第 15 回「一紅会」主催　春の講演会

「少子化日本を救う“母子手帳教育”とは」要旨

講師　　井上　栄
大妻女子大学　教授
国立感染症研究所　名誉所員

日時　：　平成 23 年 3 月 10 日（土）13：00 ～
場所　：　アルカディア市ヶ谷

……

資料－１
要旨
１．日本の少子化問題
２．女子大新入生への教育
３．母子手帳の感想文
４．少子化対策の一提案
５．日本人の風土と精神

資料－２
母子手帳の活用（小児科 2009 年 10 月号より）

資料－３
新聞掲載記事　（朝日新聞・2009 年 11 月 16 日）

……

「少子化日本を救う“母子手帳教育”とは」要旨

大妻女子大学教授　井上栄　　アルカディア市ヶ谷　2011.3.10

文明先進国では「心の問題」が社会に影を落としている。演者は、親子の絆を強めるために女子大で母子手帳を使う教育を行ってきた。この教育は青年期のメンタルヘルスにも役立ち、全国に普及すれば子ども虐待防止にも少子化対策にもなると考えている。

講演では以下のような順序で話したい。

1．日本の少子化問題

少子化は晩産化や未婚者の増加から起こる。その背景には、1）若い人の収入が少ない、2）女性が家庭外での仕事を望み、社会は女性の労働力を必要としている、3）子どもを欲しくない人が多く、欲しい人でも産めない状況がある。現在の人口は1億2千万であるが、このまま行くと西暦2100年の日本の人口は5千万台になり、3000年には日本人は消滅している。

2．女子大新入生への教育

出産の人類学、男女の生物学的違い、卵子の老化、少子化問題などを教えてから、「**母親と一緒に母子手帳を見て、母親の子宮内にいたときから3歳頃までの自分の記憶にない時期の出来事を聴き、その感想文を書く**」という課題を出す。

3．母子手帳の感想文

学生は素直な気持ちで、自分を育ててくれた親に感謝し、自分の存在意義を感じ、命の繋がりの意味を感じた、という感想文を書いてくれる。いくつかの感想文を**神谷ひとみ**さんに朗読してもらいます。

4．少子化対策の一提案

若い女性が母子手帳の体験をして子どもを欲しくなっても、現代の核家族社会では子育ては難しい。子育ては社会全体の責任で行うべきである。保育所を希望者全入にして、地域の熟年女性に子育てに協力してもらう体制を作るべき、と演者は考えている。

5．日本人の風土と精神

3・11震災後、人の絆の大切さが認識された。火山が多く雨も多い日本列島は、地震多発の地であるが、水稲・樹木の生育に適した地でもある。昔から日本人はそのような自然と共生し、集団内では互いに助け合って暮らしてきた。グローバル化時代の今、このような日本の風土の特徴をよく理解しておく必要があるだろう。

Key words
母子健康手帳
思春期
青年期
予防医学・健康教育
出産

小児保健

母子手帳の活用
思春期・青年期の心を揺さぶる

井上（いのうえ）　栄（さかえ）*

『小児科』2009年10月号

要旨　母子健康手帳を使って思春期・青年期男女の心を揺さぶる体験をさせることができる．その実例2つについて述べる．①女子大における予防医学・健康教育への利用．「出産」の講義のときに次の宿題を出す．「母子手帳を母親と一緒に見て，妊娠中から3歳までの自分に記憶のない時期のことを聞き，その感想を書く」．②小児科診療での利用．診療所を訪問する10代の男女に母子手帳を持参させ，母親と一緒に見させるように導く．子が母と一緒に母子手帳を見ることによって，子は自分の存在意義を考える．自分を育ててくれた親に感謝し，親子の絆も深まる．母子手帳の意義に気づくことで，将来わが子の母子手帳をしっかり書こう，という気持ちが育つ．

はじめに

日本の母子健康手帳（以下，母子手帳）の制度は世界に誇れるものである．これを教育に利用することは，小中高校での保健体育や社会科の授業の中で，個人の成長記録や予防接種歴の確認などを通して，健康増進の啓発などに使われてきた．

