

# 妊産婦・ご家族と共にプロデュースするお産

～もう一度、産み育てたい！と言われる秘訣～



よしかた産婦人科 院長

善方裕美



# はじめに

## 健やか親子21

令和5年以降「成育医療等基本方針」に基づく国民運動として子ども家庭庁が推進



出生から、新生児期、乳幼児期、学童期、思春期の各段階を経て、  
おとなになるまでの一連の成長の過程や、その保護者、  
妊産婦に対して、必要な支援を切れ目なく提供



# はじめに

- 健やか親子21の「妊娠出産の快適性確保のための諸問題の研究」では以下の様に示されている
  1. 妊娠・出産の安全性と快適性は両立する概念
  2. 妊産婦が本来持っている産む力, 育てる力を引き出す支援が快適性につながる
  3. 妊娠・出産・育児の過程で得られた快適性は, 母子成長させ, 家族機能を獲得させる社会的過程に大きく影響

本日は, 分娩取り扱いをする一診療所が上記実現に向け, 日々精進していることを, 実例として示させていただきます。

# 私たちの想い

- 「宿す、産む、育てる」ことは本来、生理的な現象であるはずだが、現代社会においては、自然の営みを全うするには医療サポートが必要
- 女性が持つ性の力、備えられているはずのホルモン力、産み育てる潜在能力に敬意を払い、信頼して、できる限りその力を引き出していけるようにサポートしたい



