

## 付帯資料: 出産体験に関するアンケート 自由記述欄より



※以下は、ほんの一部の抜粋です。4000人近い女性たちの、数十万字のコメントが集まりました。

公開許可を得た自由記述回答全文を「note」にて順次掲載。是非女性たちの生の声をご覧ください。↑

アンケート主催: お産を女性の手に取りもどすネットワーク

osanjoseinote@gmail.com

## 【質問12. 出産場所を選ぶ時の選択肢、困った経験】

- ・ 住んでいる地域では選択肢が限られている。近くで産めたらいいと思っていたが、近隣でお産ができる病院が減っている。施設が遠く、バスで行かないといけず、大変だった。暑い中、バス停まで歩き、死ぬかと思った。待ち時間も長く、死にたくなった。
- ・ 地方の山間部に住んでいるため、そもそも近くに産科施設がない。一番近い市街地の産科も閉院し、選択肢が少なすぎて都市部の妊婦との格差を感じた。
- ・ 自分はどんな場所で、どういうふうに産みたいかなど、考えるきっかけや相談できる場所や人もいなかったのので、流れで近所の産院を選ぶのみだった。初産の場合、妊娠初期に丁寧にヒアリングしてくれる存在や相談できるタイミングが全員に対してであると良かったと思う。※母子手帳をもらいに行くタイミングで行政の窓口など。
- ・ 引っ越し先の大都市の病院で経過をみてもらい、出産は実家の近くで行う予定だった。実家近くの産科に確認したところ「里帰り出産の方は〇週に受診してください」と言われた。週数が近くなって再度電話したところ「医者が1人辞めたため里帰りを引き受けられない」と言われパニックに。実家は田舎すぎて他に出産できる場所がない。幸い引っ越し先での病院が受け入れてくれたため出産難民にならずに済んだ。当時住んでいたところが大都市だったため10週では予約を取れないぐらいの難しさ。受け入れてくれなかったら産むところがなかった。たまたま、紙一重、であった。

## 【質問15. 妊婦健診について】

- ・ もっと産科医、助産師さんとコミュニケーションをとりたかった。流れ作業感と、混雑状況を見て早く健診を終わらせなきゃとつい思ってしまった。
- ・ 病院でのエコー検査だけが妊婦健診ではないと思った。妊婦自身の体調やメンタルなどをしっかりみてもらうことが大事だ。
- ・ 外来はいつも混んでいて仕事を休んで健診に行くことが負担だった。つわりがひどい時期はもっと点滴に通いたかったが、遠方で夫にも仕事を休んで付き添ってもらうことはなかなか難しかった。無料健診の枠ではおさまらず費用もかさみ、仕事に行けない分給料も減り、心身ともに厳しい状況だった。先生はいつも忙しいからなかなか質問しづらかった。
- ・ 赤ちゃんが元気であることや、頭や足などの部位の長さなどの結果は教えてもらったが、なぜ元気と言えるのか、子の成育状況と私の体の状態(お腹の張り方、出方、骨格構造など)の双方から、健診の時期ごとに何に気をつけるべきなのか、何かした方がいいのか、具体的なアセスメントからのアドバイスをして欲しかった。
- ・ 妊婦の期間にどのように体をつくるのか、どんな体ならおなかの赤ちゃんが快適で、お産のときに必要な心身でいられるのか、お産や産後への不安はどこからきているのか、不安の要因になっているお産の痛み

はどうして起こるのか、自分で産むってどういうことか、すぐに始まる「母乳」「排泄(紙おむつ、布おむつ、おむつなし)」「抱っこ」について、異常か正常かだけではなく、伝承されたいと思うことがたくさんある。

- ・「お腹は張っていますか？」とよく聞かれたが、初めての妊娠でどのような状態なのか分からなかった。お腹が硬くなるのが、赤ちゃんが動いて頭が当たっているのだと思っていた。その状態をこちらから医師に話して初めて、これが張っているのだと分かったが、その時助産師に「お腹が張っていると言ってくださいよ！」と怒られたのは腑に落ちない。明らかに説明不足だと思う。また妊娠高血圧だったが、目の前にキラキラと星が飛ぶとこちらから申告して初めて、これも該当するのだと思った。すべての妊婦が、どの状態がトラブルに該当するのか分かっていて当たり前だという態度は専門家としていかなものだろうか。

#### 【質問20. 誘発分娩について】

- ・ 怖かった。その一言です。コロナ禍で立ち合いもさせてもらえず、寂しかった。
- ・ 本当に誘発剤が必要だったのか疑問があった。予定日過ぎたら胎盤が劣化するから誘発剤使って出産する方が良いという説明だったことと、誘発剤のデメリットについての説明が不十分だった。同意書を出されて、これ読んでわからないことあれば聞いてください、なければ署名をと言われても、他の選択肢が提示されているわけでもなく、署名することに疑問しかわかなかった。
- ・ 破水して入院して、すぐに促進剤を打たれた。陣痛がつくまで待つて欲しかったと今なら思うが、当時は初めての出産で何も分からなかったので、従うしかなかった。
- ・ 高位破水し、24 時間経過しても陣痛がこなかったので医師から誘発を勧められた。わたしはできるだけ医療介入なく出産したかったこと、院内助産院での分娩を希望していたことから、もう少し時間が欲しいと伝えたが、赤ちゃんに感染のリスクがあるからと半ば強制的に誘発が決まった。しかし赤ちゃんのタイミングではなかったようで、丸一日激痛に耐えたが、結局自然陣痛は来ず、子宮口も開かず、翌日に持ち越しと言われた。コロナ禍で立ち合いも面会も不可、ナースコールをして助産師さんがきてくれても忙しそうにすぐに帰っていき、初産を一人で誘発の痛みを耐えるのは本当に心細く辛く、泣いた。
- ・ 誘発分娩の選択肢を出された時、コロナ禍ということもあり感染が怖くはやく出産したい思ったことと、予定日が近くなっても全く産まれる心配がなく毎日落ち込んでいた為、誘発分娩を選択したが結果的に陣痛があまりつかず帝王切開となった。あの時、誘発をせず自宅でもう少しゆっくり陣痛を待っていたら経膈分娩できたかもしれないという後悔はずっとある。
- ・ (計画的な誘発分娩で)誕生日を決められるのが良かった。心の準備ができ焦らずお産に挑めた。

#### 【質問22. 促進分娩について】

- ・ よく分からないまま促進剤の話になり、医師のタイムリミットにあるとの事で、促進剤を使うよう勧められたが、微弱陣痛の中不安とぼーとした感覚のままそのような説明を受けて、今となっては、本当に必要だったのか？疑問がある。
- ・ 陣痛で呼吸も乱れていて、ペンも握れない状況だったので、説明はサラッとで覚えていない。サインは旦那がしました。妊娠中から促進剤を使う可能性、どんな場合に使うのか、作用などのことを教えてくれたらよかったのにと感じた。1 人目だと知識もないので調べようがなかった。
- ・ 入院した際は、促進剤は使いたくないとお願いした。明日までは待てるから、それで生まれなかつたら使った方がいいと言われた。それで、お産が進むように歩いたりして頑張っていたが、入れ替わり立ち替わり医

師が説得にきて、断れない状況になり、結局期日を待たずに促進剤を使うことになった。あと数時間で生まれそうだったのに、夜勤の時間に入る前に産んだほうがいいとも言われ納得できなかった。

- ・あまりに陣痛が長く疲れてきて、もう今日は産めないかも、と弱気になっていた時に、陣痛促進剤を使いました。自分が産む、という自覚の足りなさが薬を使うことになったのかなと感じます。
- ・破水からの陣痛が起こらず、促進分娩となったため、きちんと説明を受けた上で心の準備もできていた。1人目の分娩先の医者、助産師、看護師さんは寄り添ってくれるタイプの人たちだったので、嫌だと思わなかった。

#### 【質問24. 硬膜外麻酔分娩(無痛分娩)について】

- ・必要な人には良いが希望しない人にはしない選択肢を。計画無痛分娩はやめるべき。当日になってやはり自然で行くとか、やはり麻酔を入れるとか柔軟に対応できないならやめるべき。分娩予約時に決めて変更しないなんてありえない。医師の都合でその日によって麻酔ができたりできなかったり、女性のからだを蔑ろにしている風潮がある。
- ・違和感がある。ほとんどの方は産める力を持っているのに、薬に頼らなくても産める自信と産むための信頼できる助産師などがいれば乗り越えられるのではと思う。それが無いから無痛分娩が普及しているのだと思う。今の出産現場や医療は寄り添えていない。
- ・痛みも少なく、産後もすぐに動くことができたのはとてもよかったが、「産んだ」という実感を得ることができず、一概に『無痛分娩おすすめ!』とは言えないと思った。
- ・1人目の出産が辛くてトラウマだったため、無痛分娩を選ぶことで出産前から前向きな気持ちでリラックスして出産できて良かった。

#### 【質問28. 帝王切開について】

- ・もっと帝王切開の説明を事前に増やしてもいいと思った。後期のパパママ教室が自然分娩向きにしか作られておらず、分娩台の話や映像、陣痛の時間の話など予定帝王切開の私がなんでここにいるのだろうと不信感しかなかった。実際出産する時には同じ教室の人たちはいなかった。
- ・傷の手当の仕方を教えてもらえないまま退院したため、瘢痕が残り、何年も経ってから形成外科で診てもらった。のちに、傷跡のケア用品があることを知った。
- ・事前に、第一子の時の辛い思い出や、希望を伝えていたこともあり、とにかく寄り添ってくれた。麻酔科医の説明も事前診察もあり、納得いくまで説明してくれて安心した。術中も、寄り添ってくれた助産師さん、医師も今どうなっているか説明してくれて、安心した。少しでも寄り添ってくれるだけでこんなにも心が救われるんだ、と感じた。
- ・縫合しながら、2人の医師が雑談しているのを震えながら聞いた。同じ大学出身のようで、亡くなった教授の追悼冊子に寄稿したかどうか、とか、ゴルフ最近やってるか、とか。この時間は何なのか、10年経っても忘れられない時間だった。
- ・わが子が無事であったのかも知らず、(声をかけられたかもしれませんが記憶していません)足早に去っていく看護師さんに気を揉みながらなんとか声をかけ、「赤ちゃんは無事なんですか？」と聞く自分が悲しかったです。教えてもらって当然なことなのに、どうしてこんなに胸が痛むのか。どんな手術かも分からず、傷のケアもあまり説明はなかったもので、先に聞いていたら準備しておいたのにと思ってしまう事ばかりでした。

【質問38. 妊娠中・出産時・赤ちゃんへのケアを通して、よかったこと、嬉しかったこと、救われたこと、学んだことなど】

- ・ 産前～産後通してずっと支えてくれ、これからも支えてくれるという信頼感が何よりのもの。お腹の中にいる時から1人の人として我が子に接してくれたこと。産前からの子どもへの関わり方が自分の我が子への関わり方の学びになっている。どの時期のケアでも母子をありのまま受け止めてくれた喜びが今の育児の頑張りにつながっている。
- ・ 出産した病院は助産師の数が多く、入院中は24時間助産師が対応してくれた。母乳に力を入れていた為、授乳時は毎回訪室して授乳や母乳の状態をみてもらった。母乳マッサージを半日やってもらったこともあり、退院時には開通して母乳量も安定した。
- ・ 妊娠中、健診で教えていただいたケア、講座で教えていただいた出産の身体の仕組みや心構えなど、痛い・つらい・大変、という出産のイメージをすっかり変えてくれた。出産の日を楽しみに待ち、赤ちゃんとの対面を素晴らしい経験にしてくれた。一般的によく語られるような、出産への恐怖のイメージがなくなれば良いのに、と感じた。
- ・ 出産当日、麻酔担当の方が「僕の妻も帝王切開で出産して、その時自分が麻酔を担当しました」と話してくれて麻酔の施す工程も丁寧に説明してくれた。雑談をしていた医師たちとは違い、自分のことを大切に扱い、私の出産に向かう想いにも寄り添ってくれていると感じた。1人でもそういった方がいたことが、とても嬉しかった。
- ・ 大きな産院なので期待しないでしたが、産科医や助産師さんに会陰切開をしたくないなどバースプランを前もってリクエストしたり、当日でも不安なんですとありのままを打ち明けると、事務的だった方も表情がゆるみ、少しこちらに寄り添ってくれた様子が嬉しかった。通院中は産科医を選ぶことができたので、目を合わせないような人が苦手な私はじっくり話を聞いてくれる人を最初の数ヶ月で絞り、最終的に1人を選んだ。その先生の日に合わせて通院し続けたおかげで9年ぶりの出産の心配ごとでも毎回聞いていただき心をほぐしていただき、いつも安心の健診だった。本当は助産院での出産に興味がありましたが、夫の職場に近いこと、高齢出産で、この産科医さんに会えたことなどで幸せな出産体験となった。
- ・ 妊娠初期からお産、産後までずっと同じ助産師(マイ助産師)さんと共に歩めたので、妊娠やお産についての分からないことはなんでも聞くことができたし、妊婦健診も産後のケアも毎度ゆっくり時間をかけてマッサージなどもしていただき、こんなに丁寧に自分を扱ってもらったのは初めてかもと思えるくらい、とても満足度の高い妊娠期・出産・産後を過ごすことができた。
- ・ 37時間というとても長い分娩時間でしたが、私のペースに合わせ、とにかく私と赤ちゃんのペースを待つことを大切にサポートしていただき、とても嬉しかった。そして、夜中もずっとさすったりそばにいてくれたり、とても心強かった。そのおかげで、出産は怖いではなく、また産みたいと思える良いお産を経験できた。
- ・ わたしの意思を確認してくれた。関わりすべてにおいて温かく、大事にされていると感じられた。わたしと赤ちゃんが元気であったので、ただそばで信じて待ってくれた。ポジティブな声かけが心地良かった。
- ・ 「また産みたい」。そう思います。そう感じられる出産ができたことを、女性として、心から幸せに感じています。