これとは別の母子手帳の利用法がある．思春期・青年期男女の心を揺さぶる体験をさせることである．その実例を以下に2つ挙げる．一つは，一女子大で行っている予防医学・健康教育授業に母子手帳を利用している例で，もう一つは，日常の小児科診療に母子手帳を利用する例である．

I　女子大での予防医学・健康教育授業における活用

筆者の勤務する大妻女子大学では，2006年度から全学部で1年生前期の教養教育の選択課目として全15回の授業「女性と健康」を開始し，2009年度で4回目となった．

男女平等社会となった現代は若い女性にとって喜ばしいことである．しかし，男女の医学生物学的違いを無視して女性が男性と同じ行動をすれば，望まない妊娠や性感染症などで男性にない健康問題が生ずる．ところが，そのような知識は家庭でも社会でも教えられていない．中学高校での教育も不十分である．当大学の文系学部では人体の構造・生理機能に関する授業はまったくなかった．この状況を踏まえて，上記授業が始まった．

筆者が関与する2学部（文学部，家政学部）での授業題目の主なものは，①出産，②月経，③妊娠/不妊予防，④性感染症，⑤子宮頸癌・乳癌の予防，⑥タバコ/アルコール/麻薬，⑦ダイエット，⑧家庭医学，⑨ストレス対処法，⑩海外旅行での注意点，である．2009年の受講者は約500人（全学生の70%）で，6クラスに分け，4人の教師（医師，薬剤師，保健師，臨床心理士）がオムニバス形式で教えている．

この授業の特徴は，「出産」の講義に母子手帳を組み合わせたことである．まず出産の絵（写真でない）を見せる．ある医学校では新入生に出産を見学させるが，それを倣ったものである．産道から児の頭が外へ出るとき，顔は母親に

* 大妻女子大学家政学部食物学科
〒102-8357 東京都千代田区三番町12

そっぽを向いている．首が出たところで，臍帯が首に巻きついていれば，それを外す．次に，児の頭を右（母親から見ると左）に90度回し，両肩を結ぶ線が縦になるようにして児を引っ張り出す．学生は私語を止め，じっと画面を見つめる．次に見せるのは，『ラングマン人体発生学』[1]のCD-ROMである．卵管内で多数の精子の中の1個だけが卵子に入って受精が起こるところから始まって，受精後第8週まで，妊娠3カ月未満の胎芽発生の動画である．一つの受精卵から何十兆個の細胞へと分化していく過程の神秘さに学生は驚嘆する．

次に，男女の生物学的違いの基になるX，Y染色体の機能を説明する．X染色体には1,098個の遺伝子があり，女を作る以外の免疫，血液凝固，筋ジストロフィンなどの遺伝子をも含む．一方，Y染色体にはわずか78個の遺伝子で，男を作る遺伝子が主である．女はXXの2本の染色体なので，一つの染色体上の遺伝子に欠陥があっても，もう一つの染色体の遺伝子でカバーできる．しかし男では，その遺伝子欠陥はそのまま体に表現される．このことが，女性は病気になりにくく長寿である理由である．染色体からみれば，女は「より完全なヒト」である，と言うと，学生は喜ぶ．

男女の違いとして若い女性が絶対に知っておくべきことは，女の生殖可能期間が短いことである．卵子の基になる一次卵母細胞は胎児期に作られる．その減数分裂が起こるのは排卵時であるが，年齢が高くなるにつれて染色体不分離が起こりやすくなる．ある染色体の一対が半分ずつに分離しない卵子が作られ，それが受精すると，その染色体の数が1または3本の受精卵が生じ，死流産の原因となる．このことが，35歳を超えると妊娠が起こりにくくなり，ダウン症候群が発生しやすくなる[2]理由である．女性がキャリア形成のために出産を遅らせると少子化が進むのは当然のことであるが，若い女性がこのことを知っておくと同時に，女性が20代で出産をしながらキャリア形成ができる社会を作る必要がある．現在，多数の女子学生はキャリアアップを希望し，一方，社会は家庭外での女性労働力を要求している．この日本の少子高齢社会が将来存続するためには，出産・育児を女性だけの負担にしないで社会全体が負担する社会にしなくてはならない．企業の管理職や国会議員の半数は子持ちの女性であるような社会が必要であろう．

