

【インタビュー全文】

第4回 ドゥーラと文化：世界を旅するドゥーラ、木村章鼓さん

Q1. ドゥーラになったきっかけ、養成トレーニング、これまでのドゥーラ関連のご活動の概要

A-日本人ドゥーラ紹介の記念すべき一人目なのに、私がお話させて頂いてもよいものか、少し躊躇する気持ちもあったのですが、機会を与えて下さり、嬉しく、また光栄に感じています。

詳しくはノマドゥーラのサイト (<http://nomadoula.wordpress.com/>) にも書いているのですが、偶然の廻りあわせというか、流れに身をまかせていたらいつのまにかドゥーラになっていた、としか今となっては言いようがないのです。ただ、妊娠および出産体験が契機となったことだけは確かです。少しだけその時のことに触れてもいいですか。

仕事や結婚した相手の転勤に伴い国内外を転々としているうちに30歳を迎えた自分にとって、それは生まれて初めての妊娠でした。私は、こんなことを自分で言うのもなんなのですが、なにか興味のあることを調べる時には徹底的に調べ尽くしたいと思うタイプではあるのですが、一方で、自分の直感を大切にしたいともどこかで強く思っていて、「哺乳類だったんだー！」とからだの記憶を取り戻すような可能性に満ちた妊娠出産も、本能的に感じとるものを優先させてあげたら楽な経験になるのではないかなあと漠然と感じていました。

思い返すと小学校時代に、宿題もそっちのけで目一杯自然の中で遊んだ経験があるからかもしれません。自然といっても、人の手による影響を大きく受けた都会の自然でしたが。大都会にあっても、ゴミを埋め立てられてできた夢の島やウォーターフロントの公園で、木によじ登ったり、バッタやカエルを追い掛け回して、毎日真っ暗になるまで駆けずり回って放課後を過ごしました。

たしか9歳のある夏の日、運河を遡ってくるサンマの群と遭遇したことがあります。その日のことは鮮明に覚えています。滅多に見ることのない珍しい現象に誰しも興奮していました。「なんだかすごいことが目の前の運河で起こっているから見てみよう」とやじ馬気分で橋のたもとまで私も見に行きました。

<http://www.blog.crn.or.jp/>



あとで聞いたら、海水と淡水の混じり合う運河に海洋性のサンマが産卵場所を求めて遡上する現象は毎年起きることではなく、サンマが卵を産みつける流れ藻の発生状況とも関わりがあるということでした。圧巻でした。橋の下一帯がサンマの大群で埋め尽くされていたのです。夏の太陽にキラリとお腹の辺りを光らせながらコンクリートで囲われた水路にたくましく群れるサンマたちの姿に、どこかミスマッチのような、あるいは得体のしれない違和感のようなものを感じつつも、純粹に感動しました。

どんなに人工的なセッティングでも、何らかのきっかけで、本能というか、ありのままの自然の在り様が現れる、そんな、言葉では説明できないある種の納得感のようなものを、小学生の私が身体中で受け止めながら見守っていたようなのです。自然の中で無心に遊んでいると、言葉にはならないハッと息を飲むような小さな感動たちと遭遇しますよね。そんな時間の積み重ねが、なんとなく今の自分とどこかでつながっているような気がしてなりません。

脱線しますが、イギリスのご自宅で水中分娩された方のご主人様が、やはり私と同じようなことをおっしゃっていたのを今思い出しました。彼はかつて環境課だったか、土木だったか、とにかく河川の使用などを扱う課にいらしたことのある公務員だったのですが、‘本能’という言葉を使われながら、水の中の生物のことや、周囲の環境とのかかわりについて熱く語っていらしたのが印象的です。男性にも、打てば響く太鼓のような方がいらっしゃるのだなあと感動しました。そんな‘水’への想いを抱かれていたご主人様でしたが、実際のお産では、奥様のお産があまりにスムーズだったために、彼女と一緒にバスタブに入って頂く間がなかったことだけがドゥーラとしては心残りという、ほんとうに心温まる素敵なお産でした。

私自身の産み方選びに戻りますが、どこで誰と産むかということに関して、できるだけ自分の直感のまま、ひらめきに導かれて体を泳がせたい、そんな姿勢が一貫してあったように思います。

いろいろ調べて、たくさんの人に出会った結果、このまま健康な妊娠を継続できるなら自宅での水中出産ができたらいいなあと思ったので、「まずは開業助産師さんとなつながら」と！と探しはじめてみると、開業助産師さんは思った以上に私たち産む女性にとって身近な存在ではないということが分かりました。