【質問41. 無償化の提案について】

- ・ 無償化はありがたいが、育休手当が出るまでの2～3ヶ月無給期間が辛い。サポートが欲しい。
- ・ 私は妊娠するたびに悪阻がきつく、入院したり点滴に毎日通ったりで仕事を休まなければならなかった。収

入がかなり減った中での通院費が大変で、毎月泣きそうになっていたのが無償化になるとありがたい。

- ・ 子どもに関わる機関で働いていて、実際、経済的理由や、障碍などの理由で子どもを育てることが困難なご家庭に子どもが多いという現状を感じている。
- ・ ハイリスク妊婦加算など、ハイリスクな状態になった妊婦の妊婦健診や出産には加算がつく現実があるが、実際はハイリスクにしないための保健指導のほうが時間も手間もかかる。病人が生まれるまでほっとくのではなく「ハイリスク予防加算」などを作ればハイリスクにならないための保健指導にも適切な加算がつき、健康な妊婦が増えると思う。
- ・ 無痛分娩も希望者には無償化か、せめて保険適用して欲しい。他のどんな手術も麻酔が打ってもらえて、出産だけ自然主義になる意味が分からない。男が産む性だったら今頃、無痛分娩が当たり前に行われていると思う。女性だけが無駄に我慢させられているという思いがある。

#### ◆その他の自由記述より。寄り添われ、大切にされた経験の影響

- ・ こんなに大切にされて良いんだと思うくらい大切にしてくれて、気にかけてくれて、安心して産むことができた。他者を信頼すること。そんな体験を初めて知った。妊婦健診以外にも、トラブルがあれば駆けつけてくれて、人と人との関わりができた。患者と、サポート側ではない人と人とのつながりや、ぬくもりを感じた。
- ・ 出産ですべてを受け入れてもらった経験は、人をとても強くしてくれる気がします。その後、家庭や親族に大きなトラブルが起き、苦しい時期が続きましたが、お産での経験があったからこそ、ここまでやってこれたと思います。
- ・ 簡単に言えば、お産で、生まれ変わった。暗闇だと思っていたそれまでの人生もが、輝くものになった。心から幸せになった。妊娠中からお産、産後、そして、生きている限り寄り添ってくれる地域の助産師さん。あたたかいケアが、途切れない。人として、すてき。憧れの人。こんな世の中も、何もかもが嫌だった私が、産んでから、憧れの助産師さんのような女性になりたいくて、お母さんをしながら、いろんなことがんばれちゃう、元気な人に生まれ変わった。子ども嫌いだった人が、その後、3人産んで楽しく育児をしたってスゴイことだと思いませんか！？
- ・ 出産の16時間31分、ずっと待って・見守って・尊重して・大切にしてもらえた、という体感がありました。私自身が癒え、またその後の子育てに通ずる道標になっている気がします。産後の入院生活では、事前に母乳講座があったものの特におっぱいの変化に戸惑いました。夜中でも付き合ってくれたこと、その後母子の母乳ライフが安定するまで、ずっと付き添ってくれたことも忘れられません。現代に生きる人は皆そうだと思いますが、物心ついた頃から正解や効率を求められる社会で生きてきたので、私の気持ちやペースを尊重して待ってくれるということが、とても新鮮で、有り難かったです。また、外部が特別に働きかけなくても、信じて見守られると力が湧いてなんとかできるのだと体感しました。私の大切な人(赤ちゃん、夫、友人)にも、そんな風に関わっていきたいと思える、大事な気づきを得られたのが助産院で経験した一人目の出産、母乳ケアでした。
- ・ 様子を見に来てくれた助産師の受容的なあたたかい声かけ一つでこんなに嬉しいものかと身にしみました。
- ・ 上の子へのフォローが手厚くて母子共に安心できた。「いきむ」よりも「いま、力ぬいて！」というリードがとても楽になったことを鮮明におぼえています。こどもが準備できたからいくね、って勝手にうまれてきた感じ。その時に会得した距離感で、子育てをしてきました。子育てにも満足しています。待つことを楽しんだり、どうなるかなあってじっと観察したり、出産も子育ても自分の足りないことをその時期がきたら教えてくれる、とても美しく合理的な営みだと思っています。

## ◆自宅出産をして初めてわかったこと

- ・ みんなで迎えた自宅出産。家族みんな自分がどうやって生まれてきたか五感で知ることができる経験は貴重です。妊娠前から妊娠中自分のあり方と向き合った先にあるお産。本能むき出しでも唯一受容される気がします。自分の性を大切に扱われた経験はずっと続く。魂も癒やされます。安心できる人、安心できる場所での出産は幸せです。
- ・ 妊娠出産のときはどうしたって恥ずかしく辛い目にあうし、痛みを伴う検査をされる。それが当たり前、そういうものなのだと思っていたのが、自宅出産でいい意味でくつがえされた。病院で嫌だな辛いなど感じていた類のことは一切なし。必要だから仕方ないんだと我慢していた「機械で開脚される内診」も、お腹丸出しで放置される待ち時間もない。自宅での助産師さんによる健診ではおなかをやさしく触れて、腰が痛いというと、ツボを教えてくれ、マッサージしてくれる。「お腹が少し張りやすいみたいです」と心配事を伝えると(病院ではこれが上手く伝えられなかった)、しばらく家にいてお腹が張る様子を一緒に確かめてくれて、「これぐらいなら大丈夫」と言ってくれたときの安心感！食事のアドバイスも的確で、たくさん歩いてねとハツパかけてくれ、元気な妊婦でいられるように導いてくれた。いよいよ出産のそのときには、余計な手出しをせず、どう動いてもいい、どの場所で産んでもいい、と最大限にわたしのしたいようにさせてくれ、夫が私の介助者となるように配慮してくれた。主役はわたし、そして夫。助産師さんは影の役に徹してくれた感じ。そして、ついに生まれる！というその時にバツと部屋の隅から立ち上がり、会陰保護をしてくれたのは神業だと思った。部屋の電気をあえてつけず、薄暗くしてくれた配慮、生まれたあともしばらくへその緒をつないだままにして、血液の流れの頃合いをみて切るというゆっくりとした時間の流れも、赤ちゃんと自分に終始やさしく穏やかだった。煌々と明るい蛍光灯の下で、すぐさまへその緒を切る、鼻を吸引する、一瞬抱っこさせてもらったらすぐ身体を洗う、などあわただしく器具がガチャガチャしている病院の出産シーンとは全く別もの。こんなにも静かに神秘的な時間を赤ちゃんと過ごせるのだ…と感動した。産後、毎日通ってきてくれ、おっぱいのケアはもちろん、手作りの酵素玄米おにぎりを何個も持ってきてくれたことありがたかった。年齢が若ければあと3人でも4人でも産みたいと思ったほどだった。

## ◆一人の人間として扱ってもらえた

- ・ 妊婦健診では助産師さんが家庭の事情なども聞いてくれた。出産時には腰をさすってくれた。生まれてきた赤ちゃんに話しかけてくれた。患者さんではなく一人の人間として扱ってくれること、とても大事だと思いました。病院の方にとっては、妊婦さんや赤ちゃんの姿は見慣れたものかと思いますが、妊婦さんにとっては人生で一度の経験だったり、何度も経験できるわけではない、いのちをかけているということを忘れてはいけないと思いました。

## ◆悲しかったこと

- ・ 初めての陣痛中、他のお産も重なったようで、助産師さんは本当に近くにいてくれなかった。さみしかった。怖かった。これで良いのか分からなかった。また、自分の心の準備も十分でなかったように思う。
- ・ 経産婦だから入院中に休んだ方がいいと赤ちゃんを預かることを何度も言われ、赤ちゃんと一緒にいたかったけど預かってもらうことにしたが、一緒にいることがそんなにダメなのかと悲しかった。
- ・ 最初の緊急事態宣言が出された時だったので、付き添い面会などが不可にされてしまい悲しかったです。お産の時は初めて見る女性の医師が診てくださったのですが、ものの言い方がきつく、誰も立ち会いなどがないからかな？なんて考えていました。子宮口全開になった時も誰にも気づいてもらえず耐えていたら、あら？！もう全開じゃない！ちょっと待つて！と言われ、それから分娩台を開脚する形に変えて即産まれました。会陰切開

は間に合わず裂けました。痛みに強く静かにしているタイプでしたので、さすったり励ましたりはしてもらえませんでした。

- ・ 入院生活は地獄だった。産後不良、出産時のトラウマ、助産師の心ない言動などで死にそうだった。入院中、ずっとずっと泣いていた。頭がおかしくなった。嬉しかったことはほとんど思い出せない。
- ・ 第一子の出産は、クリニック。流れ作業の様で、不安感や違和感がありました。自分で産んだという実感が乏しく、授乳の仕方にも自信がないまま退院となり、退院の際の「おっぱい足りてなかったらミルクをあげてね」という言葉に、母親として足りないと言われている様で傷つき、頑張りたい反面自信が持てず不安な産後生活。頼れる人もおらず産後一年ほどは精神的にも不安定でした。

#### ◆継続ケアについて

- ・ 助産院で出産したので、妊娠～出産～デイケアまで、長い期間に亘って助産師の方に関わっていただけたこと。助産師さんと LINE でやり取りできたため、次の健診を待たずに気軽に質問ができたこと。
- ・ 赤ちゃんが可愛くてたまらないです。妊娠中からのケアが産後のお母さんにどれだけ関わっているか、今回の体験でとても身に染みしました
- ・ 出張助産師さんがずっと伴走してくれたことが何よりも心強かった。リラックスできる場所で、手で触れて身体の状態をみてくれて、妊婦の身体を大切に想う気持ちが伝わってきた。こんなに大切にされながら出産する経験は初めて。自分で選んで、自分で責任を持つ出産がその後の育児に自信と勇気をくれた。
- ・ クリニックでは決まった担当助産師さんがいたわけではなかったため、ケアされたという記憶が余りありません。自分で頑張らねばと必死になっていた記憶が残っています。今思えば、妊娠初期から産後まで同じ助産師さんに通してケアしてもらえていたら違っていたかも知れないと思います。
- ・ 上の子の妊娠の時から、地域の助産師さんにお世話になっていて、産む場所はそこではなかったけど、困ったらいろいろ聴くことができた。逆子になった時もケアしてもらえてすごく安心して妊娠期を過ごすことができた。
- ・ 助産院では、妊娠中の健診や臨月近くにも頻繁にお世話になりました。陣痛時寄り添ってさすってくれたり、ご飯や雰囲気もすごく家庭的で心を委ねてくれました。病院へ搬送されていざ出産になると病院の助産師さんたちは初めて会う方々でどこか作業的でした。寄り添うという心が痛さを和らげる一つだと強く思いました。病院では少しの陣痛剤で2時間ほどですぐに出てきたので、産道を開こうと助産師さんと歩きつづけた結果が安産につながったと思います。母子手帳の記録に載らないことですが助産院の助産師さんたちとの絆みたいなのは今でも忘れることはできません。1回の出産で両方が味わえたのでその違いがわかりよかったです。
- ・ 第二子は助産所で出産をし、たくさんの助産師さんに励ましてもらい、本当に温かく幸せなお産でした。妊娠中も実母と喧嘩になったり、娘の赤ちゃん返り、夫の無理解。精神的にも辛いことが多かったのですが、健診の度にじっくり耳を傾けてくださり、アロママッサージをしてくれたり、産後も辛いことがあって、助産所へ行った時も抱き締めて慰めてくれたり。今でも、助産所は、私にとって心の拠り所です。