# よしかた産婦人科の概要



# 医療法人 よしかた産婦人科

所在地

神奈川県横浜市港北区小机町

1966年 開院

1966～1999年	院長	善方 学
1999～2020年	院長	善方菊夫
1999～2020年	副院長	善方裕美
2020～	院長	善方裕美

常勤医師 3名

常勤助産師 18名

※日本産婦人科医会施設情報調査2022による診療所助産師数の平均は5.7人



理事長 善方菊夫



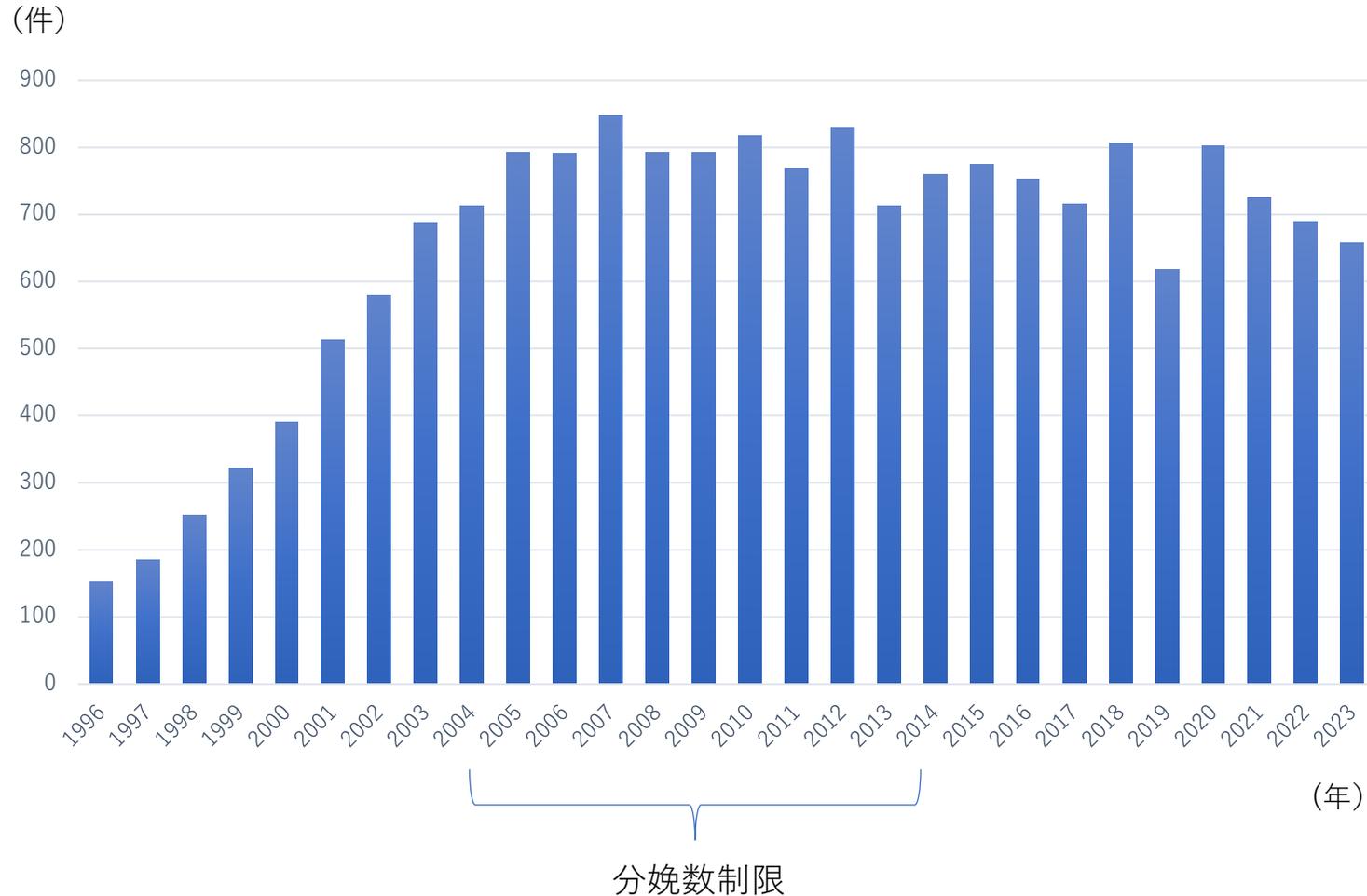
院長 善方裕美

部長 井畑 穰

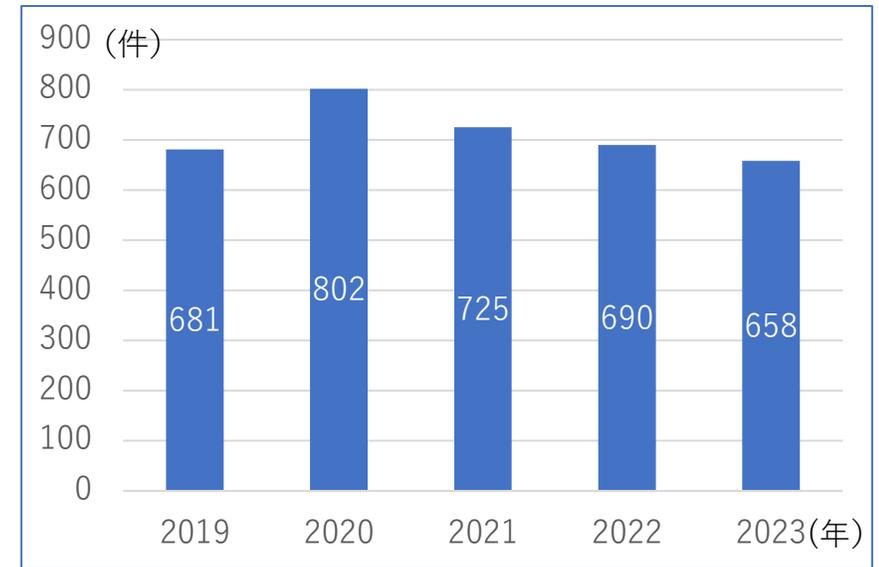
医長 河野照子

# よしかた産婦人科の年間分娩数

1996年～2003年



過去5年



# よしかた産婦人科の帝王切開率

2019年～2023年平均



厚生労働省の2020年の調査による  
全国の分娩施設における帝王切開率

病院; 27.4% 診療所; 14.7% 全体; 21.6%

これに対し当院の帝王切開率は低くなっている

【考えられる理由】

骨盤位は外回転術でできる限り整復  
分娩停止の判断は慎重

緊急帝王切開術は、ほぼ胎児機能不全

予定帝王切開術は、ほぼ既往帝王切開術

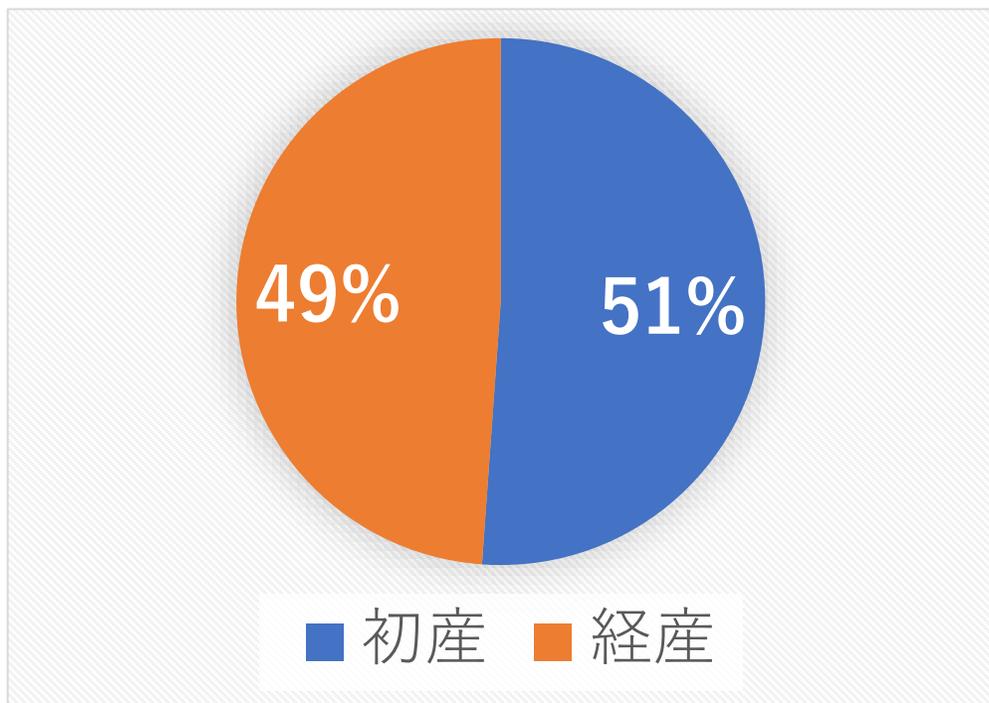
各年帝王切開率

2019	2020	2021	2022	2023
8.37%	7.73%	6.00%	5.79%	7.44%

