

資 料

昭和20年代の出産体験者の語る初経から更年期まで

—— 宮崎県A町在住者に聞く ——

菅沼ひろ子*¹ 串間 秀子*² 川原 瑞代*²
若松由佳子*² 渡辺 久美*² 宮里 和子*³

【抄 録】

出産がまだ医療化される前の環境にあった女性たちの「初経から更年期まで」の状況を明らかにするために、ひとりずつの生活の体験を通して聞き取り調査を行った。対象は現在70歳代の宮崎県A町に在住する女性たちで、主に昭和20年代に自宅での出産を体験した女性である。10名に訪問調査を依頼して、その内8名から有効な回答を得た。

初経から更年期までの身体の変化に対する受けとめ方や対応は、基本的には自分の健康は自分で守るという姿勢があることと、先人からの教えやその時々のご自身の身体感覚に従順に対応してきていることが分かった。妊娠中には日常の仕事上の必要性から考えて腹帯をした女性や、分娩時に自分で考えて立膝や四つんばいの姿勢をとった女性たちの体験から妊娠・分娩の生理を考える上で大きな示唆を得た。また対象者たちの更年期は概して「何ともないもの」であり、共に生活をしている周囲の者からの教えや、精神的な支えも重要な役割を果たしていることが伺えた。8例のデータではあるが、女性の身体のもつ本質的な機能や対応能力について考えるための重要な示唆を得ることができた。

【キーワード】 女性, 初経, 妊娠, 出産, 更年期

I はじめに

戦後しばらくのあいだまで一般的であった自宅出産はその後急速に減少し、現在では病院・診療所・助産所などの施設内の出産が99.8%となっている¹⁾。この施設内出産の普及と一般化とによって、妊産婦死亡率や新生児死亡率が大きく改善されてきたが、その一方では、医療化され管理された出産によって、妊産婦自身のもつ産む能力や主体性が損なわれていることが現代医療の問題点として指摘されるようになった^{2) 3) 4)}。このような中で、WHOは1985年に出産における医療の濫用に警鐘を鳴らした勧告⁵⁾をだし、1996年には正常なお産のケアとして医学的に正しいお産を保証する実践ガイドを刊行し、科学的にみて有効なケアと、明らかに効果がないので止めるべきこと、まだ十分に証拠がないので慎重にすべきことを明確に打ち出し、女性が出産の主体者であ

ることと、出産を病理ではなく生理現象として見直すことを勧告している⁶⁾。

女性は思春期から更年期に至るまで、女性ホルモンの支配を受ける。ライフサイクルの視点から見れば、この期間には結婚／妊娠／出産／育児などといったライフイベントを体験する。そして、それらに併せて身体的にも大きな変化を体験するのである。この身体の変化の過程における対応や対処は、かつては医療の介入なしに生活の中で行われてきた。しかし、現代ではこの過程の中に医学的な管理が組み込まれ、異常への予防や対応が可能となったわけではあるが、先に述べた様な問題点も同時に浮上してきている。

そこで、このような現状の問題をふまえ、女性の中からだの生理的機能や能力についてより深く理解し、今後の助産婦活動に役立てるために、初経から更年期までの体験を医療的介入なしに生活の中で行ってきた先人にその体験を具体的に聞き取ることとした。

*1 Hiroko Suganma: 宮崎県立看護大学(北里大学大学院看護学研究科博士後期課程)

*2 Hideko Kushima, Mizuyo Kawahara, Yukako Wakamatu, Kumi Watanabe: 宮崎県立看護大学

*3 Kazuko Miyasato: 北里大学看護学部

すなわち、本研究は初経から妊娠／分娩／産褥および更年期の実態を、女性の身体における性の成熟から衰退の一連の過程として捉え、女性の身体のもつ本質的な機能や能力を見直し、今後の研究資料を得ることを目的としている。

II 方法

A. 対象者

A町在住の年齢70歳以上の健康な女性で、この町内で出産を経験している10名とした。A町保健婦の協力によって町内の5地区それぞれから対象者を選定した。(A町は、熊本県との境をなす宮崎県北部に位置し、九州背梁山脈に接する山麓に位置する。農業を中心とした町で昭和20年代には水道もまだなく、生活の多くの面では自給自足が余儀なくされていた。現在人口16,500人、世帯数5060戸である。)

B. 手続き

A町町長への調査依頼を行い、あらかじめ保健婦の推薦を得て承諾の得られた対象者に文書(調査目的および内容についての説明)を郵送し、後に電話にて訪問調査の承諾と訪問日時を確認してから戸別訪問を行った。

C. 調査の方法と内容

訪問面接による聞き取り調査である。聞き手と記録の2人が一組となり、体験当時の生活実態と初経

から妊娠／出産／産褥期そして更年期の実際について具体的に話してもらい内容を記録した。なお、調査項目が一定になるように質問項目を記入した調査票を用いている。了解の得られた場合には面接内容を録音し、面接は2時間以内に終るように配慮した。