# 出産体験者アンケート調査集計（抜粋）

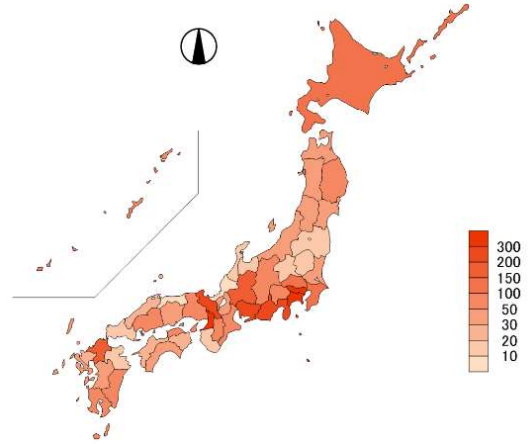
—2024年8月13～31日に集まった3940件の出産体験より—

お産を女性の手に取り戻すネットワーク

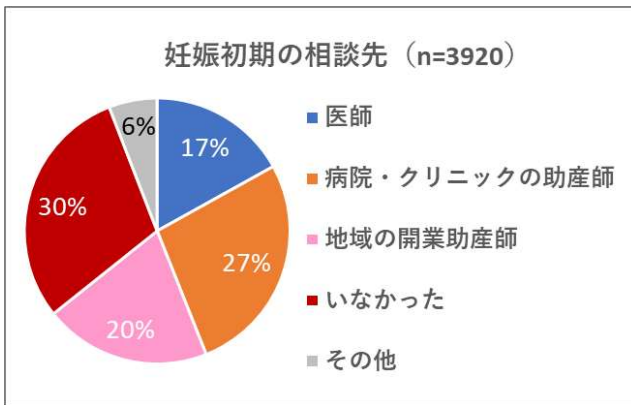
## ①回答者の居住分布と概要

出産経験1回ごとに1回答を求めた。出産経験の質問項目については、海外での出産、流産、死産、第1子妊娠中を除いた。47都道府県すべてから回答があった。出産した年（西暦年）の範囲は1976～2023年と幅広く、そのうち2020年以降の出産が全体の43%であった。出産時年齢は平均31.8歳（範囲：16～46歳）、初産が66%、経産が34%、最多は8回経産であった。

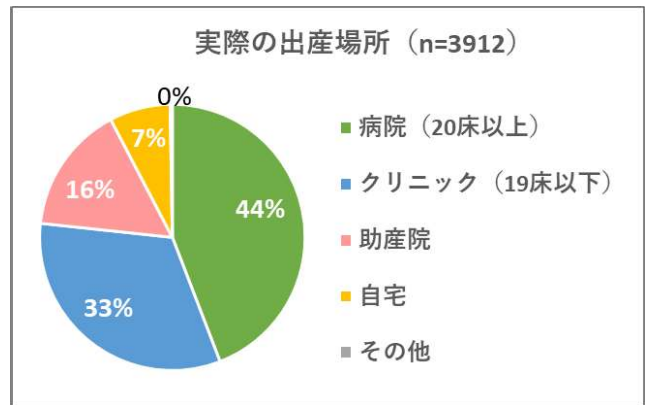
Note：無回答はほぼ皆無であったが、質問項目により該当しないものは分析から除外したため、集計後のn数に幅がある。



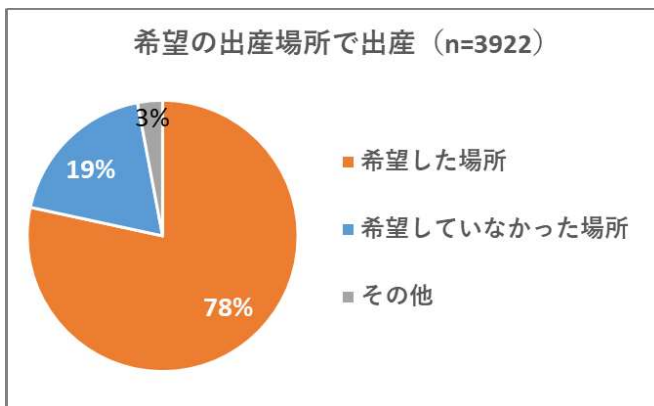
## ②出産場所



妊娠初期の相談先は医師17%、助産師47%、不在30%、その他6%

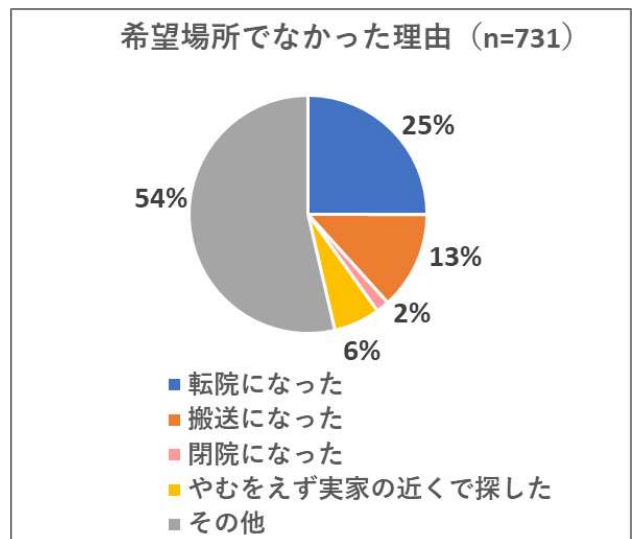


出産場所は病院44%、診療所33%、助産院16%、自宅7%

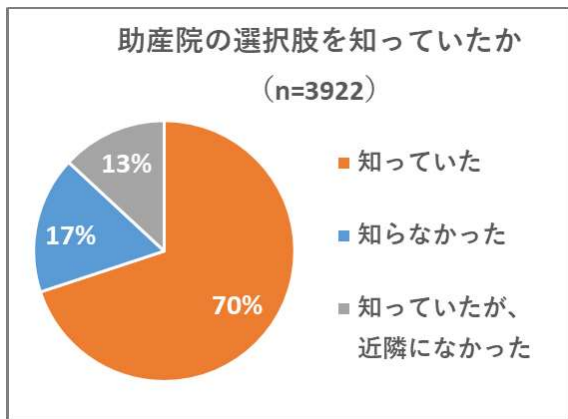


78%が希望の場所で出産、19%は希望叶わず。その他：選ぶという発想がなかった、常識で病院と思っていた等

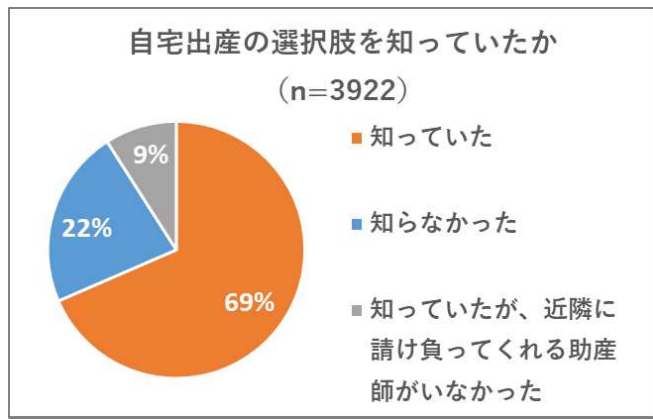
希望場所でなかった理由 転院25%、搬送13%、閉院2%。その他：他に選択肢がなかった





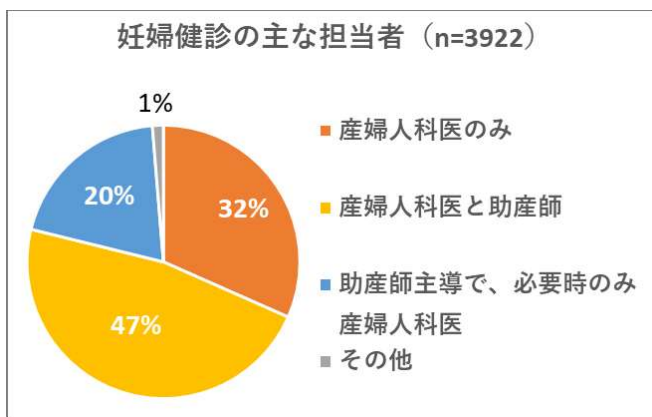


助産院の選択肢を知っていた 83%、知らなかった 17%

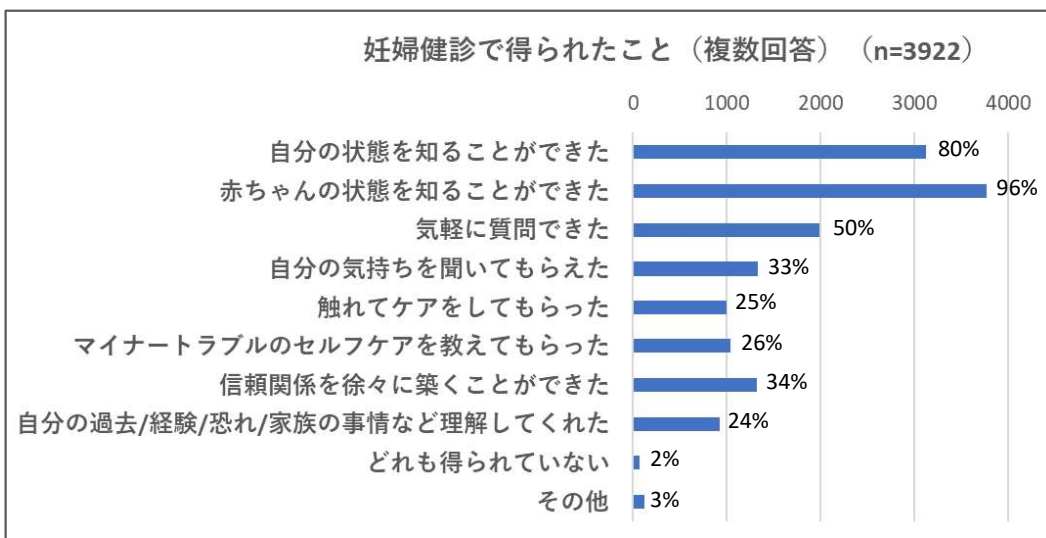


自宅出産の選択肢を知っていた 78%、知らなかった 22%

### ③妊婦健診

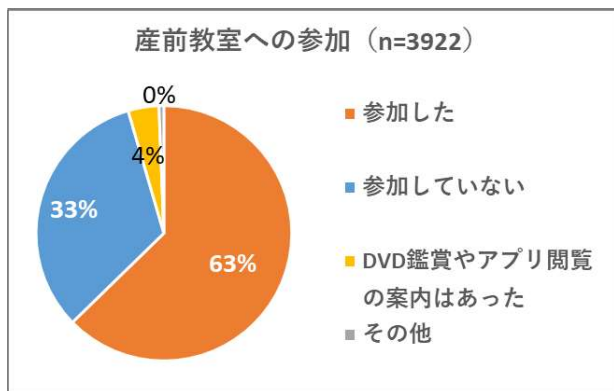


妊婦健診担当は医師と助産師の共同が最多 67%



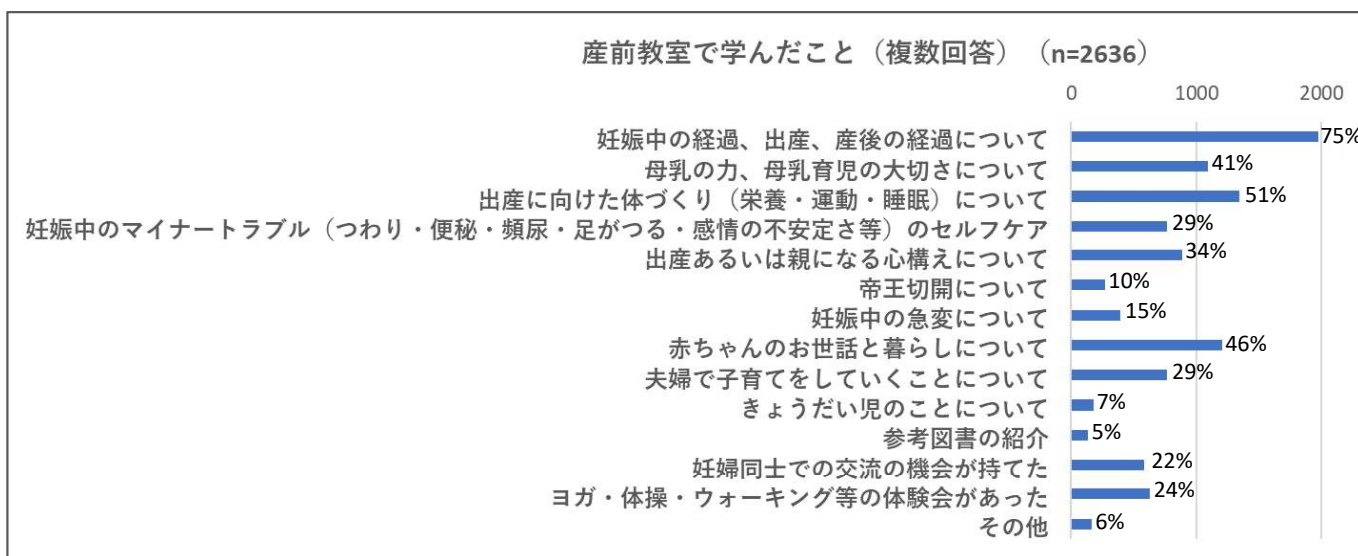
妊婦健診で自分の身体状態と胎児の状態を知ることができたという回答が90%以上。気軽に質問できた50%一方で、健診でからだに触れてケアしてもらった、個人的な事情を理解してもらったという回答は24%