「出産」の授業が終わって次の宿題を出す．「母親と一緒に母子手帳を見ながら，自分の記憶にない時期（妊娠中，3歳未満）のことを母親から聞き，その感想をA4用紙1枚に書く」（母子手帳を見られない学生もいるので，その場合は「少子化問題について考えを述べよ」を課題とする）．実家から離れて生活している学生には，5月の連休に帰省したときに母子手帳を見るように言う．帰省しない場合には，書留で母子手帳を送ってもらい，それを手元で見ながら電話で母親と話すことを勧めている．

母子手帳を見て多数の学生が感動したことが，感想文に書かれている．感想文の一部のコピーを図に載せた．自分の存在を今までになかった視点から考えた，母親に感謝する，この授業を受けてよかった，と書いている．母親が母子手帳を見せつけても娘は逃げる．一方，娘は母子手帳のことなど知らない．そこで，授業の宿題で仕方なく見たが，思いもしなかった感動の体験をした，というふうになるのがよいだろう．母子手帳の意義を感じ，自分も妊娠したらきちんと書こうという気になり，母子手帳の文化が継承される．

この授業の効果はどうなのか？　それを調べるために，1年生後期にアンケート調査を行った[3]．「役に立つと思った」授業は，妊娠出産，月経，性感染症の順に多く，これらが学生の関心が高い項目であることがわかった．母子手帳の課題を取った学生に感想を聞いたところ，「手帳を見てよかった」と答えたものは207人の回

母と一緒にこのような話をしたのは初めてだったので、最初は少し照れくさかったのですが、このような機会でもないと話さないことだったので、話を聞けて良かったと思います。

流産しそうになったり、破れて帝王切開して産まれてきたり、ヘルニアになったり、水ぼうそうをしたり。幼ないころはとても手のかかる子供だったけど、ずっと見守って手をさしのべてくれていたことに嬉しくなった。

生んでくれてありがとう。
愛してくれてありがとう。

面と向かってはなかなか言えなかったが、私は母の日に手紙を送った。それが何よりも素晴らしいプレゼントだと思ったからだ。

これから両親に淡めたくすることなく感謝の気持ちを持ち、何かしらの形で恩返しをしていきたい。

話が終わった後で母はタンスの中から小さな箱を持ってきて私のへその緒を見せてくれました。
もう18年前の物なので青緑のような色になっていましたが、気持悪いとは全く思いませんでした。これが自分と母をつなげていたんだと思うととても不思議に感じたし、命の素晴らしさを感じました。

その時の輸血によって母はC型肝炎になってしまい、私を産んだことでとても苦脳を味わいました。今はこうして私も母も元気に過ごしていられることがとても幸せなことなのだと思いました。今、実家を離れて両親、兄の存在の大きさに改めて気付いています。命を懸けて私を産んでくれた母親にこれからたくさん恩返しをしていきたいなと思っています。

図　母子手帳の感想

思えばお母さんは小さい頃から
厳しい人でした。
それは、欲しくても子供ができず、一生懸命治療を
受け、苦しい思いをして産んだ母親の大きな愛
が生み出したものだと、話を聞きながら気付くことができました。
今回このような機会があり、自分の成長してきた
過程がわかって良かったです。

。私の母は痛いのは大嫌い。そんな母が約10時間
も私のために我慢してくれたなんて考えただけでも涙がでそう。
私が産まれた時は、今はもう私の事なんておぼえていないおばあちゃんは
泣いたらしい。それはきっと私の母（自分の娘）が無事だった事にホッ
とした涙だろうけど、そんなおばあちゃんにも感動しました。
考えさせられる課題でした。

私はまだ赤ちゃんが欲しいとはあまり思ったことがなく、未だ母性本能が
あまりないのではないかと心配になることがありましたが、母の話を聞いて赤ちゃん
を生むことは女性しかできない素晴らしいことだと改めて感じ、興味が深まりました。

この課題を通じて、母に話をききましたが、昔を思い出してるから笑って
話してくれる母は本当に楽しそうでした。改めて、将来子供を持てる
立場になれるならば母のような表情ができるように成りたいな、と
思いました。