東京でさえ、自宅から妊婦が無理なく通える範囲内に助産院および助産所は3カ所しかあ
<http://www.blog.crn.or.jp/>



りませんでした。いえ、3カ所もあったというべきなのでしょう。そのすべての見学を経て最終的に、「この人とお産がイメージできる。人として信じられる。最善を尽くしたお産で何か結果的に悲しいことがあっても、決して彼女を訴えたりしないだろう」と思える助産師さんに介助してもらえたのは本当に幸運としか言いようがありません。

実際のお産は想像以上の体験で、当時連載させて頂いていた毎日新聞のネット版、旧：毎日新聞インタラクティブ上のコラムにも書いた通りなのですが、オキシトシンやプロラクチンといったホルモンの放出される授乳期と重なったこともあって、産後は何年間もほわほわとした恍惚感が続くほどに、大げさかもしれませんが、それまでの人生で味わったことのない変革が起こり、それは私にとって決定的な転機となりました。

その子もうすぐ11歳になります。彼女が生まれた当時、日本で‘ドゥーラ’の看板を掲げて活動されている方はいませんでした。幸いにも日本には、経験豊かで奥行きのある活動を地域で展開されている助産師さんがいらっしゃるの、本来的にはドゥーラの要らない土壤があるのです。私自身も心からそのように思っていたので、正確にはいつか思い出せないのですが、ドキュメンタリー映像や本などによってドゥーラが存在が視界の隅に入ってきた時にも、不思議な言葉の響きから、「どんなことをするんだろう？」程度の好奇心を抱いただけで素通りした職業でした。

娘が2歳になったと同時にイギリスのスコットランドへ夫が転勤になりました。それまでは、日本でベビーマッサージやバース・エドューケーターの資格をとり、育児の傍ら細々と活動をしていました。その頃はまた、松岡悦子さんの著書『出産の文化人類学—儀礼と産婆』との出会いがありました。その後に推薦状を書いていただいたりもしてお世話になった東京大学の山下晋司先生に紹介して頂いた鈴木七美さんの『出産の歴史人類学—産婆世界の解体から自然出産運動へ』に感銘を受けた時期でもあります。

さらに波平恵美子さんの『医療人類学入門』をはじめとする著書に触れたことで、医療人類学者のロビー・デービス・フロイド(Robbie Davis-Floyd)氏と文化人類学者のブリジット・ジョーダン(Brigitte Jordan)氏等の書いた文章を邦訳した『助産の文化人類学』などにも夢中になり、一母親として、お産と人類学に関するものは何でも手に取りたいというほどその分野に惹かれてしまいました。特に、言葉や文化、価値観を超えてお産がそれぞれの社会でどのように捉えられているかを実際に聞き取る横断研究といった手法は、さまざまな文化圏に住み移りながら自分が、自然と日々の生活のなかでしてきたこととある意味重なっているようなところもあって、たぶんより一層身近に感じられたのだと思います。夫の転勤先スコットランドにあるエジンバラ大学の大学院には医療人類学のマスターコー

<http://www.blog.crn.or.jp/>



スがあるのですね。問い合わせてみると、「主任教授は医師です。彼の意向により、あえて‘医療’という言葉を使わない名を拝そうということで癒しと病の人類学 (Anthropology of Healing and Illness) とも呼ばれていますが、通常、医療人類学 (Medical Anthropology) と呼ばれる学問分野です」とのこと。なるほど…先生は医師。だからこそ「医療」という言葉を使いたくない…そこに私にとって何か響くものがありました。

そこでエジンバラに到着して少し落ち着くと、娘をナーサリー (保育園) に午前中預け、ダメもとで IELTS (アイエルツのアカデミック・モジュール) 向けの特訓を受けてみました。初夏。入学願書締め切りを目前にした私にとっては一発勝負でしたが、2歳になったばかりの娘の順応性のよさのおかげで安心して試験に臨めたからか、結果は大学院レベルぎりぎりのバンドスコアでした。有難いことにお世話になった先生方を頼って入学に必要な推薦状を書いて頂くこともでき、バタバタとした嵐のような転勤の流れのなかで医療人類学の修士課程に秋から通うことが数か月のうちに決定したのです。