#### ④産前教室（妊娠・出産・産後の経過について学ぶ場）

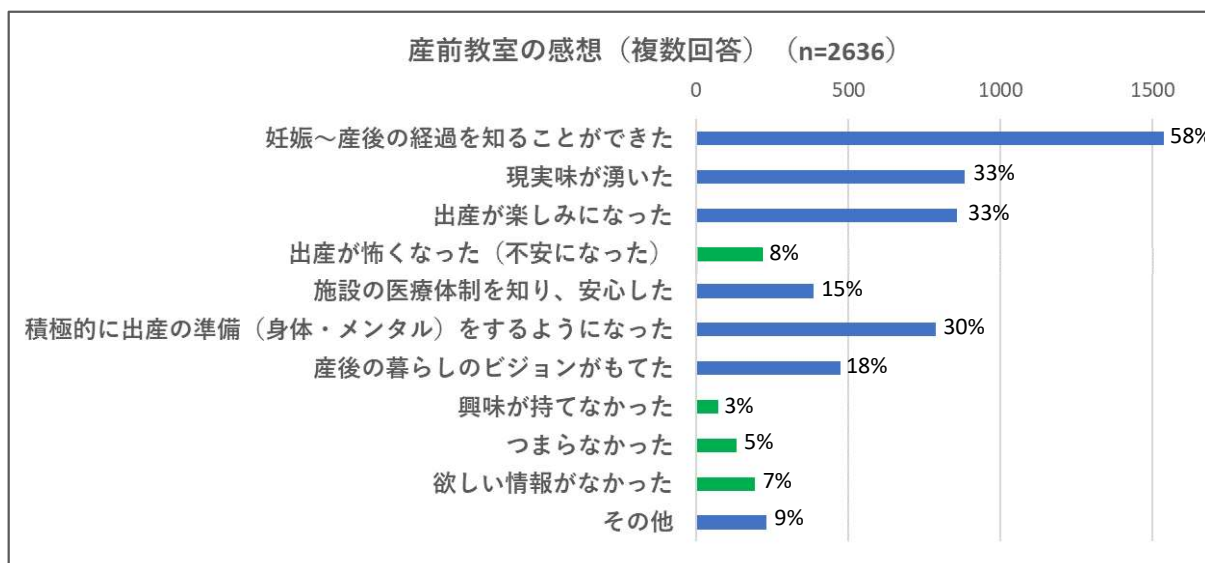


産前教室の参加率は63%

33%は参加していない

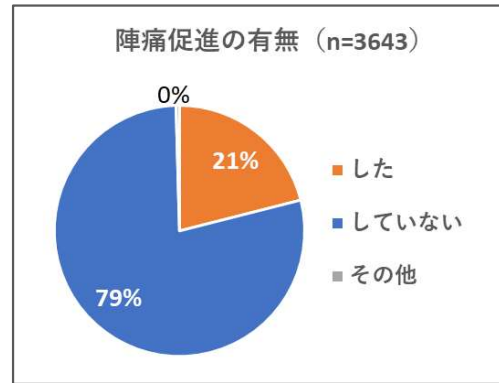
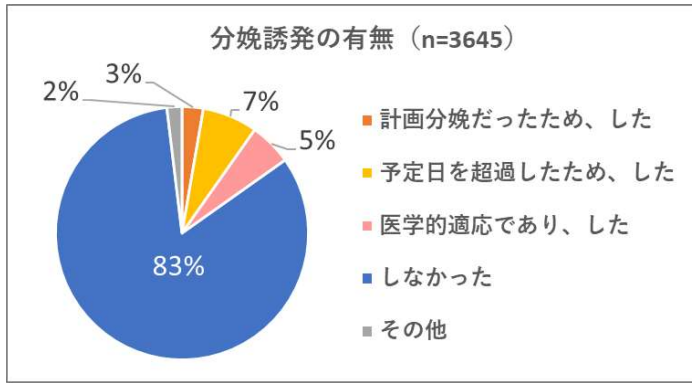


出産に向けた体づくりの知識や赤ちゃんの世話などを学んだという回答が半数以上であったが、コロナ禍で産前教室などの開催が減少した



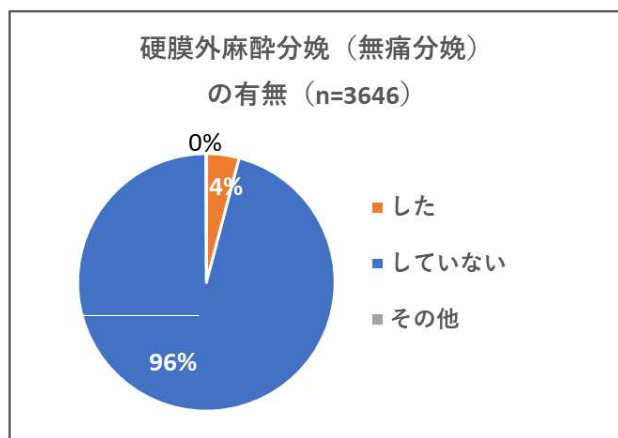
産前教室で妊娠～産後の経過を知ることができたという回答が58%、一方で、教室に参加したことで出産が怖くなった、欲しい情報がなかった、不安になったという回答もあった

⑤出産中の医療介入

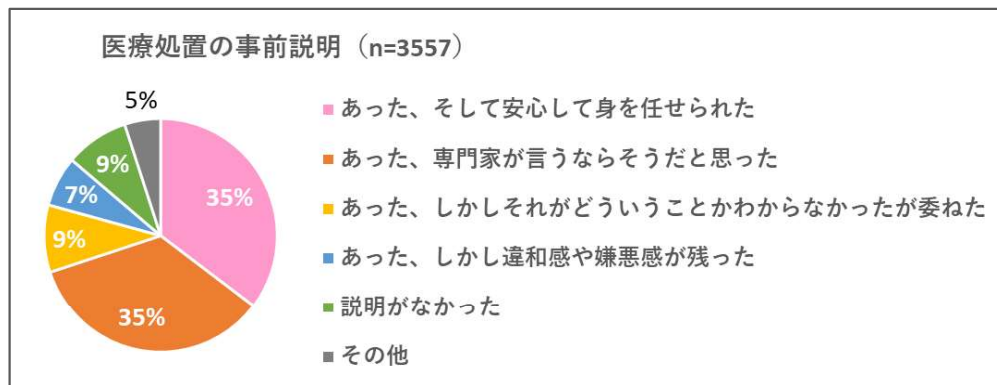


分娩誘発は全体の 15%でおこなわれた

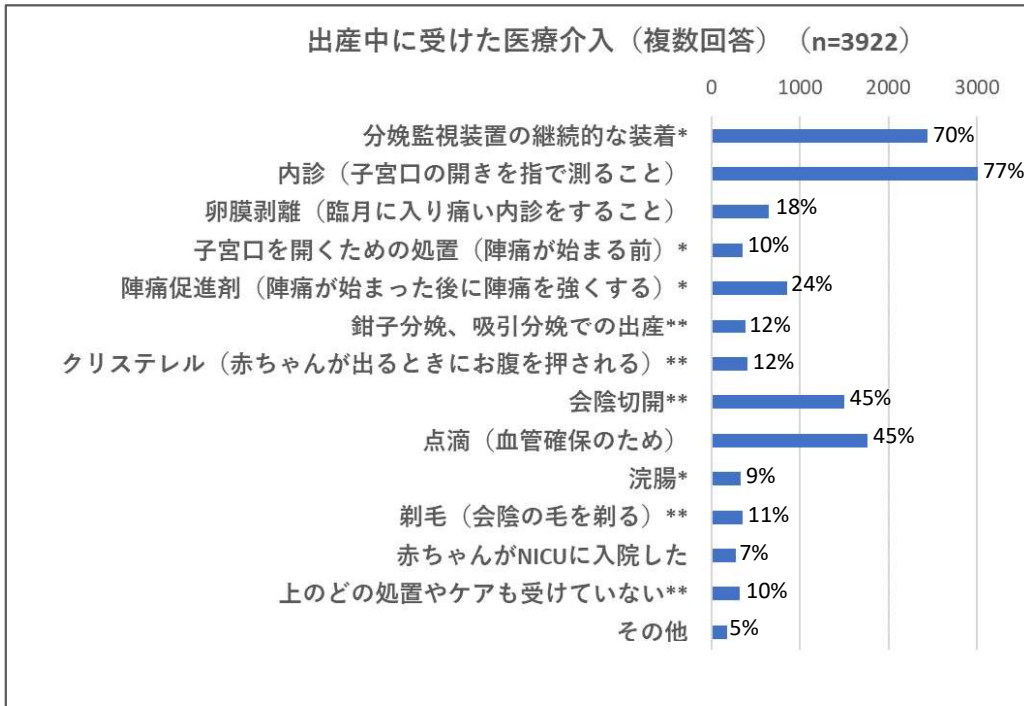
全体の 21%で陣痛促進剤が投与されたと回答 (Note: 誘発と促進の区別があいまいな回答者が多かった可能性あり)



本アンケートでは硬膜外麻酔分娩の割合は 4% (予定帝王切開は除外)



医療処置の前に説明があったという回答が 86%  
説明されたが違和感が残ったという回答は 9%



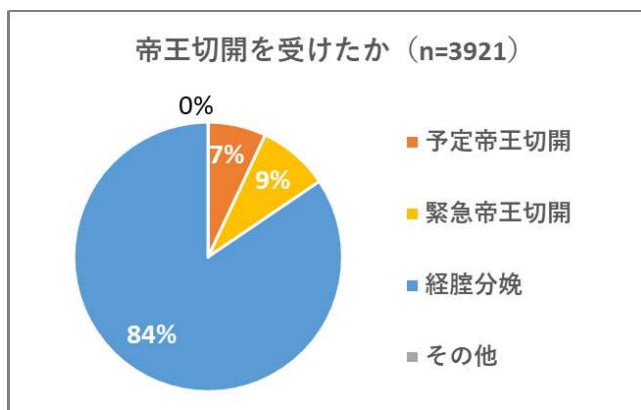
Note:

\*予定帝王切開は除外して集計（n=3647）

\*\*予定帝王切開と緊急帝王切開は除外し経膈分娩のみで集計（n=3312）

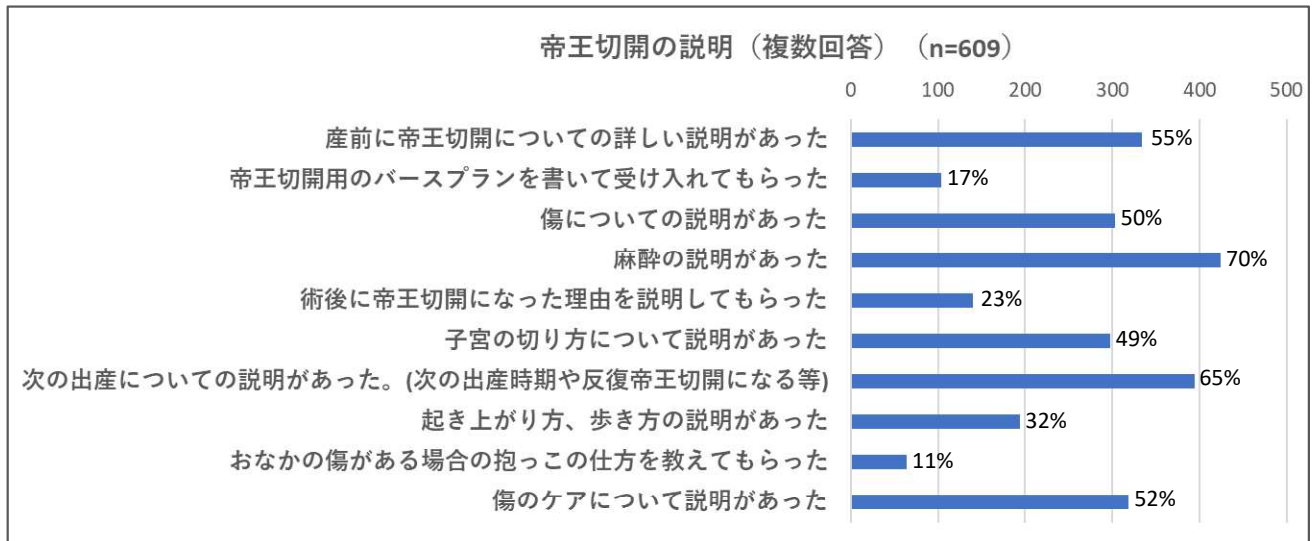
出産の時に受けた医療処置のうち、内診 77%、点滴 45%、会陰切開 45%、陣痛促進剤 24%、卵膜剥離 18%。どの処置も受けていない 10%