# よしかた産婦人科の経産婦の割合

(2019年～2023年の合計)

## 初産婦・経産婦の割合



## 経産婦の内訳

2人目 (1経産)	3人目 (2経産)	4人目 (3経産)	5人目 (4経産)	6人目 (5経産)	7人目 (6経産)
1350人	416人	47人	13人	2人	1人

※当院でご出産される方には多産の方が多い

## 全国の合計特殊出生率の変遷



女性1人が一生に出産する子どもの数を示した出生率の5年間の全国平均は1.33

# 「もう一度,産み育てたい」の声をたくさんいただく



## 当院Facebookに寄せられた声

先日、私のyoshikata愛を語り出したら1時間の尺でも足りないかも知れないと思ったのでこの場を借りて・・・(笑)  
とにかく、先生が親身で、検診の時には、あれっ？先生って私の親族でしたっけ？というくらいエコーの時に「あ～、顔が見えない、こっち向いて～！」と家族のように赤ちゃんに話しかけて下さって、とても嬉しかったのを覚えています。  
助産師や看護師の皆さんも本当にこやかで、親切で、初産の時にとっても時間がかかったのに、ずっと励ましたり「上手だよ～！」と褒めて下さったりして、絶対全然上手じゃないのに、痛がってばかりの私にずっと温かく声をかけ続けて下さって、3人の子どものお産すべてで皆さんに力になっていただき、今思い出しても女神です！  
そんなこんなで、またもう一度お世話になれたらと毎回思っています。