新しい生活がスタートすると同時に、理詰めでは自分の深めたい学びは得られないと思い、エジンバラ市内の Pregnancy and Parents Centre (当時は Birth Resource Centre) を通して地域の助産師さん、ドゥーラやお母さんともつながりはじめました。そのセンターを教室にして、大学院のスタートと同時に2年間の SBTA (スコティッシュ・バース・ティーチャーズ・アソシエーション) によるバースティーチャーになるための資格取得コースがスタートするというので、瞬時に「これだ!」と思いました。でも不定期の週末コースとはいえ2年間なんですよ。大学院とのかけ持ちになるのでちょっと不安ではあったのですが、同じ方向を向いている学びであるし、理論と実践という相乗効果が生まれてきっと良いだろうと判断し、通うことにしました。結果、まさにその通りになりました。

夫には本当に感謝です。週末は彼に預け、平日は子連れで大学の図書館に行ったり、ホームバースカンファレンスに参加したりして、睡眠時間を切り詰めて勉強&実践をさせて頂けたのは、ひとえに家族のおかげです。特に、「おかしちゃん。だいじょーぶだよー」と英語が分からずにしょっちゅう落ち込む私の頭をなでなでしてくれた娘には感謝してもきれません。

SBTA の授業はとても面白かったです。2年間のコースディレクターであるナディーン・エドワーズ (Nadine Edwards) 博士は社会学を学ばれた方ですが、一方でヨーガやバースティーチャーはもとより、ドゥーラとしての経験も長い方でした。AIMS (産科医療の消費者センターのような組織) の立ち上げメンバーとして長らく活動し、とても深い思想と広いネットワークをお持ちです。ホームバースに関する示唆に富んだ書籍『Birthing Autonomy』

<http://www.blog.crn.or.jp/>

も出されています。

そのナディーン・エドワーズ博士を中心として、助産師のリー・シーキングノーマン (Lee Seekings-Norman) 先生等のコーディネートで、毎回バラエティー豊かな講師が SBTA にやってきました。ミシェル・オダン (Michel Odent) 氏のいらした年もあったそうですが、私たちの学んだ2年間の間には AIMS の創始者、ヨーギのマスター、栄養士、音楽療法などにも取り入れられることで定評のあるアレクサンダー・テクニクの教師、ドゥーラ、アートセラピストや芸術療法と呼ばれる方々、ヒプノセラピスト、ホメオパス、医師など、本当に多種多様な方々に教えて頂きました。

なかでも一番多かったのは、助産師さんや、地元ネピア看護大学の Nessa McHugh 先生をはじめとする助産学などを教える大学関係の方々でした。特に、逆子を取り扱う助産師さんとして名高い Jane Evans 先生と Mary Cronk 先生、そしてシェフィールド大学で教える Mavis Kirkham 先生、さらに遠くからはアイルランドのトリニティー大学で教える Jo Murphy-Lawless 先生もはるばる SBTA のためにエジンバラまで来て下さっていました。そのようなご縁で、Jo Murphy-Lawless 先生の立ち上げた the Birth Project Group の勉強会に参加させて頂くこともありました。UK 全土から自然出産のキーパーソンを呼び込むナディーン・エドワーズ先生の人的資源にはいつも本当に驚かされました。

様々な立場の方が入れ代わり立ち代わり講義をしてくれる、それは、大学院の勉強と並行して豊かな影響を与えてくれました。数字には表されない、目には見えない視点からお産を眺める「お産とリチュアル (儀式)」や、「お産とアート」、「お産と祈り」、「お産とリズム (踊りなどの動きや音楽)」といったテーマも毎回さりげなく織り込まれてもいました。次第に私は、女性のからだ、女性の身体性と精神性とを、歴史的背景、文化的、社会的、政治的といった非常に大きな枠組みのなかで捉えるようになっていったのです。女の人と、そのからだについて、もっといろいろな見方がなされ、みんなで語っていかなくてはいけないのではないかと、そんな思いを深めていくための私にとっては欠かせない過程だったと思います。

大学院の講義内容にも圧倒されました。昔から、新聞やテレビのニュースなどを通して、遠い国で不条理な境遇に追いやられている人の痛みを感じて悲しみや憤りを感じることはありましたが、問題に対して具体的に取り組んでいく国際保健という分野は私には未知のことばかりでした。

国際協力活動の一環として作られる教育プログラムについてクラスメートたちとグループ

<http://www.blog.crn.or.jp/>



ワークをしたり、ネパールなどの農村部にバースキット（出産に必要なものが揃ったツールバック）と教育プログラムを届けることについて調べたりしました。また別のクラスでは戦争や内戦で負ったトラウマ的な‘記憶’から歴史を再構築しようとする Woman and War の授業をとったりと、お産とは直接関係のないテーマについて調べることも多かったです。