## ⑥帝王切開

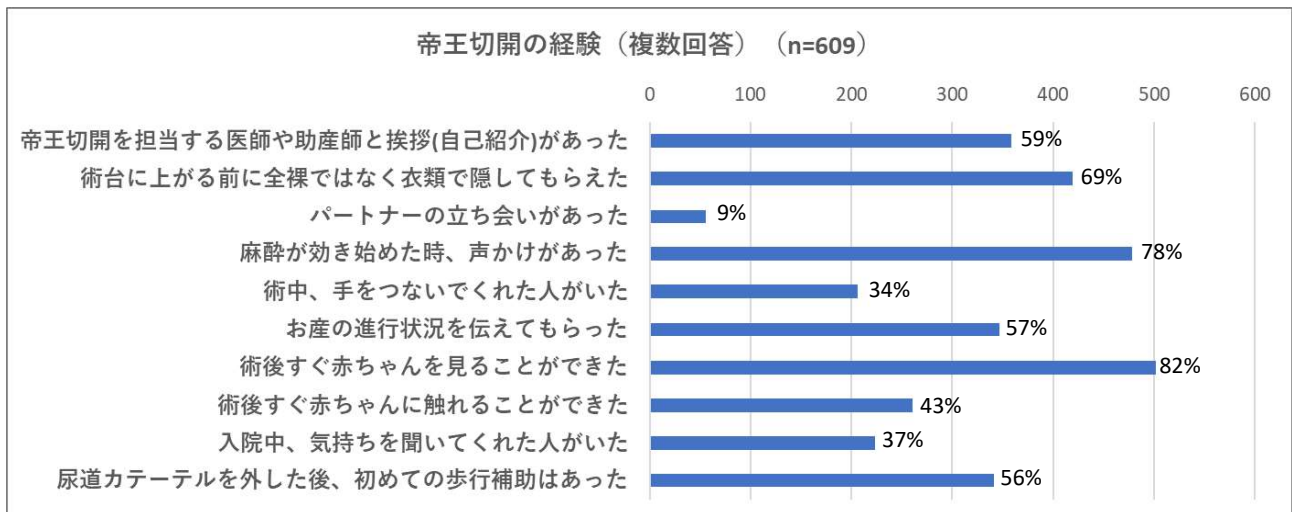


帝王切開率は 16%。そのうち予定帝王切開が 7%、緊急帝王切開が 9%

帝王切開を受けた人のみへの質問

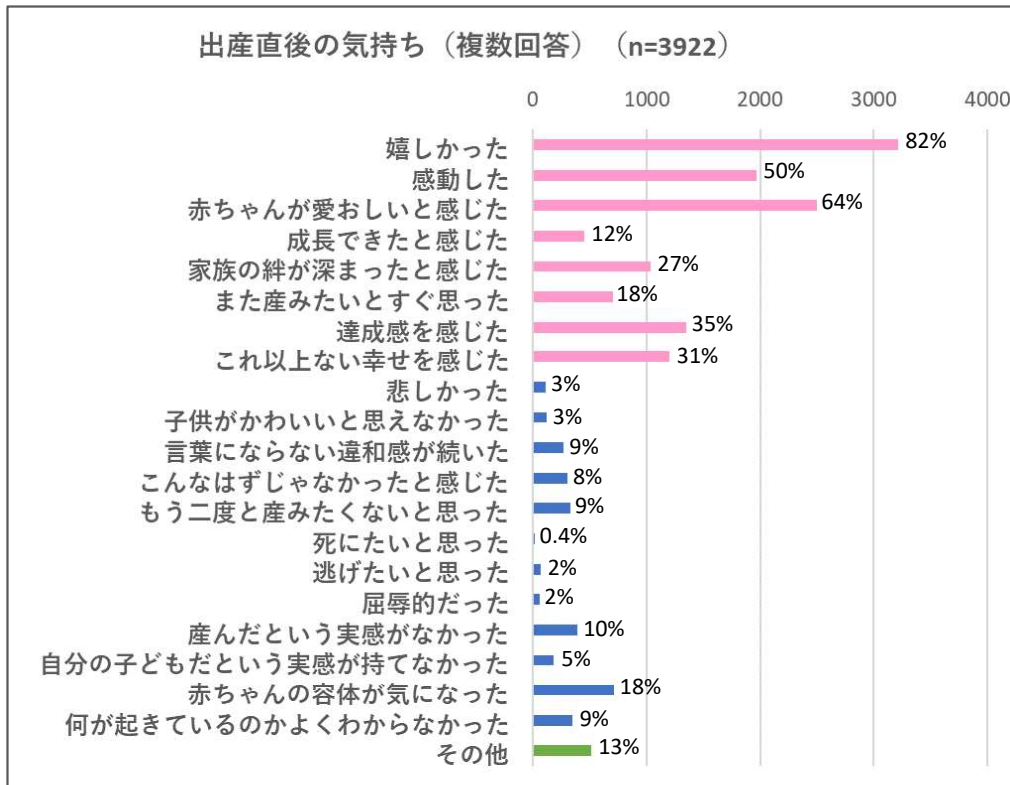


帝王切開について事前に説明を受けた55%、麻酔について説明を受けた70%



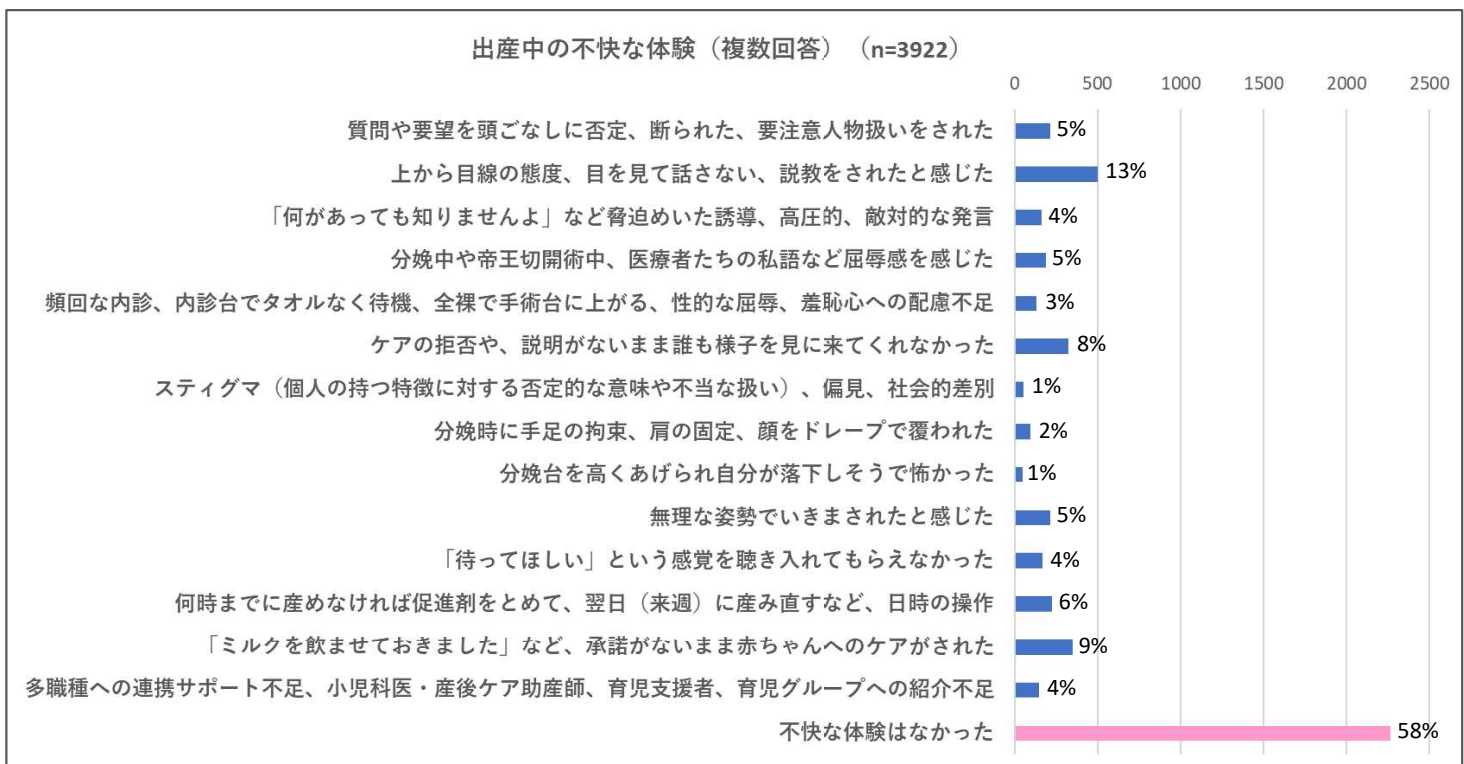
帝王切開の手術を担当する医師や助産師から挨拶があった59%、手術時に全裸ではなく衣類で隠してもらえた69%、パートナーの立ち合いは9%、術中に手を繋いでくれた人がいた34%

⑦出産体験・気持ち



嬉しかった 82%、赤ちゃんが愛おしいと感じた 64%

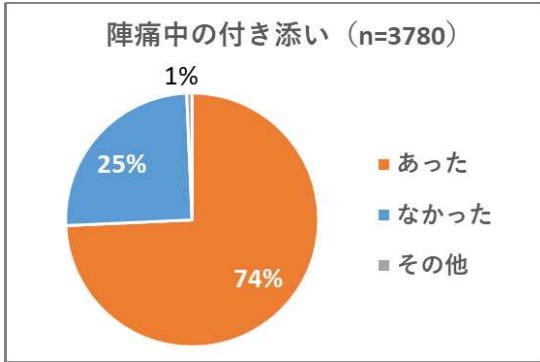
一方、こんなはずじゃなかった 7.9%、もう二度と産みたくない 8.6%、何が起きているのかよくわからなかった 8.8%など、出産体験が期待とは異なったものになった回答が一定数あった



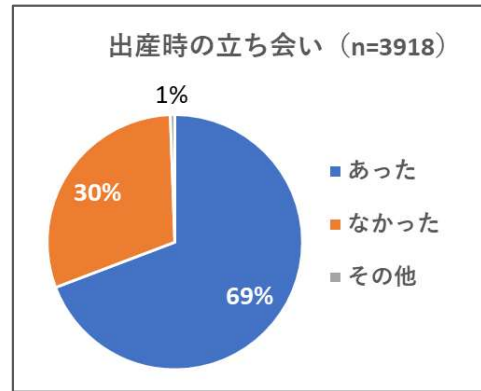
出産中の不快な体験はなかったという回答が 58%だった一方で、何らかの不快な経験があった割合は 42%

上から目線の態度と感じた・目を見て話さない・説教をされたような体験と感じた回答が 13%、ケアの拒否、説明がないまま誰も様子を見に来てくれないと感じた 8%、分娩時に手足の拘束・肩の固定・顔をドレープで覆われるなど 2%

⑧陣痛中の付き添いと出産立ち会い

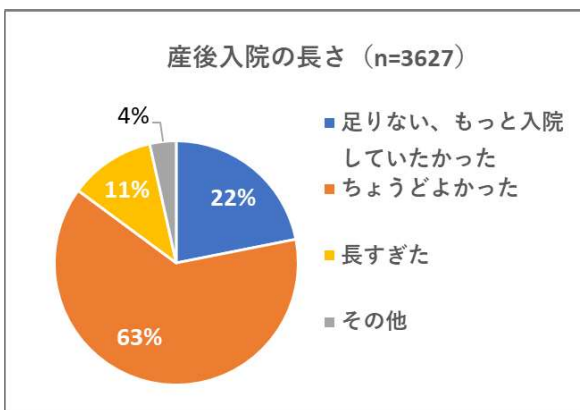


陣痛への付き添いあり 74% (Note: 予定帝王切開は除外して集計)



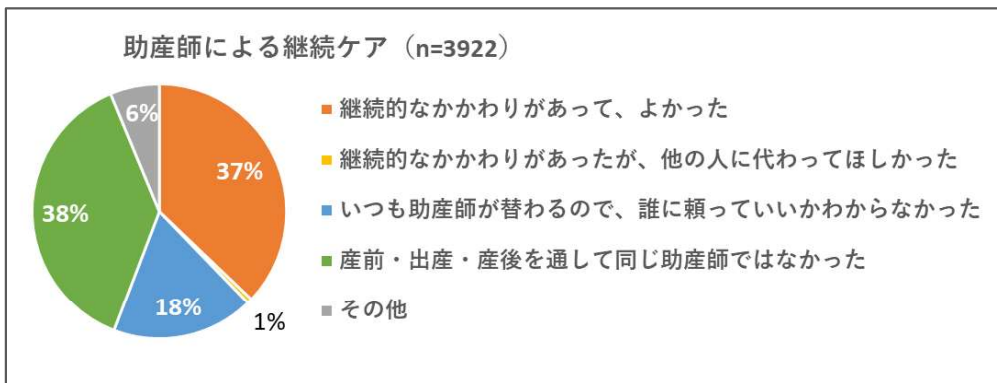
出産時の夫や家族の立ち会い 69%

⑨入院期間



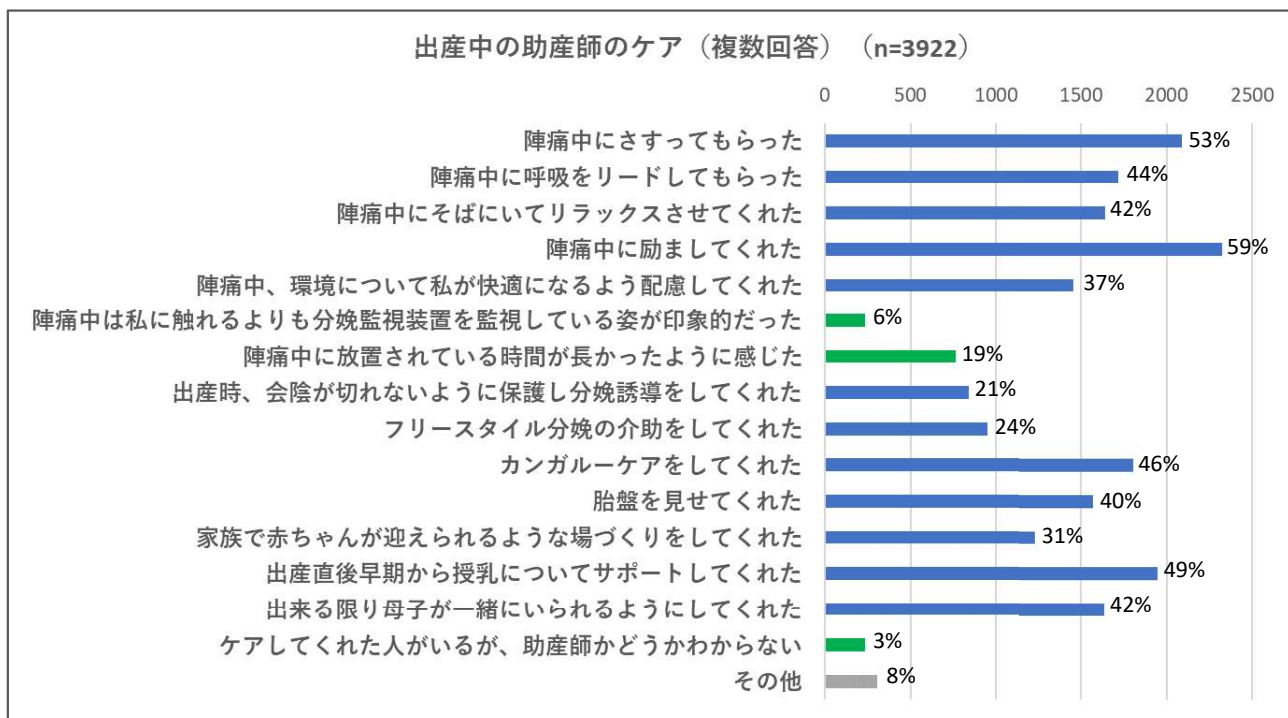
産後入院の期間は足りなかった 22%、ちょうどよかった 63% (日本は諸外国に比べ入院期間が長い)