D. 分析方法

個別に聞き取った内容をまず個人票に起こした。次にそれぞれの体験内容をケース毎に初経/妊娠/分娩/産後の生活/更年期の各期別に整理し内容を検討した。

E. 調査実施期間

1999年3月18日～21日

III 結果

対象者10名中最終的に承諾の得られたのが9名で、有効な回答の得られたのは8名であった。それぞれのインタビューには1時間半から2時間を要した。

A. 対象の背景(表1)

対象の平均年齢は74歳である。家業はほとんどが農業である。平均の出産回数は4～5回であった。対象者全員が自宅出産を経験していた。初経年齢は12歳から20歳までと巾があるが、概して現在に比べると遅いものであった。結婚年齢は18～23歳であった。

表1 対象の背景

Case No.	年齢	出産回数	体験した年齢(歳)				家業	同居家族(人)
			初経	結婚	初産	閉経		
1	74	4	18	20	21	39	農業(牛)	3
2	71	4	17	23	23	51	農業(花)	6
3	72	4	13	19	20	47	現在は無職 最近までホームヘルパー	1
4	79	1	16	23	23	44	農業(牛)	4
5	72	5	20	22	23	40代	農業(牛, 鶏卵, 猪狩り)	9
6	80	5	15	18~19	20	50	無職(産婆資格あり) 息子(町役場)	4
7	72	4	12	21	22	55~56	農業(米, ぎんかん)	6
8	74	4	15	22	23	50	農業(ほうれんそう)	7

年代	昭和									
	15	20	25	30	35	40	45	50年		
Case 1	○	●	●	●	●	※				
Case 2			○	●	●	●				※
Case 3	○		●	●	●		●	※		
Case 4	○	●						※		
Case 5		○	●	●	●	●		●	※	
Case 6	○	●	●	●					※	
Case 7	○		●	●	●		●			※
Case 8	○		●	●	●	●				※

図1 対象の初経から閉経までの年代

○初経 ●出産 ※閉経

B. 対象の初経から更年期までの年代（図1）

図1には8人の対象全員が体験した初経から更年期までの年代を一覧にした。多くは戦前に初経を迎えて、終戦後に4～5回のお産を間をあげずに体験している。Case6は夫が戦死したために戦後しばらくして再婚し、その後3回出産をしている。

C. 昭和20年代の生活実態（図2）

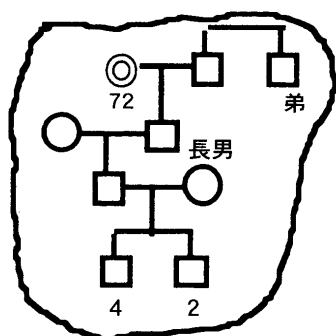
図2には一例としてCase5（調査時72歳）の第一子を出産した当時（昭和24年）の生活と、妊娠／出産／閉経の体験について示している。毎朝、夜明けと共に起きて水くみ（当時はまだ水道がなくて共同の水源まで歩く水くみという作業があった）、薪拾い、草刈りなどから生活は始まり、一日中畑仕事（一日約10時間）をすることが日常であった。夕食後も繕い物など寝るまでは仕事をしていた。入浴は週に1回あればいい方で、もらい湯などもよくしたと述べている。当時の生活を振り返ってみて「ほがらかなことはなか、百姓に嫁いでほねを折った。来なきやよかった」と笑いながらも語っている様子から、当

時の生活の厳しさが伝わってくる。

この地区は町の中央から約30kmも離れている山の中であり、当時は歩く以外の交通手段もなく、電話もなかったために産婆さんと呼ぶことも困難であった。第一子の出産は、結局産婆さんがいないまま実母に付き添ってもらっての分娩であった。したがって出産も自分で考えて対処しなくてはならず、できるだけ楽な姿勢を選ぶことになり、自然に「四つんばい」をとったと述べている。

Case5は、初経から更年期にいたる身体の変化については特に誰から教えてもらうこともなく、自然に経過してきている。

【現在の家族構成】



家業 農業 (牛, 鶏卵, 猪狩り)

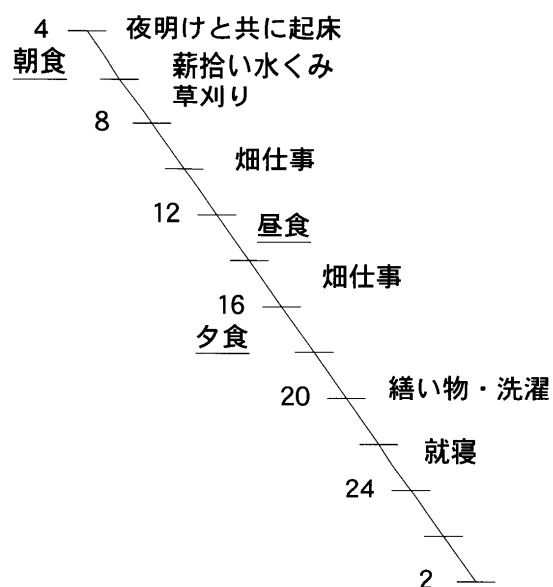
今までの生活で楽しかったことは？

「そげなほがらかなことはなか。」

つらかったことは？

「百姓に嫁いで、骨を折ったこと。来なきゃよかった。」

【第一子出産当時の1日の生活】
(S24年当時)



1926	1945	1948	1949	1950	1952	1954	1959
T15年	S20年	S23年	S24年	S25年	S27年	S29年	S34年

出生	終戦	結婚	第一子出産	第二子出産	第三子出産	第四子出産	第五子出産
			23歳	24歳	26歳	28歳	33歳

【最初の妊娠】

腰が痛くて周りの人に「そりゃ妊娠だ！」と指摘されて気付いた。岩戸の産婆のところへは片道2時間かかるのでそう何度も行かなかった。重いものは持ってはいけないと言われたが、農家なのでできる限りのことはやっていた。