今回母と話したことで、
私もいつか子どもをもつようになったら、母が私にしてくれたように私も子どもの記録をし
っかりつけて、将来話せるようにしたいと思いました。また、ここまで私を育ててくれた
両親に感謝しなければと思いました。

図　つづき

答者中132人（63%），「母親への感謝の気持ちが増した」が109人（52%）であり，母子手帳を見ることに対する否定的な意見はまったくなかった．

Ⅱ 小児科診療における活用

筆者は，知人の小児科医に上記授業での母子手帳の効果を話した．その後，その小児科医は臨床の現場で母子手帳を利用し，大きな効果を実感した，という話しをしてくれた．以下に，それを紹介したい．

2007年大学生での麻疹流行があり，2008年度から5年間の暫定措置として，中学1年・高校3年の年齢層全員が麻疹・風疹二種混合ワクチン接種を受けるようになった．行政は該当する生徒に対し，親同伴で母子手帳を持参して診療所へ行きワクチン接種を受けるよう指導している．中学生は母親同伴が多いが，高校生は一人で来る者も多い．

自分は，予防注射が済んだ後ちょっとの時間を割いて，母親に母子手帳を見ながらわが子の昔のことを話させる．子は，自分の記憶にない時期のことが事細かく書かれているのを見て感動する．母も子も目を潤ませる風景が出現する．医者はその機会を与えただけであるが，その効果は大きい．一人で来た高校生には，母親が書いた母子手帳の部分を示してあげる．家に戻ったとき，お母さんと一緒に見てごらん，と言うと，生徒は素直にうなづいて帰っていく．医者も気持ちよく送り出す．

このワクチン接種暫定措置は5年間で終わる．それが終わった後でも，10代の男女が診療所に来るときには，母子手帳を持参するように指示したい．母子手帳を見る機会を作ってくれた医者を彼らは覚えていて，自分の子が病気になったとき，またその医者を訪れるだろう．母子手帳は，患者と医者とのコミュニケーションを築くきっかけにもなる，とその小児科医は話してくれた．

Ⅲ 母子手帳という宝物

思春期から青年期は，心が不安定の時期である．自分のアイデンティティが確立するまでの不安定さがある．しかも，現在の日本社会の状況は，価値観が急速に変化し，伝統文化が失われ，物質的には恵まれていても精神的には貧しい時代である．その中へ放り出されている少年や青年の中には，社会への適応に苦しんでいる者も多いだろう．

このような時代にいる女子大生に，出産の話とともに母子手帳の課題を出すことは，彼らの心にプラスの効果を与える，と筆者は考えている．妊娠出産の実際を知ると同時に，自分の存在意義を感じ，他人に感謝する気持ちが生じ，さらに母娘間の葛藤が解消されるだけでなく，その絆も強まる．10代後半が，母子手帳の利点をフルに活用できる最後の時期であろう．親と離れて生活する20，30代になると，母親と一緒に手帳を見る機会は少なくなり，また母親も手帳を失くしていたりする．

母子手帳を女子大での教育に使うことを筆者に教えてくれたのは，元東京家政学院大学教授で小児科医の早川浩先生である．「これは効くよ」と話されたのを覚えている．早速筆者は，勤務する大学の家政学部食物学科の「人体」の授業で取り入れ，その効果を実感した．さらに，この体験をもっと多数の学生にもしてもらうために，文系学部の学生をも対象とする上述の予防医学・健康教育授業にも取り入れたのであった．筆者は，全国の女子大・短大で新入生にこのような授業が行われるようになれば，日本の将来にも明るい影響を与えるのではないかと考えている．この授業のノウハウは別のところで詳しく説明しているので[3)4)]，参考にしていただきたい．

これまでは，女子大生への授業の中での母子

手帳の活用のことを述べてきたが，男子高校や男女共学大学でも母子手帳は活用できるだろう．ただし，女子大での出産の授業との組み合わせとは別のやり方が必要だろう．筆者はとくにその考えをもっていないが，読者の皆様で工夫されることを期待したい．