⑩助産師による継続ケア



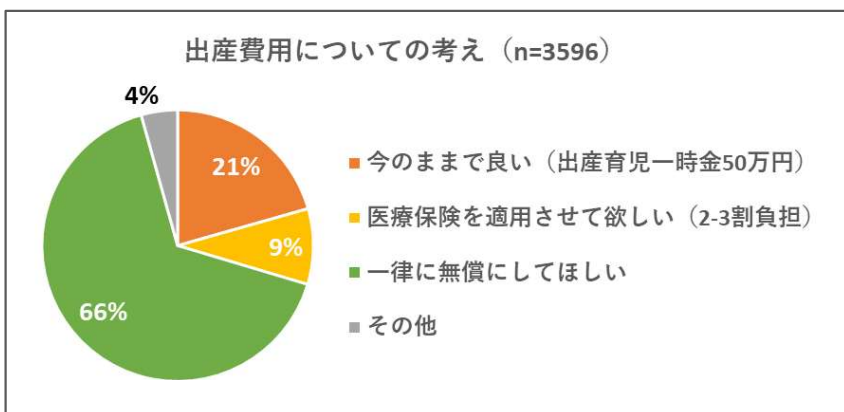
助産師による継続ケアがあり良かったという回答が 37%。一方、助産師が交替するため誰に頼っていいかわからなかったという回答が 18%、産前・出産・産後は同じ助産師にケアしてもらっていないという回答が 38%

### ⑪ 出産中の助産師のケア体験

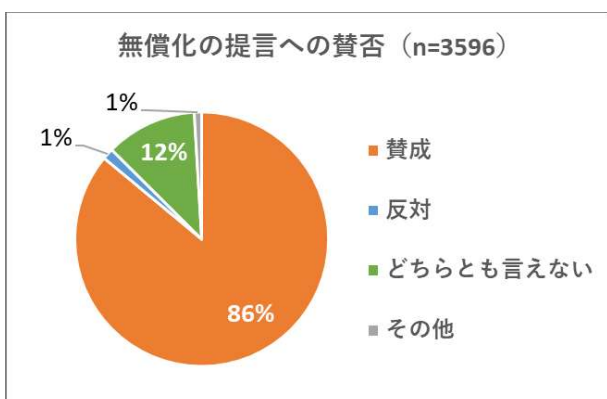


出産中の助産ケアで高いものは陣痛中に励ましてもらった、さすってもらったの他、産後のカンガルーケアや、授乳ケア、母子同室のサポートなどが多くされていた。一方で、陣痛中に放置された、分娩監視装置ばかり見ていたなど、ケアが不足していたという声もあった。受けた割合が半数を超えたのは陣痛中のマッサージと励ましのみ。  
 Note: 予定帝王切開の場合は陣痛がなかったため経験していないという回答も多かったが、手術中のケアに置き換えた回答も多くあったため、帝王切開出産も含めて集計

### ⑫ 出産費用の無償化についての考え



一律に無償にしてほしいという回答が66%  
 今のままで良いという回答が21%、医療保険の適用を希望する回答は9%、その他が4%（自由回答まとめを参照）  
 Note: 複数回の出産を回答した重複330件



賛成が86%、反対は1%、どちらともいえないが12%、その他が1%（自由回答まとめを参照）  
 Note: アンケート内の提言の内容は次頁参照。複数回の出産を回答した重複330件分を除外して集計



質問40. わたしたちの無償化の提案について

これまで「出産は病気ではない」という定義の元で、保険適用対象とはされていませんでした。ですが、今、2026年からの出産の保険適用化が検討されています。

出産とは、人それぞれに必要な時間が異なります。それぞれの女性に適した助産ケアは、繊細であり、臨機応変と女性を主体とした判断力が求められ、一律に点数化するのとは出産のQOL低下される可能性があります。

また、健康保険に加入できない・支払えないなど、制度の狭間にいる人々が、出産の保険適用によって、さらに制度から排除されることも危惧しています。

一方で、出産、すなわち子どもの誕生は国にとっては、社会を根底から支える財産であり、ゆえに義務教育は無償化されています。乳幼児健診や予防接種等、基本的人権にかかわる基盤的ヘルスケアも無償化されています。

出産の無償化は突拍子のないことではなく、イギリスはじめ、北欧では以前から実施されています。アジア諸国やオセアニアの一部でも、妊娠・出産ケアはすべての人に必要不可欠な公衆衛生として無償化されています。日本でも、母子健康センターや公設産婆など、無償の母子保健として存在していた時代はあります。

本来、母子保健は無償であるべきです。

出産の無償化は、国が子どもの誕生を守るといふ、国の子育て支援への姿勢が試されています。

以上のことから、

出産医療の無償化を提言します。

無償化＝妊婦健診や様々な検査、出産、入院が完全に無償化されること。

こちらの提言について賛同されますか。

資料4) 日本で出産した女性たちの声 アンケート 質問・選択肢一覧

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdcuFf->

22QVInvge8k09pqccTShTYBAIB8mKk4N0ixpb3lslw/viewform

期間：2024年8月13日～2024年8月31日 この時点での総数 3940名

見出し	質問 No	質問内容	回答
属性 出産年度など	質問 1	出産された年を西暦で教えてください。 複数回出産されている方は、今回回答される出産に関してのみご記入ください。 例) 2014年	※自由記述
	質問 2	その出産時の年齢は何歳でしたか。 例) 34歳	※自由記述
	質問 3	第何子の出産でしたか。	<input type="checkbox"/> 第一子 <input type="checkbox"/> 第二子 <input type="checkbox"/> 第三子 <input type="checkbox"/> 第四子 <input type="checkbox"/> 第五子 <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
出産直後の 気持ち	質問 4	出産直後に感じた気持ちを教えてください。 ※複数回答可	<input type="checkbox"/> 嬉しかった <input type="checkbox"/> 悲しかった <input type="checkbox"/> 感動した <input type="checkbox"/> 赤ちゃんが愛おしいと感じた <input type="checkbox"/> 子供がかわいいと思えなかった <input type="checkbox"/> 言葉にならない違和感が続いた <input type="checkbox"/> 成長できたと感じた <input type="checkbox"/> 家族の絆が深まったと感じた <input type="checkbox"/> こんなはずじゃなかったと感じた <input type="checkbox"/> また産みたいとすぐ思った <input type="checkbox"/> もう二度と産みたくないと思った <input type="checkbox"/> 死にたいと思った <input type="checkbox"/> 逃げたいと思った <input type="checkbox"/> 屈辱的だった <input type="checkbox"/> 達成感を感じた <input type="checkbox"/> これ以上ない幸せを感じた <input type="checkbox"/> 産んだという実感がなかった <input type="checkbox"/> 自分の子どもだという実感が持てなかった <input type="checkbox"/> 赤ちゃんの容体が気になった <input type="checkbox"/> 何が起きているのかよくわからなかった <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
出産場所について	質問 5	妊娠初期に、産む、産まない、産み方、どこで誰と産むか、相談できる医療者(助産師、看護師、医師)がいましたか。	<input type="checkbox"/> 医師 <input type="checkbox"/> 病院、クリニックの助産師 <input type="checkbox"/> 地域の開業助産師 <input type="checkbox"/> いなかった <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 6	出産場所について教えてください。	<input type="checkbox"/> 病院 (20床以上) <input type="checkbox"/> クリニック (19床以下) <input type="checkbox"/> 助産院 <input type="checkbox"/> 自宅

			<input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 7	出産場所として「助産院」があることを知っていましたか。	<input type="checkbox"/> 知っていた <input type="checkbox"/> 知らなかった <input type="checkbox"/> 知っていたが、近隣になかった
	質問 8	「自宅出産」があることを知っていましたか。	<input type="checkbox"/> 知っていた <input type="checkbox"/> 知らなかった <input type="checkbox"/> 知っていたが、近隣に請け負ってくれる助産師がいなかった
	質問 9	どこで出産したいと思っていましたか。 ※複数回答可	<input type="checkbox"/> 病院 (20 床以上) <input type="checkbox"/> クリニック (19 床以下) <input type="checkbox"/> 助産院 <input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 10	希望した場所で出産されましたか。	<input type="checkbox"/> はい <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 11	質問 10 でいいえと答えた方は理由を教えてください。	<input type="checkbox"/> 転院になった <input type="checkbox"/> 搬送になった <input type="checkbox"/> 閉院になった <input type="checkbox"/> サポートしてくれる人がおらずやむをえず実家の近くで探した <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 12	出産場所を選ぶ時に選択肢がなかったなど、困った経験がありましたら教えてください。 また、産科施設が遠すぎる、相次いで閉院されているなど、近隣の状況をわかる範囲で教えてください。	※自由記述
妊婦健診について	質問 13	妊婦健診の主な担当者は誰でしたか。	<input type="checkbox"/> 産婦人科医のみ <input type="checkbox"/> 産婦人科医と助産師 <input type="checkbox"/> 助産師主導で、必要時のみ産婦人科医 <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 14	健診ではどのようなことが得られましたか。 ※複数回答可	<input type="checkbox"/> 自分の状態を知ることができた <input type="checkbox"/> 赤ちゃんの状態を知ることができた <input type="checkbox"/> 気軽に質問できた <input type="checkbox"/> 自分の気持ちを聞いてもらった <input type="checkbox"/> 触れてケアをしてもらった <input type="checkbox"/> 妊娠中のマイナートラブルのセルフケアを教えてもらった <input type="checkbox"/> 信頼関係を徐々に築くことができた <input type="checkbox"/> 自分の過去、経験、恐れ、家族の事情などを理解してくれた <input type="checkbox"/> どれも得られていない <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 15	妊婦健診について今思うことがありましたら自由にご記入ください。	※自由記述
産前教育について	質問 16	妊娠中に、産前教室（母親学級、両親学級、マタニティクラス）に参加されましたか。	<input type="checkbox"/> 参加した <input type="checkbox"/> 参加していない <input type="checkbox"/> DVD 鑑賞やアプリ閲覧の案内があった <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 17	産前教室について伺います。どんなことを学びましたか。 ※複数回答可	<input type="checkbox"/> 妊娠中の経過、出産、産後の経過について <input type="checkbox"/> 母乳の力、母乳育児の大切さにつ