【最初の出産】

場所：自宅の奥の部屋
体位：布団に抱きついて、四つんばいになった。「青竹にひんしびらんと産まれない」と言われていた。
(「ひんしびる」は「ふみしびる」の変化したもの)
産徴、陣痛の始まりはよくわからなかったが、一晩腹が痛かった。産婆は夫が片道2時間かけて呼びにいったが間に合わず、実母に付き添ってもらって出産した。胎盤は畳を上げて床をはずして、産んだ所の下に埋めた。(男の仕事)
出産後の2~3日は砂糖湯を綿につけて赤ん坊に吸わせた。「乳首をくわえさせたのはその後だったかな？」
産後の食事は特に気を付けていたということはなくなんでも食べていた。

【閉経あたりのこと】

40歳位で生理があつたりなかつたりした。更年期という言葉は知っているけどなかったと思う。近所の人でも更年期は聞いたことがない。わりと元気が良かった。60歳位で血圧が高くなって薬を飲んだ。

図2 昭和20年代の生活実態と調査内容 (Case 5の場合)

表2 初経

Case	受容・認識	処 置	教育・情報源・その他
1		黒っぽいパンツを用意した。	学校ではなく実母から習った。 祝いはしなかったが娘には3人とも赤飯を炊いてあげた。 小学時代に姉の体験を見ていた。
2	うれしかった。 やっと、女になれたんだ。	T字帯を自分で作る。綿を厚く塗って 当てものを厚さの工夫をしてつくった(ミシンを使って)。 脱脂綿の配給がないときはチリ紙を使用。	友人姉妹から情報をもらった。 高等学校の保健の女性の先生から教えを受けた。
3	初めての時腹痛で 学校を早退した。	脱脂綿, チリ紙, プルーマ	姉から聞いた。
4			裁縫の先生から12歳までに手当の仕方について聞いた。
5	話もしなかった。	ふんどしみたいなのを作った。 脱脂綿もなかった(布を縫って)。	学校や家族から聞いたことはなかった。
6	「のさん、すかんなー」と感じた。	脱脂綿とパンツ	漠然と人の話を聞いた。 体育は休めた。
7	周りより早かった。	チリ紙とパンツ, 脱脂綿はなかった。	学校で習っていた。親からそんなこと聞いたことない。体育を休んだりはなかった。 「青年時代に生理になる」と聞いていた。
8	特に不安はなかった。	T字帯と脱脂綿, チリ紙, 黒いパンツ 2枚はいた。	母親が事前に教えてくれた。 風呂には入れなかった。 体育の授業は暇を下さいと休んだ。 祖母たちは田んぼに月経血を落としながら、働いたと聞いた。

D. 初経 (表2)

対象者が初経を迎えた年齢は12から20歳までであり、昭和12年から23年までと戦前と戦後にまたがっている。そのためか初潮教育を学校で受けた者と受けなかった者、全くなかった者に分かれている。多くは実母や姉妹や仲間の様子を見聞きしており、生活の中で学習し、受容している様子が伺えた。Case 2は「うれしかった、女になれた」Case 6の女性は「のさん、すかんなー」との感想を述べていた。

E. 妊娠 (表3-1)

1. 妊娠の判断

「生理が止まった」「腰の痛み」「からだがきつい」「食べ物の通りが悪い」などの身体症状が妊娠を知るきっかけとなったという。Case 5の「腰の痛み」の場合は、本人ではなく周囲の者から「妊娠ではないか」と指摘を受けていた。

2. 妊娠中の労働・動静

すべての対象者から当時の生活の様子も聞いてい

るが、朝は水汲みに始まり、日中は畑の仕事をし、日が落ちるまで働くことが通常であった。農家の嫁には当然のこととして、日々の労働力が期待されていたので「妊娠したこと」はなるべく隠していたようである。従って妊婦したからといってほとんど特別の配慮はなく、たまに「大変だね」と声をかけてもらえることが慰めになった程度であった。対象女性の中では、妊娠したからと家族から重いものは持たないなどと配慮してもらったと語ったのはCase 2の1人のみであった。しかし、この女性も通常の仕事をこなしたと答えている。

Case 8は毎日の畑仕事の中で、腹帯をするとお腹がじゃまにならないのではないかと自分で考えた結果、布でお腹を締めたと答えていた。この場合は、一般的な安産祈願のための腹帯ではない。一方、いわゆる安産祈願を意味する妊娠5ヶ月の戌の日に腹帯をしめたと回答した者は2名のみであった。義母が用意してくれたのを自分で巻いた者もいるが、多くはとにかくお腹が目立たないように妊娠していない時と同じように働いたというのである。

