です。自分の身体から出てくる不思議な液体。乳白色で本当に牛乳みたい。牛の母乳、牛乳

はスーパーで必ず目にしますが、母乳は子どもを生む前は見たことがありませんでした。自分が赤ちゃんの頃、飲んでいたはずですがもちろん覚えていません。街中でも、授乳風景は目にしないでしょう。

最近になって、デパートや駅の構内など授乳室がある場所は増えてきました。新幹線では、多目的室を授乳室として使用させてもらえます。わたしがしばらく住んでいた横浜市では、移動式授乳室（正式には、ベビーケアルーム）である「mamaro」が置いてある施設もありました。これは畳一畳分くらいのスペースで、工事の必要もなく、かつレイアウトに合わせて移動もできる、昔よく街で見かけた電話ボックスのような箱です。しかしながら、自分が授乳するまで、そうした事情を全く知りませんでした。

母乳は栄養満点、「完全食」と言われています。また味も、子どもがゴクゴク飲むぐらいだから美味しいのでしょう。言葉が話せるようになった2歳くらいの子どもの母乳の味を尋ねると、「甘い」と答えたというエピソードを聞いたことがあります。そのくらい、栄養も味も良いのでしょう。

ところで、アフリカの一部の地域では、夫が妻の母乳を飲む習慣があるところもあるらしいのです。近年、それが女性と子どもへの搾取として問題になっています。女性と子どもは男性の所有物であるという文化が背景にはあります。その上、そうしたくなるくらい、母乳は美味しいし栄養があるということだと思います。夫に母乳を飲まれることに対して背筋が凍るほどゾットするとともに、母乳の味についても興味が出てきました。

母乳を作ることはコントロールできません。ここでは、母乳は勝手に作られて、赤ちゃんがしばらく飲まないで作られた母乳の行き場がなくなり、胸が張って痛くなってきます。母乳が出る人は出るし、出ない人はでない、というところもコントロール

している感覚が持ちにくい点です。でも、これはコントロールできる方もいるかもしれないし、ある程度はできる気もする。私は、「桶谷式母乳育児」と出会って、ある程度コントロールできることを覚えました。

2. おっぱい

子どもが0才のとき、断乳をするまで「おっぱい」という言葉を発しなかった日はありません。母乳や授乳を指す言葉として「おっぱい」を使っています。乳児を育てる親たちの間では共通用語です。この「おっぱい」には性的な意味は入っていません。「子どもの食事」という意味合いで使用しています。童謡の「げんこつ山のたぬきさん」の歌詞「おっぱい飲んでねんねして、抱っこしておんぶしてまた明日」の通り、日々「おっぱい、おっぱい」。こんなに「おっぱい」と言う日々が来ることを想像していませんでした。ところで、上野千鶴子さんの『サヨナラ学校化社会』の中で、「情報」とは、自分にとって自明のものと異質度の高いものとの「あいだ」から、その「落差」から生まれます。」と書いています。わたしにとって、この「落差」が最も大きかったのが、母乳育児でした。

だって、これまでおっぱいについて学んだことがない。日常生活でも目にしない。秘められたものでした。

3. 桶谷（おけたに）式母乳育児とは

桶谷式母乳育児とは、「桶谷式母乳育児ママサポートサイトOPPA!」によると、桶谷そとみさん（1913-2004）という助産師さんが考案した乳房マッサージと母乳育児方法のことです。彼女は、第二次世界大戦の最中、母乳が足りず栄養状態が悪いため命を落としていく赤ちゃんを目の当たりにするというつらい経験から、「母乳は出るものではなく、出せるようにしなければ」という思いで試行錯誤の末、お母さんに苦痛を与えず乳房の調子を整える独自のマッサージ方法を確立」されました。桶谷式母乳育児推進協会の認定を受けた助産師が、いまや全国に約330の母乳相談室（助産院）を開設しています。来院時の母親の悩みは様々ですが、一番多いのは、母乳が足りない、または足りない気がするという母乳の量に関する相談です。他にも、「生まれたばかりでおっぱいが上手に飲めない」、「おっぱいが腫れて痛い」、「そろそろ断乳（卒乳）したい」など赤ちゃんが生まれてから、母乳育児を終えるまでの様々な相談に対応し、楽しく、元気に母乳育児ができるよう、お母さん、赤ちゃんをサポート」してくれます。

【桶谷式母乳育児との出会い】

母乳の調子を整えるために、出産後退院してすぐに乳房マッサージを受けに行かれるという方もいました。私は産院を退院後、胸にチクチクした痛みと痒みを感じ、行くことになりました。初めての乳房マッサージ。桶谷式は痛くない、と聞いていたのでどんなものかドキドキ・ワクワクしたことを覚えています。母乳が詰まっているとそ