## 当院Instagramに寄せられる声

「お産が気持ちよかった」  
「私の特技はお産です！」  
「またお産したい」「健診卒業が寂しい」



# 施設の変遷

開院1966年～



1966年 医院の建築用地にて



1966年  
開業当時の外観



初代院長は休診日を設けず、「困ったらいつでもおいで」と患者様に伝えていました。

1980年～



靴を脱いであがる 受付は小窓 昭和の風景

1999年～

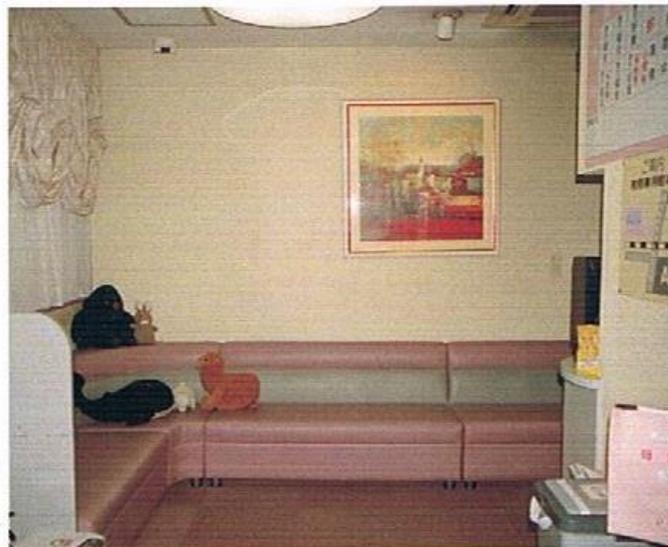
- ・自分が妊娠出産時期でもあったことで、患者様が親近感をもっていただくと同時に、共感しあえた
- ・産後の身体がこんなに辛いとは！と身をもって体験し、産後ケアの必要性を実感
- ・日本母乳の会, タッチケア研究会に入会し改めて勉強



善方裕美



善方菊夫



2000年 お正月

医師は2人のみ, 分娩室に長女をおんぶして駆けつけることも



現在の外観



2005年～



アクティブバースのために  
広い分娩台を設置



「患者様を気持ちよくお迎えするために」  
園芸好きなスタッフお手製  
玄関のグリーンカーテン&お花

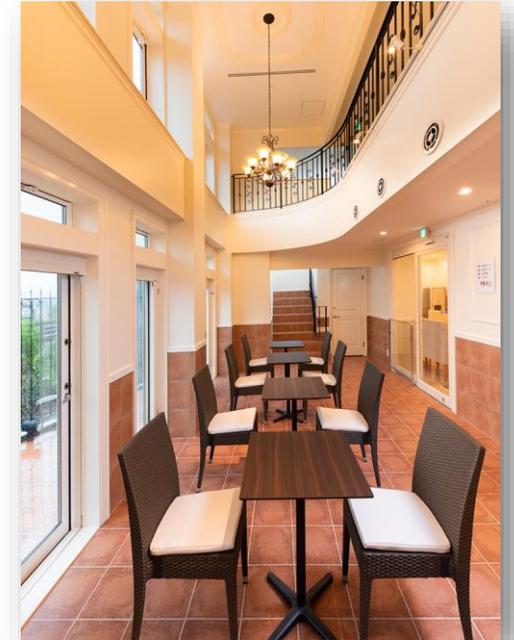


アロマトリートメント用のお部屋



待ち時間にお子さんが遊べるスペースを

# 2022年 新館増設



密にならない待合室を



スタッフ用食堂 & ミーティングルーム



ご近所さんにも好評  
スタッフお手製クリスマス・イルミネーション



居心地の良い宿直室に



# よしかた産婦人科の取り組み



※マスク無し画像はコロナ禍以前のものです

# よしかた産婦人科のモットー

1. 安全性と快適性を備える
2. 妊娠, 出産, 産褥(母乳育児)の生理を理解してもらい妊産婦が主体的に向き合うことができる
3. 本来, 女性が持つ産む力を, 最大限引き出すお産の実現
4. “産んだら終わり”ではない, 育てることが幸せだと感じてもらえる産後ケアを

# 1. 安全性と快適性を備えるために；「安全面」

## スタッフの医療技術の向上

## 高次施設との顔が見える連携



NCPR 取得率100%

申請時期と関係なく  
院内でのブラッシュ  
アップを年2回開催



JCIMELS 取得率100%



横浜労災病院NICU医師  
新生児診察の往診



横浜市立大学附属市民  
総合医療センターから、  
当院の「胎児スクリー  
ニング超音波」外来に  
産科医師を派遣

## 2. 妊娠, 出産, 産褥(母乳育児) に対して主体的に向き合えるように

- 妊婦健診

質問疑問に丁寧に対応 生活, 食事, 保健指導 不安を解消 SNSリテラシーを克服  
赤ちゃん目線で考えられるように 身体と心の変化を柔軟に受け入れられるように  
胎児スクリーニング超音波 出生前カウンセリング(当院はNIPT連携施設)  
安産に向けた身体づくり指導 (産前産後リハビリ外来, 栄養士による個別食事指導)

- 助産師外来バースプラン

個別面談 どんなお産にしたいか 母乳育児に向けた準備(乳頭ピチュ, マッサージなど)