表3-1 妊娠

Case	つわり	妊娠の判断	妊娠中の労働・腹帯	記憶している妊娠中のこと
1	なし	生理がないので気づいた。	お産まで何ともなく元気になった。 腹帯は義母が準備してくれた。 気をつけることもなく何でもやった。	他人から「辛かろうに」と言われてうれしかった。
2	軽度あり	生理が止まる、だるい、内臓が悪いのでは？ 病院で判定。2回目からは分かった。	激しい労働はしないが、普通に働いた。 産婆さんが5ヶ月の戌の日に腹帯を巻いてくれた。	栄養への配慮を周りがしてくれ牛乳やヤギの乳を飲んだ。 義母から「妊娠は病気じゃない」と言われた。
3	あり	つわりで分かる。産婦人科で確認。	岩田帯を5ヶ月戌の日に産婆さんに巻いてもらった。	三人目はつわりが強く中絶。 きらいなもの、手に入らないものを好きになる。
4	なし		気をつけることもなかった。 生活に追われていた。	妊娠中に夫が死亡。
5	なし	腰が痛くて周りの人に妊娠ではと言われた。	重いものはもつなと言われたが、農家なのでできる限りやっていた。	産婆まで歩いて2時間、妊娠中1回行く。
6	軽度あり	覚えていない。	他人にわからないようにすることが辛かった。	よく働くのがよい嫁と言われていたので妊娠をわからないようにしていた。
7	ない	生理が止まる。	牛のしろかきも「こえたたご」もかついだ。 かげなしに仕事をした。自分で腹帯をした。誰からも教えはない。	義母には言えず実母に妊娠を知らせた。 なるべく目立たないようにした。
8	なし	生理がない、身体がきつい、食べ物が通らない。	食事、仕事は通常の通りにした。 農作業上の必要から自分で腹帯をしてお腹を固定した。	じゃがいもが主食だった。 夫の妹が気づかい、仕事を手伝ってくれた。

表3-2 妊婦健診

Case	妊娠中の健康診査
1	産婆さんには1回だけ診察をうけた。
2	妊娠判定は医院、月に1回産婆による健診を受け、臨月に入ると2~3日おきに訪問してくれた。(胎位の調整をしてくれた)
3	つわりの後、T医院に健診を受けに行った。 5ヶ月の戌の日に、産婆さんに腹帯をまいてもらった。
4	妊娠期間中に1回だけ産婆さんに行った。
5	産婆さんのところには行ったが、歩いて2時間はかかるので何回もは行けなかった。
6	なし
7	なし、妊娠中は産婆さんにかかったことはない。
8	なし

3. 記憶している妊娠中のこと：「食べ物」

当時の日々の食事そのものが、自給自足で野菜と雑穀を中心としたものであった。多くの女性は、妊娠したことを家人にも隠していただけに、妊婦だからと特別配慮する事はなかったようである。町の中心地に住むCase 2だけは家人が栄養を考えて、ヤギの乳や牛乳を飲ませてもらったことを記憶しており、その体験した待遇をうれしそうに語っていた。

4. 妊婦健診（表3-2）

町の中心地に住んでいる者（Case 2）以外の話から、妊娠中に産婆さんにみってもらうことは、当時まだ定着していなかったようである。妊娠中に1回みてもらえばよい方で、全くかかっていない者が3名いた。

F. 分娩（表4）

1. 分娩の場所

全員自宅であり、中には実家に戻った者もいる。家の中でも「ウラ」ではなく「オモテ」で産んだと答えた者が2名いる。これは日当たりのよい明るい部屋を意味する。その他には奥の部屋、自分の部屋としている。

2. 介助者

産婆に介助してもらったのは4名のみであった。

この中には初産の時だけ産婆に介助してもらって、2人目からは近所に住む介助の経験者や夫に介助してもらっている者もいた。近所の経験者やおばあさんなども重要な介助者として存在していた。Case7の場合は、夫も介助者として登場しており、男性でも役割を担っていたことが分かる。

3. 分娩の姿勢

多くは仰臥位であった。しかし、Case7の場合には立ち膝の姿勢や四つんばいをとっていた。しかも、

表4 分娩

Case	場 所	介助者	姿 勢	産 床	そ の 他
1	自宅	近所に住む出産の経験者	仰臥位	布団にビニールをひいた。	実母は天井からヒモをひっぱった。陣痛がきても動いていた床についたらすぐに生まれた。陣痛に感謝した気持ちだった。「ありがとう」って。痛いことはなかった。気持ちよかった。
2	自宅 自分の部屋	産婆, 義母	仰臥位 腰ヒモで産婆が腰, 尻を支える。 義母が腕からヒモを引く。		夫は第一子の時は妻の苦しみに自然に部屋に入った, 以後は直前に入室した。 長引いたので陣痛の間に生卵2ヶ飲む, 翌朝は牛乳を飲んだ。 「眠くなると病院に連れていかねば」と産婆が言っていた。 傷ができたが縫合はなし, 産後痛くて座れなかった。
3	1, 2子 実家 3, 4子 自宅	産婆	仰臥位	布団シーツ, 油紙	畳み1枚を上げ, たらいを置いた。 破水(水はり)後は, トイレが近くなる動くな, 寝ておれと言われた。 4回とも安産, 傷はなかった。夫がすぐに入ってきて「ご苦労さん」と言ってくれた。
4	自宅	兄のお嫁さん	立ち膝, 仰臥位	布団	山で仕事中, 破水し飛んで帰った。 産婆さん間に合わず破水から40分位で分娩。
5	自宅 奥の部屋	実母 産婆さんは初産の時だけ	布団に抱き着いて四つんばい		初産: 1時間かけて呼んだが産婆が間に合わず実母が介助, ちょっと切れたが消毒しただけ。 畳み1枚を上げ, 何かを敷いてたらいを置き, 子どもを洗った。
6	自宅	産婆	仰臥位	藁の敷き布団, 油紙	腰が痛くてお産と分かった。 産婆が来たら生まれちゃった。
7	自宅 オモテ	産婆 近くのおばあさん 夫	立て膝 痛くて寝きらんかった。	ぼろ切れをしいて, それは埋めた。	オモテ: 日当たりのよい広い部屋, 産婆は寝させたけど自分は赤ちゃんがでるまでは膝を立てて, 最後は夫が腰と脇腹を押した。
8	自宅 オモテ	隣のおばあさん 実母	仰臥位 腰を押させてくれた。	布団の上に灰を入れた布の袋を敷いてシーツをひいた。	「オモテ」で産んだ。 介助者が腰部を押さえてくれた。 生まれるまで動き回る, いろいろ端でうづくまる。 いきむ時は「声をだすな」と言われた。 産まれるまではトイレは危ないので庭で排尿した。