でも教授の中にはローズマリー・マンダー (Rosemary Mander) 先生など助産師さんもいらして、資料室には読みたいと思う論文がいっぱい詰まっていた。社会学のクラスには、不妊治療、試験管ベビーなどにみる性と生殖に関する生命倫理を考察する授業もあつたりと、SBTA と同様にこちらにも本当に多様でした。そのクラスにはドイツで長年助産業をしていたという 50 代の留学生もいました。彼女の堂々とした態度と、完璧ではなくてもドイツ語訛りで的を射た質問をする姿に、終始落ちこぼれ生徒だった私は、心強さというか、助産師さんのもつ温かさと厚みある存在感を感じ、密かに尊敬していました。

その彼女に修士論文のテーマについて相談すると Adrienne Rich 氏の『Of Woman Born』という本を紹介してくれました。引用文献としては使わなかったのですが、女性性をめぐる考え方を私に再確認させてくれた詩が詰まっていて、母に昔読んでもらったポールギャリコの『雪のひとひら』 (Snowflake) とともに大切な一冊です。

悩んだ修士論文でしたが、「どこかに引用できそう…」と思ってたまま読んでいた『The Woman in the Body』の著者 Emily Martin 博士がエジンバラ大に講義しに来て下さり、その時をきっかけに私の中でテーマがかっちり決まっていきました。そうやって、先生方に恵まれ、仲間にも恵まれ、家族に助けをもらいながら、授業についていくだけの英語力もそもそもの学力もない生徒がスムーズに卒業させて頂けたのも、相乗効果を狙っての SBTA とのかけもちが予想以上に功を奏したからではないかなと今になってあらためて思います。

忙しく学びながら、同時に、どのお母さんもそうであることと思いますが、私も我が子のことはいつもこころの中心に据えていたつもりです。寂しい思いをさせてはいないか、夜遅くに目覚めて、お母さんが大学の図書館に行っていると知って泣き叫ばないか…とか。でもそんな心配をよそに、緑豊かなシュタイナースクールで娘は本当に素晴らしい先生方と愛情豊かな友人たちとその家族に恵まれてすくすく育っていました。

生活にも馴染み、時間のやりくりのコツが身についてきたので、少しずつ興味が膨らんできていたドゥーラ養成コースを受けてみることにしました。以前 SBTA に講師としていらしたことがある、かつて助産師さんをされていたアデラ・ストックトン (Adela Stockton) 氏のコースに申し込みました。当時彼女の開いていたドゥーラ養成コースは、たしか半年間

<http://www.blog.crn.or.jp/>



のうちに課題図書と与えられたテキストを読みながら、課題について3か月間ほど遠隔で学び、4か月目に2週末を丸々使って実地。その後の数か月間に卒論のようなものを提出するという流れだったと記憶しています。卒論が通るとメンターとなる先輩ドゥーラを紹介してもらい、修了書を頂くといったコース内容でしたが、終了後も、産前ドゥーラ、出産ドゥーラ、産後ドゥーラを引き受けるたびに、メンターに報告レポートを提出しました。メンターは、私よりもずっと前からドゥーラとして活動されていたニコラ・グッダール (Nicola Goodall) さんで、今も彼女との間に築かれた深い信頼関係は続いています。同期の受講者は6名くらいだったかと思います。

長くなってしまいましたが、まとめますと、私の場合 SBT A という基礎があったおかげで、ドゥーラ養成コースはまるで復習のような感覚で取り組むことができました。実際、与えられた課題図書の多くが SBT A の図書リストに含まれていましたので。もしもいきなりだったら、私の場合、ドゥーラへの道はこんなにスムーズにはいかなかったかもしれません。大学院&SBT A での学びがあってこそ本格的に開かれていったのだと思っています。ですが、ドゥーラとして女性を支えたい、ケアギバーになりたいという情熱のある方には、私のように大きな時間的、経済的な回り道をせずとも、直接ドゥーラとなってケアを始めてもらいたいと思います。理論でなく、こころで寄り添い、行動で示していくというのがドゥーラの仕事なのですから。

Q2. これまでのドゥーラ活動で心に残っていること/ドゥーラならではの仕事、活動は？

A-助産師のサラスワミ・ヴェダム氏 (Saraswathi Vedam) は、TED (世界的講演会を主催するグループ) の壇上で、「Home or Hospital: holding the space for human birth」というテーマの講演をしたのでご存知の方もいらっしゃると思いますが、彼女はある時、自分のもとにきた妊婦さんの一人から、離婚の危機であるにも関わらず望まぬ妊娠をしてしまったことを打ち明けられたと言います。親身になってその夫婦の相談にのったことで、ふたりは危機を乗り越え、夫婦で待ち望むお産にしていくことができた例を挙げながら、彼女は助産師の役割とその可能性について語ります (『Into These Hands』)。いつの時代にあっても、どこの国であっても、数では決して表されない、目には見えないケアを果たしてきたのが、助産師さんです。