- 両親学級の充実, 産み待ちクラス, パパ道場, マタニティヨガ

両親学級で“お産に向けた心構え”をママだけでなくご家族も一緒に

- 産前産後リハビリ外来

腰痛・恥骨痛, 尿もれ, 静脈瘤への対処 骨盤ベルト指導 骨盤底筋群の機能維持  
産前産後リハに特化した理学療法士による施術

# 妊娠初診の方に よしかた産婦人科のお産のモットーをお伝え



## よしかた産婦人科 ご紹介



このたびは  
ご妊娠おめでとうございます

当院のお産の特徴、入院予約について  
ご説明させていただきます

## よしかた産婦人科のお産の特徴

### ・『育み・産む力』を最大限ひきだすサポート体制

- \* 食事、運動などの生活指導 / 理学療法士による「からだケア教室」 / 栄養士による食事個別指導
- \* 分娩開始のホルモン“オキシトシン”がたっぷり上手に出るようなケアをします
- \* お産は100人いれば100通り。お一人お一人のお産ストーリーに寄り添います

### YOSHIKATA スタイル 自然分娩

不必要な医療介入をしない自然な分娩を行っています。  
定期的に、会陰切開は行いません。  
体位はフリースタイルです。  
母体が本来持っている「産む力」をひきだせるようサポートいたします。

母体保護法指定医  
よしかた産婦人科

赤ちゃんがゆっくりとママとパパのところに出てこようとするのを待ちます。赤ちゃんが胎児心拍モニターで元気であれば、急ぐ必要はまったくありません。  
分娩のスピードはママとパパと赤ちゃんが作っています。  
また、赤ちゃんが産道を降りてくる刺激はママの脳に伝わり、痛みをやわらげ、産道・会陰を柔らかくするホルモンがママの脳から出てきます。待つことにより、分泌されるホルモンです。

#### ママの分娩ホルモンが出てくるように整えて待つ

陣痛を調節しているホルモンは「オキシトシン」という名前で、愛情ホルモン・共感ホルモンとしても知られています。オキシトシンは静かでリラックスした空間で優しくタッチしてもらうことでよりよく分泌されます。  
当院では、助産師がより良いオキシトシンをママから自然に引き出せるようサポートしています。



上のお子さんと一緒に  
楽しい妊婦健診  
「赤ちゃん楽しみだね！」



助産師外来で「バースプラン」をもとに  
お産に向けて話し合い



パパ道場

オンラインと現地のハイブリッドで  
両親学級を開催



お腹の中の赤ちゃんの様子をママと一緒に愛でる♡  
「可愛いですね〜！」



当院スタッフによる  
赤ちゃん目線の本  
2024年6月11日発刊



理学療法士によるリハビリ外来  
腰痛、恥骨痛の軽減

### 3.本来, 女性が持つ産む力を, 最大限引き出すお産を実現するには

- まず「待つ」こと

  - 陣痛の始まりを待つ

  - 陣痛が乗ってくるのを待つ

  - 赤ちゃんが産道を進んでくるのを待つ

  - 会陰が進展するのを待つ

- 医学的客観的判断を熟慮しつつ, 妊産婦さん, ご家族と**お産の進行を共有**する

  - アクティブバース

  - 立ち合い分娩の意味: ご家族は見るのではなく参加する

  - ホルモン分泌に良い環境を整える

- 安易に帝王切開を選択しない

  - 母児の状態を見極める

  - ただし, 緊急時の帝王切開術は365日24時間迅速対応

# フリースタイル・アクティブバーース

## POSES IN CHILDBIRTH CONTRACTIONS

- ・妊産婦さんが自由に動ける
- ・アタッチメントで良いオキシトシン分泌を促す
- ・陣痛は赤ちゃんを押し出してくれるエネルギー
- ・分娩台でのフリースタイル

妊産婦さん、パパ、ご家族、助産師、医師が共に赤ちゃんが生まれてくることに向かい協働する



# ガイドラインに基づいたカンガルーケア

## <カンガルーケアの効果>

- ・赤ちゃんの心拍, 呼吸, 体温が安定する
- ・Skin to skinによって皮膚の菌が共有され免疫力が高まる
- ・分娩の疲れをいやしてくれる
- ・ママと赤ちゃんの絆が深まる