初産の時に産婆さんは寝せたけどそれは辛かったので、2回目は立て膝をとったと述べている。Case 4は産婆が間に合わず、自然に自分で楽な姿勢を選んだ結果として布団に抱き着いて四つんばいの姿勢をとったのだと述べていた。立ち膝と四つんばいの姿勢をとっている場合は共に産婆がいない時であった。

4. その他；行動・分娩所用時間

産婦は陣痛期は動き回ったり、うずくまったりの姿勢をとりながら、腰痛や産痛に対応している。分

娩の所要時間については、仕事中に破水したり陣痛が開始し、お産にかかった時間を記憶している女性はいなかったが、大抵は「横になったらすぐに産まれた」と述べている。Case 1は陣痛に感謝したとし、それを「痛くはなかった、気持ちよかった」と述べていた。

5. 胎盤の始末 (表5)

胎盤は夫が埋める役割をもっていたようである。埋める場はお墓、床下、トイレのわきなどであった。

表5 胎盤の扱い

Case	始末の方法
1	夫がお墓に埋めた。
2	夫がトイレのわきに深く穴を掘って埋めた。
3	夫が墓に埋めた。
4	土間口の床下(踏み台)の床下に埋めた。通常は父親が最初に踏む。
5	畳みを上げて床のしたに埋めた(産んだ場所)男の仕事。
6	外便所の近く南天のふもとに埋めた。(夫が埋めて最初に踏んだ)
7	夫が埋めたが、どこかは覚えていない。
8	墓に埋める。(夫の役)

G. 産後の生活と母乳 (表6)

1. 動静

分娩によって、多少の会陰裂傷はあっても縫合等はしていない。産婆も創部の消毒のみしていた。

産後2～3日で仕事をしたという者もいたが、多くは1ヶ月から40日間は休んでいる。産後は大切にしないと後にひびくという教えや考えもあって、公然と休めるこの期間が楽しみでもあったと言う者もいた。

2. 食事

日常は雑穀麦飯と野菜が中心で、産後は白米を許され、それをごちそうとしていた。布団の上で1週間御飯を運んでもらった者もいた。みそ汁と麦飯が普通で、たまに卵があれば良いくらいとCase 6が述べているように、白い御飯そのものがごちそうであった。

3. 母乳

人工のミルクは貴重品であったこともあって、赤ちゃんの栄養は母乳であるとする考え方が全員から伺えた。しかし、母乳開始の実際については以下に示す(①～④)のようにさまざまで一定したものではなかった。

①生まれてすぐに飲ませた、②10時間くらいおいて開始、③1日目から好きなように飲ませた、④2～3日は砂糖湯その後母乳、

初乳が大切であると認識していた者は1名のみであった。授乳の方法はさまざまであるが、産後の日常生活では授乳期であっても畑の仕事の方が優先され、昼間の授乳は食事に家に戻った時だけであったと全ての女性が述べている。授乳の期間はおよそ1年間で、その期間は母乳だけで育てていた。