今の日本でも、数こそ減ってしまったとはいえ、「トリアゲバア」や「お産婆さん」と呼ばれていた時代からケアの質も社会的位置づけも格段に高まり、「助産婦」から「助産師」と名前を変えても、地域に密着して活動している助産師さんの社会的貢献とその役割には、

<http://www.blog.crn.or.jp/>



一言では表現できないほどの厚みと奥行きがあります。また、それは悲しいことに、近年では囑託医問題などにより複雑化しつつあります。都市化、少子化、晩産化、産科医不足、そんななか、夫婦問題や子育ての悩みにも寄り添えるケアギバーの存在は意味を増してきているのだらうと想像します。そして、助産師さんのしてきたことのほんの一部をドゥーラが補っている、あるいは補おうとしているということはあると思います。

偉そうなことを書いてしまいましたが、これまでのドゥーラ活動で心に残っていることということですが、本当に、ひとりひとりの女性、ひとつひとつのバースストーリーが尊くて、大切な瞬間、触れさせていただいたこと、目撃させて頂いたことのすべてを宝物のような時空間として大事に秘めておきたいと思っています。具体的には、個人のプライバシーもあるのであまり書けないのですが、私自身が大きく成長させてもらえるような学びが毎回あります。

自分の仕事については、まだまだだなあと思います。一度も、完璧にこなせたなんて思えたことはありません。「ああすればよかった」、「こうしたら違っていたかも」といった気持ちでいっぱいになりズドンと落ち込むこともよくあります。失敗は成功のもと、とは言いますが、お相手にとって人生にほんの数回の大切なライフイベントに立ち合わせて頂く者として、その一回一回の経験を自分が熟達していくためのステップにはしたくない。そんな自戒の念をこめて、同じ過ちは繰り返さないという気持ちを思い起こしながら仕事をしています。大好きなことだから続けられるのでしょうか。

Q3. 国や文化を超えてドゥーラをされていて何か違いを感じますか？

A-そうですね、今までに訪れた国はいろいろですが、実際に現地のドゥーラたちと会って、その土地の活動内容を見聞してとなると、ほんとうに限られた国しか見てきていないので、参考になるようなことはあまりお伝えできないかと思うのですが、バースドゥーラに限って言うならば、ドゥーラに求められるケアって本当にユニバーサルだなあと思うことはありますね。

日本のドゥーラ協会、オーストラリアの Doula College、イギリスの Doula UK、アメリカの CAPPA など資格を出す団体も国ごとの違いもいろいろありますけれど、非医療者であって組織の仕組みにとらわれずに動くドゥーラが妊娠～出産～産後で、非医療者として提供できるものや、妊産婦さんから期待されているものは、突き詰めていくとすごくユニバーサルであり、またエッセンシャル（必要不可欠）なもの。純粹に「寄り添い」なんですよね。特にお産では、技術ではなく、基本的にその場にやさせて頂くだけ。究極的には、「大

<http://www.blog.crn.or.jp/>



丈夫。あなたならできる！」と心身を駆使して（手を握ったりマッサージをしたりして）全身全霊で励ますのですね。

都市化、核家族化で、住まう地域に頼れる家族がいなかったり、晩産化により産む世代の親も高齢なため、出産そのものや産前産後のしんどい時期を支えてくれる人的リソースを見つけにくくなっている背景があるとはいえ、同時に、自分のさせて頂いているようなことが仕事となる時代なんだなあ感慨深いというのも実はあります。

5人を家で産んだ私の祖母が、明治生まれで30年以上前に亡くなった自分の夫(私の祖父)を偲ぶ話のひとつとして、着付けについて話してくれたことがあります。祖父は、今から60年以上前に、着付け教室の宣伝をはじめて眼にした時、仰天して言ったそうです。「着物の着方を教えてほしい人なんていないわけない!」「着物の着方が分からないだなんて、そんなことあるわけがない!」と大真面目な顔で言う祖父にとって、人が自分の着物を着付けることは当たり前で、排泄やお箸の使い方同様に、誰しものがきっちり身体で身につけていることだから、他人からあらためて助けてもらうものではなかったというわけです。祖父が驚いた時からさらに60年経ち、私達の生活様式は一変しました。衣服も食文化も娯楽も、そして産み方も、すべてにおいて欧米の影響を大きく受けた今の世の中を、もし祖父が見たら、いったいどんな風に受け止めるのだろうかと思うことはよくあります。