れを出すための感覚があってやはり痛い。だけど、終わってみるとスッキリして、授乳がつかなくなります。その後、断乳するまで通いました。

4. 助産師Nさんのこと

実家の近くにある桶谷式母乳育児を掲げる助産院を開業している助産師Nさん。実母に紹介されました。実母もその昔通っていたようで、親子二代に渡ってお世話になりました。

助産師Nさんは70歳。看護師免許を取って、助産師免許をとって、病院で働き始めます。その後「桶谷式乳房管理法研修センター」に1年通って、40歳で自宅で助産院を開業されました。看護学生の時代、病院の実習でいろいろな科を回りました。産婦人科、小児科、整形外科など。そこで自分がどの分野に興味があるのかを知っていきます。まだ20代だったNさんは、整形外科で実習しているときに、ここは合わないなと思ったそうです。「整形外科って、身体の怪我だけでしょ。頭ははっきりしていて、でも身体が痛かったり、ベットから出られなくて暇している人もいて、暇に任せて私達看護師はよくからかわれたりしたの。」と、きっと現代だとセクハラ！と言われることを、当時は「からかい」と「暇つぶし」という文脈で受けてきました。「それでね、整形外科の経験から、私は困ってる人を助けたいと思ったの。あと、わたしは子どもが好きかな」と思って小児科を希望し、学校卒業後は小児科で働いておられ

ました。小児科での経験は、実際には困っているお母さんとの出会いの場だったようです。「わたしは女性が好きなのかもしれません」と感じられました。これは「女性の役に立ちたい」という「困っている人を助きたい」最初の思いを実現することになります。桶谷式との出会いから、そのための手段を得ました。

助産師Nさん自身も、一人息子がいます。その息子も結婚し孫も生まれて近所で暮らしています。孫が生まれてしばらくすると、息子の妻もパートで働き始めます。その間、孫の世話をするために、助産院の開院を週3日に減らしました。「お嫁さんが、月・水・金と働いているので、私は火・木・土で働くの」と孫育てサポートもバッチリ。と言っても、孫も成長していく。どんどん手が離れていく。Nさんがずっと続けてきたガーデニングの趣味から、「お花の絵を描きたい」と絵画教室に行き始める。たまに来る海外からのお客さん（NOVAが近くにあったときは英語圏の母語のお母さんがたまに来られていたそう）との関わりから、「英会話もできるようになりたい」と英会話を習い始めます。英会話では、「断乳のやり方」などを英訳するなど、自分の仕事で使えるスキルを養っています。

4. Nさんの実践

母親と女性の両方を応援すること

ところで、桶谷式母乳育児の考え方は、「おっぱいは良質な食事」です。ですから、乳房マッサージ以外にも、日々の食事の指導や赤ちゃんとの接し方へのアドバイスなども、助産師Nさんの仕事です。おっぱいをあげている間は、アルコールや刺激物を避ける、コーヒーをカフェインレスに変える、健康的な食事を摂るなど気をつけます。桶谷式母乳育児の思想としては、「おっぱいは良質な食事」のために、その良質さを担保するための努力を求めます。つまりおっぱいの質を確保するために、母親に自己コントロールを求めます。かなり気を使って生活する母親もいることでしょう。助産師Nさんは、この思想を「今の人に合わせて」アレンジしていると言います。指導は「この人にできることにして伝える。できない事は伝えてもできないから」と。

母乳育児が最も良いというのは一つの価値観でしかないと思います。母乳が出ない人もいますし、子どもを預けることを想定して粉ミルクとの混合をしている人もいます。双子を育てている母親は、「粉ミルクを使わないと身体がもたない」と多胎児育児の過酷さを語ります。

母乳育児は、自分が母親であり生活者でもあることを教えてくれます。母親役割を重視すると、桶谷式の考え方「子どもに良質な食事」を与えるために、おっぱいコントロールに励みます。しかし、いち生活者としてのバランスをとることも、生きていく上で必要です。助産師Nさんは、目指すべき思想はあれど、個々の状況に合わせて援助をアレンジしていくことを大切にされています。

5. まとめ

助産師 N さんは、「子どもにとってこれが一番良い」とも、「お母さんが一番ラクな方でいいよ」とも言いません。子どもと母親にとって最も良い選択が何なのかは、N さんが決めることではないからです。子どもにとって良いことと、母親であるわたしにとって良いこと、どちらも採りたいわたし。プロとしてニュートラルであり続けることの重要性を、助産師 N さんの姿勢から教えられます。きっと専門家として言いたいことはあるのだと思います。しかし、初心である「女性の役に立つ」ために、今向き合っている目の前の人ができることを示す役割に徹しています。このことから、母としての役割応援だけでは未だ不十分で、いち生活者としての視点をもった応援が求められることに気づきます。

子どもが生まれた瞬間、「母親」というものになります。でも、母親になるからといって、一人の人間としての生き方を全て捨てて、母親という役割だけに全てを捧げることにはできません。上世代からはワガママに見えるかもしれませんが、母親であると同時に、一人の女性だったり、一人の仕

事をする人だったり、一人の趣味に生きる人だったりするわけです。たった一人の人間だけど、人には多面性があります。だから応援する時にも、母親という役割に対して応援するのではなく、多面的な応援の仕方があるのかもしれない。

6. おまけ

N 助産師は言います。「仕事は細くても長く続けていきなさい。子育て中は6割くらいに落としてもいいじゃない。」そんな彼女は週に3日間開業しています。残りの4日は、孫預かりをしたり、ご自身の趣味である絵画教室、ガーデニング、英会話などに使います。開業している3日間では、一人1回1時間、1回3,500円（桶谷式の規定通り）。スキルがあれば年齢に制限されることなくずっと続けていけます。週3日間開業でも、70歳になったN助産師はそれなりに収入があります。趣味のガーデニング、絵画教室、英会話、孫預かりととっても充実した日々を送っています。「色々やることがあるから毎日5時起きなの」と楽しそうに話されました。