表6 産後の生活

Case	産後の動静・清潔・次の生理・避妊	母乳・食事など
1	産後2～3日は傷が痛んだ。 40日は休んだ休めることが楽しみだった。 風呂は10日間位、髪は1週間くらいで洗った。 ★生理は1年後から、避妊はとくになし。	初乳は大切と言われて飲ませた、満1歳までよく出た。
2	義母の体験から1ヶ月は大事にされた(床上げ)1週間絶対安静。 産婆が自宅に来てくれた、2週目起きて小さな仕事3週目はおむつの振り洗いは悪くないとされた。 お風呂は20日後に入った。 ★1年後に生理がきた。夫婦生活は1ヶ月を過ぎてから。	2日目から直接母乳 4人とも母乳8ヶ月まで離乳食にしようとする義母に叱られた。 栄養が大事と白魚、卵を食べさせてくれた。
3	祖母からの教えで子宮の収縮を促すために腹帯をし、その後ヒモを臍の下の位置に100日絞めた。産後3日目に縫い物をして目を悪くした。 風呂:産後の出血が少なくなったら外で洗った。頭は6週間後か、お湯で拭く。 ★生理は6週間くらいできた。	全員母乳産後1日目からすきなように与え十分に出た。 干し柿、冷水はいけない。 雑穀類の食事、くじらの赤みの肉がいいと言われた。 産後は冷やしてはいけない飲み物も温かなものならよい!
4	産婆さんがへその緒がとれるまで通って赤ちゃんを見てくれた。 1週間目から水汲みを行った。産後も日常のことはだいたい自分で行った。 20日間は風呂に入らず、拭くだけ。 ★3年間生理がなかった。	生まれてすぐに飲ませた。1年くらいまで。 普通の食事:ご飯にみそ汁、大根から豆腐。
5	産後2～3日しか休まなかった。4～5日で外に出た。義母がおらずおばあちゃんだったから、炊事も自分でした。 “油ものはいかなくて、腹の中がうざけるから” 風呂は1ヶ月位入ったらいかんと言われていた。髪も洗っていなかった。 ★すぐに年子で妊娠、避妊はしてなかった。	産後2～3日だけ白ごはんに梅干しでこれが楽しみであった。最初2～3日位は砂糖湯を綿につけて吸わせた。母乳はその後だったか? 母乳不足:でんぷんやかたくりに砂糖を混ぜて炊いて食べさせた。もちもよいと言われた。
6	1ヶ月は寝ていた。風呂は早く2週間目。 「産後は無理せんがいいぞー」と言われた。 姑さんの産後のひだちが悪かったから…。 日晴れがくるまでは外に出るな(女33日、男31日)と言われていた。 ★最初の子を産んで2年生理がなかった。	最初母乳が出なかった産婆さんが工面して粉ミルクを集めたり、おも湯の上澄みをとったり大変だったが、二人目からは十分に出た。 食事は麦飯が多く、お粥と味噌汁(季節の野菜をたくさん卵があればいい方)梅干しだった。
7	2、3番目の時に産褥熱、注射で治った。 風呂は7～10日後で、おりものがなくなってから。 洗髪は1ヶ月から。 ★下り物がなくなって1ヶ月で生理がきた。(半年くらいたったら生理がくると聞いていた)	4人とも母乳で育てた。畑の仕事を優先して母乳をあげた。 産後は梅干しとお粥の食事だった。
8	1週間は床で御飯も運んでもらった。 便秘にならないように小豆、日干し(魚)を食べた。風呂は1ヶ月なしでかけ湯なら早くからよかった。 ★産後1年後に生理がきた。	産後10時間くらいおいて含ませた。 4人とも母乳のみ、1～1年半与えた。母乳のため御飯をしっかり食べるようにした。

表7 更年期（閉経の頃）

Case	閉経期の変化	自覚した症状	教え・伝承
1	39歳で手術以後なし	なし	
2	49歳月経停止にて受診 51歳、鶏卵大の血液の固まりが出た	42歳頃、腕の痛み、坐骨神経痛、三叉神経痛	年上の人から最後の印(血液のかたまりの排泄)があることを聞いた。
3	46歳から少しずつ月経が変化 47歳で閉経	全くなし	産後1ヶ月チュウジョウトウを服用(血が安定)産後の病気は持病になるという教えがあった。
4	44歳で閉経	何もなし	更年期については近所でも何も聞いたことがない。義理の妹はつわりのようだった。
5	40歳頃あったりなかったりだった	わりと元気がよかった	近所の人からも聞いたことがない。(更年期・具合が悪いなど)
6	50歳前後でちょっと変わったが、いつ終わったかは覚えていない	膝が痛かった これは若いときから… 頭痛	内臓が悪くなったり、頭が痛くなると言われた。あばあちゃんから体調が変わると教えがあった。自分がどうだったか覚えていない。
7	55, 56歳自然と回数も量も減って、あらーいつ終わったのかなと思う位	何もない 10年くらい前から膝は痛かった	13で始まって33で終わると姑から聞いていた。月経が終わると力がなくなると言われている。(漬け物石をもってみると分かると言われている)
8	50歳の頃 出血が少なくなった	50肩か？ 肩が痛かった	刈り干しの時に一鎌切っては休むようにという教えであった。 特に更年期ということではなかった。

H. 更年期（閉経の頃）（表7）

共通して不規則な月経の時期を経て自然な閉経を迎えている。しかもそれに附随した自覚症状については、Case 2, 8以外の多くは「何ともなかった」と口をそろえて述べており、ほとんど記憶にもなく、特別なことはなかったと解釈できる。

この時期についての教えや伝承として「閉経すると力がなくなる」とか「疲れやすい」「体調が変わる、内臓が悪くなる、頭が痛くなる」等の他、「刈り干しの時に一鎌切っては休むように」という教えもあった。つまり、閉経は身体の変化の時期であること意味しており、それは「漬け物石をもってみると分かる」という説明であった。

IV 考察

A. ライフサイクルにまつわる身体の変化とその受け止め方

昭和20年代に自宅でお産を行った女性たち本人から、その体験内容を直接に聞くことができた。当時この地域での生活は基本的には、水道がまだなく、交通手段は歩くことが基本であった。しかも、朝から就

寝まで女性たちは日常の生活を維持するための仕事に追われていたのである。そのような状況の中では、妊娠しても「産婆」にかかることは通常のことではなく自分で対処することとされていた。

対象者の初経の発来から更年期に至るまでは生活の流れの中での教えに従い、自分の健康は自分で守るという姿勢が感じられた。事実、そうせざるを得なかったという時代背景でもあったのである。