すみません、脱線が多くて。異文化で活動しているドゥーラとして、ですよね。とりたててとりえのないドゥーラですが、唯一といってよいほど自信をもってお伝えできるのが、「肌感覚の違いを埋められるケアギバー」としてのニーズです。日本人は欧米人と比較して冷房の寒さに弱いのですよね。欧米諸国の方々は冷房をガンガンにきかせた空間で生活することに慣れてるせいでしょうか、暑がりです。陣痛が始まって病院へ行くと、寒い部屋に長時間入れられたりします。寒いというだけで陣痛は遠のきます。そこで日本人ドゥーラの強みが出てくるように思います。肌感覚や温度感覚のギャップを埋めるべく、せっせと腰や下半身を温めたり、背中から首筋の保温を保つのです。

ケア後に頂くフィードバックにも、「寒さを意識できないほど緊張していた時に靴下をはかせてもらってゆるみました〜」というような感想があります。命を育む女性は妊娠から出産、産後にかけて内側と外側からしっかりと温めないダメなんだなあとさまざまなシーンで思います。産後の授乳期も背中が冷えている方がいたりして…そんなことは、海外のドゥーラ養成テキストにはあまり書かれていないことだと思いますが、日本、とくに助産師さんの間ではごく当たり前のことなんですけれどね。



Q4. 「ペリネイタルケア」での連載のきっかけと伝えたい思いとは？

A-シンプルな言い方をすれば、助産師さんに片思いしているのです。読者の大半が病院で周産期医療に携わっている方々、特に、施設勤務の助産師さんであると言われる専門誌で私の書かせて頂いているものは、助産師さんへの一方的な恋文のようなものです。女の人にとって、特に産む女性と生まれてくる赤ちゃんの健康と安全のために、助産師さんは必要不可欠な存在です。娘の将来を思うと、助産師さんには世代を超えて、少しずつでも増えていってもらい、これからもますます元気に活躍して頂きたい…ですので、毎回「助産師さん、ご自身でどこまでお気づきか分かりませんが、助産というお仕事はすばらしく可能性に満ちたものですね。私たち女性はあなたに触れていてもらいたいです」というような趣旨のことを文章として、また言葉では表現していなくても余白に刷り込ませていくつもりなのです。読者の方々には視点を引き伸ばして頂いて、世界の助産師さんの頑張っている姿を知ってもらうなかで、鏡のようにご自身の姿がうつる瞬間もあるのでは、とも思いながら書かせて頂いています。

前後してしまいましたが、連載のお話を頂いたきっかけは、2008年グラスゴーで開催されたICM（国際助産師連盟大会）に遡ります。その時の大会のテーマは「助産—女性、そして新生児のために世界規模での取り組みを」でした。私はドゥーラとして参加しましたが、その大会のために日本からはるばるいらしていた助産師さん方、大学で教えていらっしゃる助産師の先生方と出会う機会に恵まれました。松岡悦子さんなど、憧れの先生方もいらっしゃる、その時のご縁で、「何か書いてみませんか」と日隈ふみ子先生よりお誘い頂きまして、助産師さんが少しでも元気になるような連載にできたらなあと思いながらお引き受けしました。2013-2015年と3年にまたがり、計27回もの執筆の機会を与えて頂きましたこと、こころから感謝しています。

Q5. 海外を転々とする木村さんならではの想いやメッセージ。同時に、日本のドゥーラ発達の動きについてどんなことを感じていますか？ドゥーラと助産師の違いについてのお考えは？またドゥーラ実践家として、職業（生業）としてのドゥーラに関しても情報があれば教えてください。行政などへのメッセージなどもあれば？

A-10年ほど前に、お産が癒しの体験になり得るとはどういうことなのかと思ひまして、30名ほどのお母さんを訪れて、お産体験を軸に、幼少期から産後までの自分史みたいなものを振り返ってもらうということを聞き書きさせて頂いたのですが、その時に、女の人

<http://www.blog.crn.or.jp/>



ころとからだを経験しているものは、時代を追うごとに今、しんどく感じられるものになってきているのではないかなと感じました。しんどいからこそ、お産が自分をリセットしてくれるような経験であると、その後は生きるのがずっと楽になる、そんな印象をもちました。