			<p>いて</p> <p><input type="checkbox"/> 出産に向けた体づくり（栄養・運動・睡眠）について</p> <p><input type="checkbox"/> 妊娠中のマイナートラブル（つわり・便秘・頻尿・足がつる・感情の不安定さ等）のセルフケアについて</p> <p><input type="checkbox"/> 出産あるいは親になる心構えについて</p> <p><input type="checkbox"/> 帝王切開について</p> <p><input type="checkbox"/> 妊娠中の急変について</p> <p><input type="checkbox"/> 赤ちゃんのお世話と暮らしについて</p> <p><input type="checkbox"/> 夫婦で子育てをしていくことについて</p> <p><input type="checkbox"/> きょうだい児のことについて</p> <p><input type="checkbox"/> 参考図書を紹介</p> <p><input type="checkbox"/> 妊婦同士での交流の機会が持てた</p> <p><input type="checkbox"/> ヨガ・体操・ウォーキング等の体験会があった</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ※自由記述</p>
	質問 18	産前教室に参加された方にお尋ねします。ご感想を教えてください。 ※複数回答可	<p><input type="checkbox"/> 妊娠～産後の経過を知ることができた</p> <p><input type="checkbox"/> 現実味が湧いた</p> <p><input type="checkbox"/> 出産が楽しみになった</p> <p><input type="checkbox"/> 出産が怖くなった（不安になった）</p> <p><input type="checkbox"/> 施設の医療体制を知り、安心した</p> <p><input type="checkbox"/> 積極的に出産の準備（身体・メンタル）をするようになった</p> <p><input type="checkbox"/> 産後の暮らしのビジョンがもてた</p> <p><input type="checkbox"/> 興味が持てなかった</p> <p><input type="checkbox"/> つまらなかった</p> <p><input type="checkbox"/> 欲しい情報がなかった</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ※自由記述</p>
受けた医療介入について	質問 19	あなたは誘発分娩をしましたか。（陣痛が起こってない状態から、薬を使用して陣痛を起こすこと）	<p><input type="checkbox"/> 計画分娩だったため、した</p> <p><input type="checkbox"/> 予定日を超過したため、した</p> <p><input type="checkbox"/> 医学的適応であり、した</p> <p><input type="checkbox"/> しなかった</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ※自由記述</p>
	質問 20	質問19について、今思うことがありましたら自由にご記入ください。	※自由記述
	質問 21	あなたは促進分娩をしましたか。（陣痛が来た後に、微弱になったから等の理由で薬を使って陣痛を強めること）	<p><input type="checkbox"/> した</p> <p><input type="checkbox"/> していない</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ※自由記述</p>
	質問 22	質問21について、今思うことがありましたら自由にご記入ください。	※自由記述
	質問 23	あなたは硬膜外麻酔分娩（無痛分娩）をしましたか。	<p><input type="checkbox"/> した</p> <p><input type="checkbox"/> していない</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ※自由記述</p>
	質問 24	質問23について、今思うことがありましたら自由にご記入ください。	※自由記述
帝王切開について	質問 25	あなたは帝王切開分娩をしましたか。（していない方は質問28へお進みください）	<p><input type="checkbox"/> 予定帝王切開をした</p> <p><input type="checkbox"/> 緊急帝王切開をした</p> <p><input type="checkbox"/> していない</p>

			<input type="checkbox"/> その他 ※自由記述 <input type="checkbox"/> 産前に帝王切開についての詳しい説明があった <input type="checkbox"/> 帝王切開用のバースプランを書いて受け入れてもらった <input type="checkbox"/> 傷についての説明があった <input type="checkbox"/> 麻酔の説明があった。 <input type="checkbox"/> 術後に帝王切開になった理由を説明してもらった <input type="checkbox"/> 子宮の切り方について説明があった <input type="checkbox"/> 次の出産についての説明があった。(次の出産時期や反復帝王切開になる等) <input type="checkbox"/> 起き上がり方、歩き方の説明があった <input type="checkbox"/> おなかの傷がある場合の抱っこ仕方を教えてもらった <input type="checkbox"/> 傷のケアについて説明があった
	質問 26	帝王切開にまつわることで、説明があったものにチェックしてください ※複数回答可	
	質問 27	帝王切開の経験であればまるものにチェックしてください。 ※複数回答可	<input type="checkbox"/> 帝王切開を担当する医師や助産師と挨拶(自己紹介)があった <input type="checkbox"/> 術台に上がる前に全裸ではなく衣類で隠してもらえた <input type="checkbox"/> パートナーの立ち会いがあった <input type="checkbox"/> 麻酔が効き始めた時、声かけがあった <input type="checkbox"/> 術中、手をつないでくれた人がいた <input type="checkbox"/> お産の進行状況を伝えてもらった <input type="checkbox"/> 術後すぐ赤ちゃんを見ることができた <input type="checkbox"/> 術後すぐ赤ちゃんに触れることができた <input type="checkbox"/> 入院中、気持ちを聞いてくれた人がいた <input type="checkbox"/> 尿道カテーテルを外した後、初めての歩行補助はあった
	質問 28	帝王切開について、今思うことがありましたら自由にご記入ください。	※自由記述
出産時に受けた医療処置について	質問 29	出産の際に受けた医療処置を教えてください。 *複数回答可	<input type="checkbox"/> 分娩監視装置の継続的な装着(陣痛の強さと胎児の心音を測定するためにベルトを腹部に巻く) <input type="checkbox"/> 内診(子宮口の開きを指で測ること) <input type="checkbox"/> 卵膜剥離(臨月に入り痛い内診をすること) <input type="checkbox"/> 子宮口を開くための処置(陣痛が始まる前)(ラミナリア、ラミセル、ダイラパンメトロ、バルーンなど) <input type="checkbox"/> 陣痛促進剤(陣痛が始まったあと)(陣痛を強くする) <input type="checkbox"/> 鉗子分娩、吸引分娩での出産 <input type="checkbox"/> クリステレル(赤ちゃんが出るときにお腹を押される) <input type="checkbox"/> 会陰切開 <input type="checkbox"/> 点滴(血管確保のため)

			<input type="checkbox"/> 浣腸 <input type="checkbox"/> 剃毛（会陰の毛を剃る） <input type="checkbox"/> 赤ちゃんがNICUに入院した <input type="checkbox"/> 上のどの処置やケアも受けていない <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 30	上記、医療処置を受けた時に、その必要性の説明はありましたか。	<input type="checkbox"/> あった、そして安心して身を任せられた <input type="checkbox"/> あった、専門家が言うならそうだと思う <input type="checkbox"/> あった、しかしそれがどういうことがわからなかったが委ねた <input type="checkbox"/> あった、しかし違和感や嫌悪感が残った <input type="checkbox"/> 説明がなかった <input type="checkbox"/> 上記の処置やケアを受けていない <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
嫌悪感、不快、違和感、屈辱と感じたことなど  こちらの質問は2011年頃から海外では見直されていて、日本では見過ごされてきた OV:Obstetric Violence 「産科医療暴力」に該当する項目の一部です。	質問 31	次のような不快な体験はありましたか。 ※複数回答可	<input type="checkbox"/> 質問や要望を伝えると、頭ごなしに否定をされた、断られた、要注意人物扱いをされた、などの体験 <input type="checkbox"/> 上から目線の態度と感じた、目を見て話さない、説教をされたと感じるような体験 <input type="checkbox"/> 「何があっても知りませんよ」など脅迫めいた誘導、高圧的、敵対的な発言があったなどの体験 <input type="checkbox"/> 分娩中や帝王切開の手術中に、医療者たちが母子に関係ない会話をするなど、屈辱感を感じた体験 <input type="checkbox"/> 医療者の訪室の度に内診があった（頻回な内診）、内診台でタオルをかけられず待機した、手術台に裸のまま上がったなど、性的な屈辱を感じた、羞恥心への配慮がないような体験 <input type="checkbox"/> ケアの拒否や、説明がないまま誰も様子を見に来てくれないと感じた体験 <input type="checkbox"/> スティグマ（個人の持つ特徴に対して否定的な意味づけをされ、不当な扱いことをうけること）、偏見、社会的差別を受けたと感じるような体験 <input type="checkbox"/> 分娩時に手足の拘束、肩の固定、顔をドレープで覆われるような体験 <input type="checkbox"/> 分娩台を高くあげられ自分が落下しそうで怖かった <input type="checkbox"/> 無理な姿勢でいきまされたと感じる体験 <input type="checkbox"/> 「まだ生まれる気がしない」「もう出てくる気がします」「待ってほしい」という感覚があったにもかかわらず、聴き入れてもらえなかった体験 <input type="checkbox"/> 「何時までに産めなければ促進剤

			<p>をとめて、翌日（来週）に産み直しましょう」などと、日時の操作があったような体験</p> <p><input type="checkbox"/>「赤ちゃんにはミルクを飲ませておきましたから」など、私に承諾がないまま赤ちゃんへのケアがされていた体験</p> <p><input type="checkbox"/>多職種への連携サポートがない。小児科医、産後ケア等の助産師や、育児支援者、育児グループ（双子、しょうがい、未熟児等）への紹介がないなど</p> <p><input type="checkbox"/>不快な体験はなかった</p> <p><input type="checkbox"/>その他 ※自由記述</p>
出産時に受けたケア	質問 3 2	陣痛中に（夫、家族、My 助産師、ドゥーラなど）付き添いがありましたか。	<input type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 3 3	出産時に（夫、家族、My 助産師、ドゥーラなど）立ち会いがありましたか。	<input type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> なかった <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 3 4	入院日数は何日間でしたか？	<input type="checkbox"/> 2 日 <input type="checkbox"/> 1・2 日で退院後数日、毎日助産師が訪問往診があった。 <input type="checkbox"/> 3 日 <input type="checkbox"/> 4 日 <input type="checkbox"/> 5 日 <input type="checkbox"/> 6 日 <input type="checkbox"/> 7 日以上 <input type="checkbox"/> 自宅出産なので入院 0 日 <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 3 5	入院日数はいかがでしたか？	<input type="checkbox"/> 足りないと感じた、もっと入院していたかった。 <input type="checkbox"/> ちょうどよかった。 <input type="checkbox"/> 長すぎた。 <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 3 6	産前・出産・産後をとおして、同じ助産師が担当だった、同じ助産師からケアを受けた（助産師による継続的なケアを受けた）経験はありましたか。	<input type="checkbox"/> 継続的な関わりがあって、よかった <input type="checkbox"/> 継続的な関わりがあったが、他の人にかわってほしかった <input type="checkbox"/> いつも助産師が変わるので、誰に頼っていいかわからなかった <input type="checkbox"/> 産前・出産・産後を通して同じ助産師ではなかった <input type="checkbox"/> その他 ※自由記述
	質問 3 7	あなたが受けた助産師のケアで当てはまるものを選んでください ※複数回答可	<input type="checkbox"/> 陣痛中にさすってもらった <input type="checkbox"/> 陣痛中に呼吸をリードしてもらった <input type="checkbox"/> 陣痛中にそばにいてリラックスさせてくれた <input type="checkbox"/> 陣痛中に励ましてくれた <input type="checkbox"/> 陣痛中、環境（光、室温、音、空調、香り、人等）について私が快適になるよう配慮してくれた <input type="checkbox"/> 陣痛中は私に触れるよりも分娩監視装置を監視している姿が印象的だった <input type="checkbox"/> 陣痛中に放置されている時間が

			<p>長かったように感じた</p> <p><input type="checkbox"/> 出産時、会陰が切れないように保護し分娩誘導をしてくれた</p> <p><input type="checkbox"/> フリースタイル分娩の介助をしてくれた</p> <p><input type="checkbox"/> カンガルーケアをしてくれた</p> <p><input type="checkbox"/> 胎盤を見せてくれた</p> <p><input type="checkbox"/> 家族で赤ちゃんが迎えられるような場づくりをしてくれた</p> <p><input type="checkbox"/> 出産直後早期から授乳についてサポートしてくれた</p> <p><input type="checkbox"/> 出来る限り母子が一緒にいられるようにしてくれた</p> <p><input type="checkbox"/> ケアしてくれた人がいるが、助産師かどうかわからない</p> <p><input type="checkbox"/> その他 ※自由記述</p>
	質問 38	あなたが受けた妊娠中のケア・出産時のケア・赤ちゃんへのケアを通して、よかったこと、嬉しかったこと、救われたこと、助けられたこと、学んだこと、心に得たことなど、自由にご記入ください。	※自由記述
<p>出産費用について</p> <p>質問 39～41 については、お産当時の意見ではなく、今のあなたの考えをお聞かせください。</p>	質問 39	出産費用についてお尋ねします。	<p><input type="checkbox"/> 今のままで良い（出産育児一時金 50 万円）</p> <p><input type="checkbox"/> 医療保険を適用させて欲しい（2-3 割負担）</p> <p><input type="checkbox"/> 一律に無償にして欲しい</p> <p><input type="checkbox"/> 既に回答済み（このアンケート回答が 2 回目以降）</p> <p><input type="checkbox"/> その他: ※自由記述</p>
	質問 40	<p>わたしたちの無償化の提案について</p> <p>これまで「出産は病気ではない」という定義の元で、保険適用対象とはされていませんでした。ですが、今、2026 年からの出産の保険適用化が検討されています。</p> <p>出産とは、人それぞれに必要な時間が異なります。それぞれの女性に適した助産ケアは、繊細であり、臨機応変と女性を主体とした判断力が求められ、一律に点数化するのは出産の QOL 低下される可能性があります。</p> <p>また、健康保険に加入できない・支払えないなど、制度の狭間にいる人々が、出産の保険適用によって、さらに制度から排除されることも危惧しています。</p> <p>一方で、出産、すなわち子どもの誕生は国にとっては、社会を根底から支える財産であり、ゆえに義務教育は無償化されています。乳幼児健診や予防接種等、基本的人権にかかわる基盤的ヘルスケアも無償化されています。</p> <p>出産の無償化は突拍子のないことではなく、イギリスはじめ、北欧では以前から実施されています。アジア諸国やオセアニアの一部でも、妊娠・出産ケアはすべての人に必要不可欠な公衆衛生として無償化されています。日本でも、母子健康センターや公設産婆など、無償の母子保健として存在していた時代はあります。</p> <p>本来、母子保健は無償であるべきです。</p>	<p><input type="checkbox"/> 賛成</p> <p><input type="checkbox"/> 反対</p> <p><input type="checkbox"/> どちらとも言えない</p> <p><input type="checkbox"/> その他: ※自由記述</p>