B. 女性の身体の生理と機能

1. 妊娠期

今回の調査から大きく学んだことの一つとして妊娠中の労働がある。彼女たちは妊婦であっても普通に働くことが要求されており、かなりの労働をしていたことが分かった。その中に、重い子宮を支えるのに腹帯が役立つと考えた女性もいた。この場合、腹帯の機能としては保温や精神的な安定よりも、重い腹部を腰で支えるのに役立っていたと考えられる。前傾姿勢をとる労働においては必要なものであったことは十分に推測できる。

2. 分娩期

対象者の体験した分娩の様相は現在とは大きく異なっていた。分娩の場が自宅であることから、周囲の者が協力することは当然考えられるが、たいていの女性はいよいよ生まれるまでは動いていた。しかも、産婆が介入しない場合に立ち膝や四つんばいの姿勢をとっていたことは興味深い。前述のWHOの勧告においても分娩時の仰臥位や碎石位をよくないものとしており、この女性たちが自然に選んだ姿勢は、最近産婦の主体性を重視した出産の方法として普及してきたアクティブバース^註の原点とも共通する。^{7) 8)} またCase 1は、お産を「気持ちいい、楽しかった」と表現していることも無視できないものである。著者の一人菅沼は助産婦として産科の臨床においてこの「気持ちいい」という産婦の反応を何回か経験している。これは産婦の精神状態も大きく関連するものと考えられるが、部分的には分娩後半に血中のβエンドルフィン値が上昇することからも説明がつくものと考えられる。^{9) 10)} 分娩後期に起こる眠気は初産婦に観察される現象であるが、Case 2は産婆さんの「眠くなると病院につれて行かねば」という言葉覚えていた。この場合は分娩時間が遷延して体力、すなわち娩出力が低下することを懸念したものと解釈できる。

Case 1のような「気持ちよさ」というのが産婦にとって普通のこととして知られるようになれば、お産に「つらさや痛み」がつきものであるという常識が変わるかもしれない。これは事前に抱くイメージや出産教育の方法にもかかわる大きなテーマとして、助産婦としては今後さらに探求すべき課題である。

3. 更年期

閉経の頃の身体の変化として、現在典型的な更年期症状とされている「ほてりや発汗、冷え、頻尿、物忘れ」等といった症状は表現されなかった。Case 2の腕の痛みなどは病的なものであり、他の者は膝や肩の痛みを体験していた。

現代のような更年期症状に関連した教えは特にないが、閉経は「13歳で始まり33歳で終わる」という教えの通りに理解されており、「力がなくなる」「体調が変わる」という身体の加齢現象の過程としてとらえている者もいた。「内臓が悪くなったり、頭が痛く

なる」というCase 6の受けた教えやCase 8の「刈り干しの時には一鎌切っては休むように」という教えは、まさしく体調の変化の存在とこの時期には無理はしないようにということの意味する教えである。

C. 日常生活における情報と身体感覚

対象者のもつ身体の変化に関する情報は先輩や周りからのものであり、皆がそうしているから、そういうものだと信じている様子が彼女たちの気持ちの根底に伺えた。すなわち女性たちの回答には心配とか不安といった感覚は感じ取れなかった。お産を「気持ちいい、楽しかった」とさえ表現しているのである。

また、お産の場所に「ウラ」ではなく「オモテ」でと回答した女性が2名いた。「宮崎県史資料編—民俗2」（1992）によれば、この地方のお産は「ウラ」であるものとされてきた。¹¹⁾ 今回の女性たちがあえて「オモテで産んだ」と表現していることには彼女たちの思いがあると解釈される。つまり、これまで「ウラ」であり納戸であったお産の場所が「オモテ」になったという「うれしさ」が裏に隠されているように感じられるのである。

当時の生活は今日と比べるとメディアの違いは大きいものと思われる。情報過多とさえ言われる現代から考えると、情報が少ないことはかえって心配や不安を生じさせないとも考えられる。ある情報を信じ、しかも当事者だけではなく周囲の者ともその情報を共有しているということは、また安心の原点でもある。人々が信じる「こういうものだ」という教えは、多くの試行錯誤を経た先人たちの体験を通して、長い歴史の中で知恵となって伝承されているものである。そして、生活することが共に在るという時代において共に考え、助け合うという生活の姿勢が、不安や心配を軽くする重要な役割を果たしてきたのではないかと推測できる。

なお、宮崎県内の産育習俗についての報告書である昭和35年刊行の「日向民俗」によれば、この地方には「岩田帯、腹帯」の習慣はないが、坐してお産をする、また最初だけは生家でお産をし、2人目からは夫の家という習慣であったことの報告がある。¹²⁾ この報告の内容と今回の結果を照らし合わせると、対象者から得た結果は、この地方の慣習の中にあつて、それが時代と共に変容してきていることが分かる。

V まとめ

女性のライフサイクルにまつわる身体の変化は、今も昔も何ら変わらないものではあるが、昭和20年代に自宅で出産した女性たちの体験には、自分の身体に起こる現象を自分のものとして捉え、自然に対処している姿が見えた。自分で自分の健康を守らなくてはならない生活条件の中にあった女性たちの体験は貴重な情報である。今回の聞き取り調査から得た示唆を今後の研究課題として以下にまとめる。