女の人にとって、ますます大きな人生のライフイベントになりつつある妊娠、出産、産後という時間を、少しでも穏やかに、楽しみながら過ごせますように…そう願いながら働かせて頂いています。特に、産む前から自分の体をいとおしめるように、お腹で健やかに新しい命を育めるように、少しでも楽にお産と向き合えるように、そして我が子を丁寧に育てていけるように、また同時に、年を重ねていくなかで、女性としての自分の体の変化に向き合っていけるようになるには、どんなことが今、共有され、どんな行動様式を日常生活に取り入れ、どのような意識で生きるとそれがより楽になりやすいのかというのは一貫したテーマです。そんな数々の想いや疑問、課題を抱えながら、草の根ステージで細々と動いているグループのひとつが、大きな括りでの‘ドゥーラ’なのかな、と思ったりもします。それは一見、助産の基本理念の一部とことごとく重なると思われるかもしれません。

日本ではドゥーラ協会 (<http://www.doulajapan.com/>) で学ばれた優秀な産後ケアの担い手、産後ドゥーラが育っていると聞きます。お産に立ち会わないドゥーラとして、‘産後ドゥーラ’と呼ばれることが多いようですが、私の見知ったアメリカやイギリスでは、実際の職域ということでも、お産の現場で助産師さんとドゥーラが共存しています。そんななか、助産師さんはあくまでも国家資格を持つ専門課程をマスターした医療者でいらっしゃる。私たちドゥーラは一方で、どこまでいっても非医療者です。

日本でのドゥーラ波及の流れについてあまりよく知らない者がこのようなことを安易に言う誤解を招いてしまわないか心配ですが、私にしてみれば、助産師とドゥーラ、両者のその差異は、お産の場にあっては決して敵対し合うものではなく、むしろ高めあい、人的リソースとしてお互いに補完し合えるものではないかなあと思うのです。

ドゥーラの間のお産を見聞きする機会が増えないことには、医療者の方々には、地域に根差したドゥーラを恩恵として実感しては頂けないかもしれません。ただ、短くも浅い私の見聞してきたものからでも、妊産婦さんの残す声などから、ドゥーラ効果を肌で感じとっていますし、助産師さんたちもドゥーラを雇うように妊婦さんに勧めるケースがよくみられるほどに、ドゥーラのいるお産を‘邪魔者がいること’ではなく、好意的にチームの仲間として感じて下さっているように感じます。



これまでさまざまな機会に繰り返しお伝えしてきたことなのですが、ドゥーラは助産師さんの最大の理解者であると個人的に思っています。そして一方の助産師さんは今、ドゥーラのような代弁者を必要としている、と感じています。アメリカでのことですが、「医療者であれば口にするのをためらってしまうようなことでもバシッと小気味よくドゥーラは言うってくれるので助かる」、というようなことを友人ドゥーラが助産師さんから言われたこともあります。

視線を外に向けると、ドゥーラは地域の助産師さんの応援団として、助産師さんの活動に賛同したり、宣伝をしたり、影から後押しする役目を担っています。助産という職能こそ、女性の経験する子産み子育てというライフイベントの質を高める大きな資源となり得ると信じるドゥーラが世界中に大勢います。アメリカやイギリスだけでなく、ブラジル、コスタリカ、ヨーロッパ本土ではフランス、ドイツ、イタリア、スペインなど各国で Midwife & Doula の会合は日々いたるところで開かれています。

助産師さんの仕事とその価値を正に理解、評価し、彼女たちのアドボケイト（代弁者）として、女性の手を取って動き、助産師のもとへ導くのもドゥーラの仕事のひとつだと私は認識しています。事実、私自身これまで多くの健康な妊婦さんを助産師さんへ託してきました。「私をドゥーラとして雇ってくれなくても全く構わない、でも助産師さんをきっと訪れてね」というスタンスです。そうやってわずかでも個人的に関わりをもった妊婦さんが地元のベテラン助産師さんとなつなると、それがたった一回のバースセンターへの訪問であっても、「you are in good hands! (ああよかった!）」と、とりあえずこころから安堵するのです。

ドゥーラという職業、プロフェッションとしてですが、イギリスやアメリカなどでは、ドゥーラ一本で生活を成り立たせている方も5年くらい前より徐々に増えてきているように感じます。思い出すのは、イギリスで日本人のお母さんの出産に立ち会った時のことです。その方の分娩介助を担当した現地の開業助産師さんに英語でこんなことを言われました。