		<p>出産の無償化は、国が子どもの誕生を守るという、国の子育て支援への姿勢が試されています。以上のことから、出産医療の無償化を提言します。無償化＝妊婦健診や様々な検査、出産、入院が完全に無償化されること。</p> <p>こちらの提言について賛同されますか。</p>	
	質問 4 1	質問 4 0 についてご意見等がありましたらお聞かせください。	※自由記述
その他お願い事	質問 4 2	この出産をされた地域（都道府県）を教えてください。	※自由記述
	質問 4 3	ご体験について、詳しくお尋ねすることがあるかもしれません。よろしければメールアドレスをご記入ください。	※自由記述
	質問 4 4	お名前をご記入ください（仮名でも可）サイトへの掲載はしません。	※自由記述
	質問 4 5	自由記載に記入されたお気持ちを、無記名でホームページその他 SNS へ掲載することは可能でしょうか。	<input type="checkbox"/> 掲載可能 <input type="checkbox"/> 掲載しないで欲しい

## 妊娠・出産・産後における女性への支援策に関わる提言書

お産を女性の手に取り戻すネットワーク  
代表 齋藤麻紀子、佐治愛、山本ちかこ  
osanjoseinote@gmail.com

### 第一 はじめに

わたしたちは、出産経験をした女性たちによる全国42グループのネットワークです。出産環境をよりよくするために、各地でミーティングを行い、この度の出産の保険適用に関する「妊娠・出産・産後における妊産婦等の支援策等に関する検討会（以下・検討会）」を注視しています。

現在、検討会では「こども未来戦略会議」において打ち出された「加速化プラン」として、2026年度を目途に正常分娩費用の保険適用の導入を含めた検討が進められています。

5月30日に公開された「出産ナビ」には、全国の医療施設のリスト及び出産費用の見える化が示され、産科医療ユーザーにとっては有意義な情報が公開されました。一方で、これまでの検討会での議論は、出産費用に関することが中心となり、産科医療の質についてほとんど言及されていないこと、出産当事者の声が反映されていないことに、私たちは憂えています。

日本産科婦人科学会が示すように、産科医療施設が急速に集約化されることになれば、周産期センターなどに出産が集中し、出産がより医療化され、ケアの質が担保されなくなることが懸念され、また日本産婦人科医会からの指摘にあったように、保険適用化によって診療所の閉院が余儀なくされ、近隣地域に出産する施設がなくなる市町村がさらに増加し、女性たちはますます産みにくくなるのと懸念されます。嘱託医制度が改善されないために、助産院が開設できず、分娩可能施設の空白地帯がすでに数多く存在しています。

これまで多くの少子化対策が実施されてきましたが、産む当事者である女性たちの生の声は届いているでしょうか。検討会には当事者代表が参加されていますが、みな東京で活躍されている方々であり、残念ながら、産科病院が限られ出産施設の選択すらできない地方にいる一般女性の声が反映されているとは思えません。一般の女性たちは無痛分娩を求めている人ばかりではないことを知ってください。

産み育てやすい環境が整わなければ、女性たちは「子どもを産まない選択」をせざるをえません。実際、女性たちはすでに子どもを安心して産めなくなっています。予想以上に急速に進行している少子化の現状は、それを端的に表しています。

わたしたちは「あのお産、私と赤ちゃんのためだった？ リプロダクティブ・ジャスティスを求めて」というプロジェクト活動をしています。

リプロダクティブ・ジャスティスとは、“性と生殖についての公平性”です。公平性には“誰ひとりとり残さない”という包摂概念が含まれます。誰もが平等で、差別なく、公正なケアを受ける権利があります。女性の身体は国や医療の管理下にある以前に、当然のことながら女性自身が主体であるべきです。出産する場所を決めるときは、わたしたち自身が主体となって決定し、医療行為を受ける際には事前にその内容を知り、納得しておく権利があります。

わたしたちは、出産医療に関わる十分な情報提供、選択肢、考える時間、自らの決定を遠慮や気負いなく伝えられる医療者や家族との対話を望んでいます。

わたしたちは、出産の体験やケアに関する当事者へ向けた緊急アンケート調査を行いました。8月31日時点で、全国各地から3900件を超える回答が寄せられました。アンケート内容と結果はこちらをご参照下さい。

<https://sanka-teigen2024.hp.peraichi.com/>



本アンケート調査に基づき、以下について提言を致します。

## 第二 提言

### 1 正常出産費用の保険適用化は「誰ひとりとり残さない支援」を

#### 提言① 妊娠・出産に関わる医療費を実質無償化とする

妊娠・出産医療の自己負担の軽減は妊産婦にとって大きな支援となります。正常出産を保険適用化する場合には、自己負担額分を自治体でカバーするなど、実質、無償化となることを望みます。

#### 提言② 正常出産の定義と保険適用範囲の明確化

これまで出産は「病気ではない」という定義から、自由診療とされてきました。正常出産が保険適用になる場合、「正常出産」の定義はどのようなのでしょうか。保険適用化されることで、医学教育の中で「出産は病理である」という基本的認識が広まることを強く懸念しています。

本アンケート調査では出産場所が助産院16%、自宅は7%となっており（人口動態集計の統計では両方合わせて1%以下）、助産師ケアの高い評価が現れています。現在、正常出産のみを扱っている開業助産師は診療報酬請求を行っていません。保険適用になった場合、開業助産師はどのように診療報酬申請を行うのでしょうか。またアンケートでは「自然分娩」の範囲内で計画出産、誘発分娩、陣痛促進剤、会陰切開などの医療処置が一定の割合で行われていることが示されています。正常出産が保険適用になった場合、これらの処置は診療報酬加算とされる

のでしょうか。保険点数が加算されることで、医療介入がより増加する懸念はないか、正常出産の定義を明確に示してください。

### 提言③ 保険適用と出産育児一時金の両立および誰ひとり残さないための制度作り

現在、出産育児一時金でカバーされている自宅出産に、選択的な出産育児一時金制度を残すことを望みます。また保険に加入していない女性や外国人、家族の保険を利用できない女性などが、妊娠・出産・産後のすべての時期で格差なく無料で産科ケアが受けられる配慮を望みます。

## 2 すべての妊産婦と赤ちゃん、家族が主体となり尊重される質の高い医療と助産ケア

### 提言④ WHO 基準<sup>1</sup>に沿った産科ケア

すべての女性は尊重され、女性や家族が主体となったケアと質の高い医療サービスを受ける権利があります。WHOは質の高いケアの重要な要素として、妊産婦が尊重されるケアに焦点を当てることを推奨しています<sup>1</sup>。そこには妊産婦の意思決定の尊重、医療機関へのアクセスの配慮、個人情報とプライバシーの保護、選択する上で必要な情報の提供など、専門性の高い臨床ケアを保証する社会的支援が含まれます。わたしたちは世界に誇る日本の産科・新生児科医療等の適切な治療の提供を望んでいます。一方で頻繁に用いられる医療処置が、WHOの推奨に当てはまらない科学的根拠が不十分な実践である可能性について懸念しています。また産後、母親と赤ちゃんは一緒に過ごす権利があります。施設的环境整備や保健システムを含めた、正常出産における医療ケアの再検討をお願いいたします。

### 提言⑤ 助産師による継続的なケア

助産師による継続的なケアが女性の心身の安定に効果的であるというエビデンスは、ニュージーランドをはじめ世界的に知られた事実です。女性たちは特定の助産師に継続的な支援を受けたいと願っています。女性と家族に、産婦本人が選んだ医療者および付き添い者に継続的な支援を受けられることを伝えてください。

---

<sup>1</sup> <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-RHR-14.23>



アンケートでは、開業助産師によるケアに満足しているという声が多くありました。今後、病院の集約化が進む可能性があるのであれば、地域格差を軽減するために出産施設のない地域にはサテライト助産院や産前入院施設などを自治体主導で設置してください。また女性の出産場所の選択肢を広げるために、開業助産師の嘱託医を制度化し、安心できるバックアップ体制の確立を望みます。また、すべての助産師が継続ケアを行うことができ、災害時も含め正常出産の介助ができる技術を持つことができるように、助産教育の見直しを求めます。

産後は、地域の保健師・NPO子育て支援者など、さまざまな職種と連携をとりながら支援してください。多様な職種間のコミュニケーションと連携は、地域で女性たちへの支援を強化することにつながります。

#### 提言⑥ 帝王切開と麻酔分娩のガイドラインの整備

本アンケート調査では16%の人が帝王切開で出産しています。しかし産前教室では自然分娩が前提となっており、どのような場合に帝王切開になるのか事前に情報が得られる機会が少ないことがわかります。また手術中は産婦や家族に配慮する対応を実践し、術後には帝王切開になった理由、手術方法、傷のケア方法などについての情報提供、母子健康手帳への所要時間の記載などをガイドラインで示してください。また硬膜外麻酔による無痛分娩は、全国の施設で一律に産科麻酔医が常勤することが難しい医療状況であることから、麻酔を使用する分娩のガイドラインを整備し、妊婦とその家族に周知してください。

### 3 すべての妊娠・出産において女性と赤ちゃんが受けるケアについて

#### 十分な情報提供を

#### 提言⑦ 女性と赤ちゃんが受けるケアについて十分な情報を得て主体的に選択する

#### ための出産準備教育の強化

女性と家族が出産場所や出産方法を主体的に選択するためには、十分な情報提供と、主体者がそれについて考え、選択する道に寄り添うケアが必要です。アンケートでは63%が産前教室に参加していますが、コロナ禍で産前教室などの開催が減少したこともあり、説明不足や情報の不十分さが指摘されています。安産に向けた身体の作り方、出産や子育てについての心構え、赤ちゃんのための母乳哺育などは、単なる情報ではなく、出産育児に向かう準備教育としての認識が求められます。また麻酔を使わずに痛みを和らげる方法を提示し、麻酔薬による無痛分娩が利用可能な施設では、麻酔の種類や使用のタイミング、そのメリットとリスクを並列する説明を求めます。

## 提言⑧ 信頼関係を築くためのコミュニケーションの構築

妊娠・出産・産後の時期には、女性は産科医療や地域で出会う医師や助産師とのコミュニケーションが必要です。健診で妊婦を見ずに電子カルテを見ながら対応する医師とコミュニケーションが取りづらいと感じる女性もいます。女性と医療者との信頼関係は出産や育児に大きな影響を及ぼします。女性が尊重される医療者とのコミュニケーションや、地域での女性同士の仲間づくりを応援する仕組みを構築してください。

### ◆「お産を女性の手に取りもどすネットワーク」

osanjoseinote@gmail.com

### ◆本文制作チーム 2024年9月27日 (50音順)

上村聡美、大竹かおり、菊地 栄、齋藤麻紀子、佐治 愛、白井千晶、細田恭子、山本ちかこ

### ◆賛同団体一覧 2024年9月27日時点 ※順不同

お産 toWA (岐阜県) / 幸せなお産シェアリングの会 (兵庫県) / 子育てわかちあい「森のまなびや」(神奈川県) / 性教育団体「いのちの授業」ここいく (岐阜県) / いわて Umi のいえ (岩手県) / 産前産後おやこのひろば WithMom (神奈川県) / 帝王切開といのちのお話「くもといっしょに」(埼玉県) / 性教育ボランティアル (福岡県) / NPO 法人 Umi のいえ (神奈川県) / 三種町のお産と子育てを守る会 (秋田県) / リプロ・リサーチ実行委員会 (イギリス・スペイン・日本) / Birth For the Future@ぎふ (岐阜県) / 任意団体うみのわ (愛知県) / Birth For the Future@ちた半島 (愛知県) / おうち deOSAN (大阪府) / 自宅出産カンファレンス (兵庫県) / 尊い出産を守るチーム根源 (神奈川県) / 自宅出産ママの会キラリーナ (広島県) / 自宅出産を応援する会 (広島県) / 関西お産を語る会 (大阪府) / 一般社団法人 ドゥーラシップジャパン (東京都) / 栃木命と人権を守る市民の会 (栃木県) / 一般社団法人ドゥーラストーションめぐる (愛知県) / きょうとお産といのちの会 (京都府) / お産からあたたかい社会までお母ちゃんの声、届けたいなキャラバン隊 (京都府) / お産ラボ (静岡県) / 市民団体お産を語る会とりで (茨城県) / 女性の健康を守る会・ヨガまるオンライン (京都府) / 産前産後サポート 凧の家 (岐阜県) / お産とおっぱいのサークルかんがるーぐみ (静岡県) / 神奈川の助産院に産声を (神奈川県) / 川崎市のお産環境を考えるクローバーの会 (神奈川県) / 100 人のお産プロジェクト (神奈川県) / NPO 法人バディプロジェクト (静岡県) / 育児サークルあにたん (高知県) / 八王子化学物質過敏症と香害を考える会 (東京都) / NPO 法人べんざいてんのお家 (徳島県) / Birth For the Future@しが (滋賀県) / お産の写真展「生きる」実行委員会 (静岡県) / お産大好き広島の会 (広島県) / NPO 法人母力向上委員会 (静岡県) / 助産院に産声を！応援会@旭川 (北海道) ほか