母子手帳は日本で生まれたものである．第二次世界大戦後の乳児死亡率の減少などで母子保健に多大の貢献をした[5]．その役割が評価され，今アジア，アフリカの途上国に母子手帳のノウハウが伝えられ，そこでのプライマリーヘルスケアに役立っている[6]．

昔の日本に役立った母子手帳であるが，先進国となった今の日本での教育にも役立つ．この母子手帳を，思春期・青年期のメンタルヘルスにも積極的に活用するのである．手帳には母親が十数年前に書いた子の記録が残っている．貴重な宝物である．それが持ち腐れになるのは惜しい．高校・大学での教育だけでなく，小児科医の日常の診療においても，思春期・青年期男女にその価値を気づかせてあげるのは楽しい仕事になるでしょう．

文献

1) T・W・サドラー（安田峰生訳）：ラングマン人体発生学　第9版．メディカル・サイエンス・インターナショナル，2006
2) Heffner LJ：Advanced maternal age—How old is too old? N Engl J Med 2004；351：1927-1929
3) 井上　栄：女子大生へのSTD・健康教育．日本性感染症学会誌 2009；20：14-24
4) 井上　栄：母子手帳の活用：十代女性への健康教育．チャイルドヘルス 2008；11：622
5) 飯酒杯沙耶香，中村安秀：日本の母子手帳の歩み．小児科臨床 2009；62：833-840
6) 中村安秀：世界に広がる母子健康手帳．小児科臨床 2009；62：821-830

朝日新聞 2009.11.16 第3種郵便物認可

大学

母子手帳 きずな再確認

大妻女子大・授業で活用

「出産の感激共有、少子化対策に」

妊婦の健康状態や、出産後の子どもの成長を記録する「母子健康手帳」。子どもが大きくなると顧みられなくなる手帳を活用した授業に大妻女子大学（本部・東京都千代田区）の井上栄教授(69)＝公衆衛生学＝が取り組んでいる。女性が知っておくべき知識の提供にとどまらず、母と子のきずなを再確認する機会にもなっている。

文学部、家政学部の1年生約500人向けの講座「女性と健康」。井上教授は出産や性感染症をテーマに話す。ざわついていた教室が出産の話で静かになると、「自分の母子健康手帳を母親と一緒に見て話を聞き、感想を書く」と課題を出す。

古ぼけた手帳には、妊娠中の記録や誕生の瞬間、その後の成長の様子が記録してある。医師の言葉に、母親が一喜一憂した様子もわかる。母親も20年近く前の記憶がよみがえり、会話が弾む。学生は、リポートに両親への感謝やいのちの大切さ、出産や子育てへの期待を率直に書いてくる。

文化祭で大学を訪れた母親と母子健康手帳を見ながら誕生時の話で盛り上がる大妻女子大の学生たち＝10月、埼玉県入間市の同大学狭山台校

増田奈月さん(19)のはじめの受け止めは「面倒くさい課題だな」。高校時代は「門限8時」と厳しい両親に少し反発もあった。でも手帳を見て、母親の由美さん(48)に話を聞き、「それだけ大事にされてるんだと考えが変わりました」。

下田祥代さん(18)の母親の照己さん(44)は「最初の子でわからないことだらけ。健診ごとにお医者さんの言葉を手帳に書き込んだ」。2人で手帳を見て「肩に力入ってたなあ」と笑いあったという。祥代さんは「反抗期にお母さんに当たってしまった。でも今は私も母さんみたいになりたい」。

母子健康手帳は、妊娠の届けを受けた市町村が母子保健法に基づいて交付する。子どもが学齢期になると、予防接種歴を調べる程度しか使い道はなかった。井上教授は7、8年前、別の女子大で教えていた知り合いから「手帳が授業に使えるよ」と聞き、取り入れた。

母親と離別、死別した学生に配慮し、「手帳」以外に「少子化問題について論じる」といった課題も選べるようにした。第三者に手帳を見せず、母子での会話の感想を書かせることでプライバシーの問題も解決した。

井上教授は「大人に見えても、10代後半は精神的に不安定。手帳を介在させることで、母親の出産の感激が鮮明に伝わる。これぞ最良の少子化対策」と話している。

（織井優佳）