「これから私の言うことだけは一言一句しっかりと日本語に訳してね。『何かがあって、医療訴訟を起こされたら、私が差し上げられるものは、今住んでいる家だけなのよ』、と。私たちはそんなもろい立場なの、と言ってね」。王立の総合病院でパートの助産師としても勤務する彼女は、病院で見聞きするお産が母子の健康を高めるものであるとは到底思えずに、それでも経済的な事情などから産科病棟で働きつつも開業している助産師さんでした。私は、「子どもたちとの時間を紡いできたあの大切な家を担保にしてまで、自分が理想と思うお産のために日々頑張っているんだ…」と、彼女の言葉と表情を見て泣けてきました。

<http://www.blog.crn.or.jp/>



その点、私は非医療者ですので、彼女ほど大切なものを賭けてまで挑むという体勢では活動していません。もちろん、彼女と同じくらい深い想いはあります。未来へと語り継いでいきたいお産の原風景をしっかりと胸に抱いてはいます。でも、助産師さんのような医療者としての緊張感からは解放されたところにいるといえます。それは、フリースタANDINGのよさであり、心もとなさでもあります。

だからといって、もちろん安請け合いはできません…そうやって考えると、産前クラスを開講したりお産に立ち会いながら日々の相談にのったりもするわけですから、拘束時間としてみると長い割には低賃金で、手持ち弁当で、雑費もいろいろとかかるため持ち出しが続くという、経済的にはマイナス状態というのが個人的な実情です。後続するドゥーラの未来を想うと、イギリスの一部の都市などのように、行政などに少しでもサポートをして頂きたいところです。

でも、昼も夜もないような過酷な生活を体に強いていた20代の私が、月の満ち欠けで体が踊り出すような内側のリズム＝生きる力を取り戻せたのは、お産のおかげでした。だから、ドゥーラ業で私のしていることは、ある意味、恩返しだと思っています。

私はお産で、現代という凄まじい勢いで加速しつつある時のなかで、時系列で示される歴史と、女性たちの紡いできた性と生殖に関する生の記憶の交差する網目の一点につながらせてもらった気がしています。そこでは、私は個であって、同時にまるごとの命、他の存在すべてとつながっているという共感のような一体感に包まれ、その時の感動は今もなお続いています。

いかなるものにも縛られずに、目の前の河をただ遡上せずにはいられない魚のなかの衝動みたいなものは、上手く言葉で表現できません。もうあらゆることが心身の奥深くで納得せずにはいられないような、それは本当に深くて大きな経験なのです。それが、女性として生まれたほとんどすべての人のなかにあらかじめ備わっている。この事実は次の世代に託せるようなカタチとして残していきたい、と。「木村は大変な思い上がりでおせっかいだ！」と言われても、それを自分だけのものとして温存しておくわけにはいかない、そんな気持ちに突き動かされるようにして活動しています。

私の高校や大学時代の仲間が聞いたら「人は変わるもんだねー」と笑われてしまうようなことを平気で言い続けていますよ（笑）。あ、でも、小学校時代に習っていたピアノの先生が、『ペリネイタル ケア』の連載への感想として、「あの頃のあきちゃんと今この文章を

<http://www.blog.crn.or.jp/>



書いているあきこちゃんは同一人物であり、感性や物事に一生懸命取り組むところが昔とちっとも変わってない」というメッセージを寄せて下さったことがあって、それは私にとって自分の足取りを確認するような、生きる勇気をもらうような、何よりも嬉しいことでした。

Q6. 最後に、良いドゥーラになるために重要なことはどんなことだと思いますか？

A-良いドゥーラになるために重要なこと、ということなのですが、ドゥーラ仲間をみていて私からひとつ言えることがあるとすれば、良いドゥーラと呼ばれる人は、共感能力が高いということです。

そして、つくづく思うのが、ドゥーラとは、すべての人の中に備わる資質のひとつであるにすぎないということです。

ドゥーラを名乗らずとも、どんな肩書の人生にも、また、いかなる職業の要素にも、性別をも超えて、ドゥーラ的に人が人をケアすることが求められます。たまたまドゥーラはそのなかで、産みゆく女性に関わっていくというところで、妊産婦、褥婦さんへの寄り添い方を磨いているというだけ、ということなのです。

赤ちゃんの誕生する場とその前後には、どこか私たちが敬虔にさせてくれ、より受容的に、そして相手に共感できる力を目覚めさせてくれる特別な力があります。生まれてこようとしている赤ちゃん、産むご本人、その方の大切にしている方々（家族や友人など）と、その方の最終的に選んだ産み方と、その結果をも含めたすべての在り様にドゥーラとして寄り添ううちに、自ずと自分の中の共感する振幅の幅が広まっていくことをドゥーラになる人は誰しも感じるのではないのでしょうか。

(了)