*対象者はとくに激しい労働はしないまでも妊娠期間を通して通常と同じような仕事を続けていたことから、妊婦の動静と健康的な妊娠の維持については、より詳細なデータや観察による検討が必要である。

*妊娠期の腹帯の効用として、固定することと妊婦にとってそれがどのように影響するのか、また胎児への影響についても併せて検討して確認することが必要である。

*分娩進行期の産婦の動静と分娩所要時間や産痛との関係、さらに分娩の姿勢と胎児と産婦への影響については既に少しずつ報告されているが、さらなるデータの積み重ねと検証とが必要である。特に分娩時の姿勢については産痛との視点から大きな示唆を得た。

*対象者のもつ情報や教育は現代とは大きく異なっていた。そこで、情報や教育と身体感覚はどのように関連するのか、ことにヘルスプロモーションの視点からも健康教育や出産教育において、どのような情報が必要なのかの検討が必要と思われる。

*出産の場における家族の参加や、役割機能については十分に考慮し、検討する必要がある。ことに「少産」という問題を抱えている現代においては個々の女性にとっても、家族にとっても相互に影響しあう重要な課題である。

*更年期に関しては一部に身体の変調としての捉え方は確認できた。しかし、更年期症状がほとんどなかったことから、更年期の自覚症状と事前を持つ情報や日常生活のあり方との関連も今後解明すべき課題と考える。

VI おわりに

本資料は、女性の身体の成熟から衰退の変化の過程を生活を通して聞き取ることから、その過程を生活に沿って援助する助産婦の役割を問うことを目的とし、女性の身体の本質的な機能や能力に焦点を当て分析したものである。対象者が70歳を越えていたことから記憶の中で正確に思い出すことには限界があったが、得られた情報のもつ意義は大きいものとする。本研究のデータは小規模なものではあるが、女性の性と生殖にまつわるセルフケア能力や援助の方法を考えるにおおいに役立つものである。先人たちの知恵の奥には積み重ねられたたくさんの事実が存在していたことを実感するものであり、今後より多くの方々からの聞き取りを重ねつつ、実践に応用できるように科学的に実証したいと考える。

今回、こころよく調査に協力してくださったA町の元気な70代の女性の皆さん、御世話になった保健婦の箸本淑子さんには心からの感謝の意を表します。

*本研究の一部（妊娠・分娩）は第14回日本助産学会にて「昭和20年代の出産体験者の語る妊娠と分娩」として発表した。¹³⁾

註) Active Birth : 1980年代イギリスを中心に広がってきた出産の方法で、産婦の主体性を生かすことを基本姿勢とし、自分の身体に素直に従う自然出産の一方法。

引用文献

- 1) 厚生省／監修 平成10年度 厚生白書「少子社会を考える」1999
- 2) 国際婦人年大阪連合会「出産白書」1979
- 3) 船橋恵子「赤ちゃんを産むということ」日本放送出版協会 1994
- 4) 吉村典子「お産と出会う」勁草書房 1985
- 5) WHO : Appropriate Technology for Birth. Lancet 2, 436-437, 1985
- 6) Maternal & Newborn Health Safe Motherhood Unit. Family & Reproductive Health WHO : "Care in Normal Birth : a practical guide" Report of Technical Working Group 1996
- 7) Janet Balaskas : ACTIVE BIRTH Unwin Paperbacks 1983

- 8) 南野智恵子, 竹村秀雄, 永井宏, 杉山富士子, 久島璋二, 河合蘭, 清水ルイーザ, 森田俊一, 戸田律子, 菅沼ひろ子, 福岡光子「アクティブパースの考え方と展開」メディカ出版 1992
- 9) 菅沼ひろ子「分娩期に起こる産婦の眠気」一助産学的視点から考える— 助産婦雑誌 Vol.51, No.9, pp21-27, 1997
- 10) Suganuma H. Kaga T. Yamada Y. Awaya Y. Tanimoto T. Wakabayashi T. "Sleepiness during Labor: A Study Using EEG and The Monitoring of changes in β -Endorphin Value" 22nd ICM pp399-400 1990
- 11) 宮崎県「宮崎県史 資料編」民俗2 ぎょうせい 1992
- 12) 田中熊夫編 日向民俗第9号 誕生資料 宮崎大学日本史研究室 1960
- 13) 菅沼ひろ子, 串間秀子, 川原瑞代, 若松由佳子, 渡辺久美, 宮里和子「昭和20年代の出産体験者の語る妊娠と分娩」日本助産学会誌 Vol.13, No.3, 158-159 2000

Experiences of Menarche to Menopause ; Women from Town-A in Miyazaki Who Gave Birth in the Showa Era of 20's.

Hiroko Suganuma*¹ Hideko Kushima*² Mizuyo Kawahara*²
 Yukako Wakamatu*² Kumi Watanabe*² Kazuko Miyasato*³

【Key Words】 Child Birth, Menarche, Menopause, Pregnancy, Women

* 1 Hiroko Suganma : Miyazaki Prefectural Nursing University (Graduate School of Nursing, Kitasato University)
 * 2 Hideko Kushima, Mizuyo Kawahara, Yukako Wakamatu, Kumi Watanabe : Miysazaki Prefectural Nursing University
 * 3 Kazuko Miyasato : Kitasato University, School of Nursing