## <カンガルーケア時の管理>

- ・母体はセミファーラー体位にする
- ・児の動脈血酸素飽和度(SaO<sub>2</sub>)モニター装着
- ・出生後すぐに羊水をよく拭き取り, 赤ちゃんを十分に保温する
- ・分娩室の温度設定(28度以上)
- ・赤ちゃんの観察を怠らない
- ・2時間分娩室でカンガルーケアその後個室で母児同室



# ご家族立ち合い分娩



お兄ちゃん・お姉ちゃんになったね！



赤ちゃんのいた場所  
胎盤と卵膜を見てビックリ

## 4. “産んだら終わり”ではない 育てることが幸せだと感じてもらえる産後ケアを

- 産後ケアの基本は「赤ちゃんとの生活が健やかになる」こと
  - ママと赤ちゃんを引き離すことではない
  - 赤ちゃんのお世話という視点ではなく、一緒に暮らしをどう楽しむかで考える
- 切れ目のないケア
  - 母乳育児支援 : 退院後の母乳外来, 電話訪問, 1か月健診, それ以降も切れ目なく
  - メンタルヘルスケア : 妊娠中, 産後入院中, 退院後どの時点でもカウンセリング  
家族カウンセリング, 漢方薬, 向精神薬などの併用も
- 医療施設から地域子育て支援への連携
  - 子育て支援団体との連携で母児を孤立させない
- いつでも帰ってこれる場所になれるよう門を開いておく
  - 病院の電話番号が書かれた手作りカードを1か月健診でお渡しする

# 入院中～産後1か月健診

入院中から退院後も切れ目ない母乳育児支援 産後2週間健診 電話訪問



1か月健診で  
“こち良い抱っことおんぶ”  
の指導



入院中にゆっくりと  
個別指導



1か月健診 EPDS メンタルケア  
カウンセリングを兼ねた診察



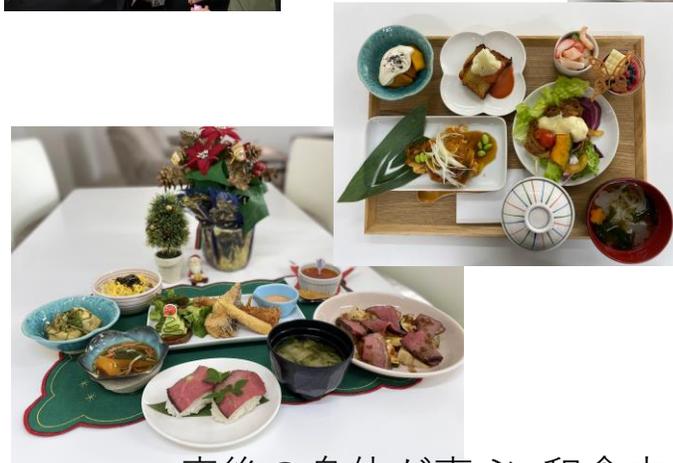
母娘2代で当院ご出産



お産の振り返りをしながら  
アロマトリートメント



鍼灸師と連携  
産後の身体ケア



産後の身体が喜ぶ, 和食中心のごはん



1か月健診スナップ

# 1か月健診終了後 医療施設から地域子育て支援へ繋ぐ



横浜市地域子育て  
支援拠点サイト



集う・つながる・育ちあう  
子育てライフの頼れるミカタ



## 地域子育て支援拠点利用

就学前の子どもとその保護者が遊び、交流するスペースの提供、子育て相談、子育て情報の提供などを行う子育て支援の拠点で、利用登録のうえ、無料で利用いただける施設です。プレママ・プレパパも利用対象です。また、地域で子育て支援に関わる方のために研修会なども実施しています。

[しくみと流れ](#) >

[利用登録](#) >

[拠点の入退館](#) >

[一時預かり予約（港北、旭のみ）](#) >

[各種相談](#) >



## 横浜子育てサポートシステム

地域の中で子どもを預けたり、預かったりすることで人と人のつながりを広げ、地域ぐるみでの子育て支援を目指しています。子どもを預かって欲しい人と、子どもを預かる人に会員登録していただき、条件の合う近隣の方との出会いをサポートします。

[しくみと流れ](#) >

[入会申込](#)

[入会説明会参加申込](#) >

[入会説明会参加履歴](#) >

1か月健診で、お1人ずつ手渡しで説明しながら子育て支援拠点一覧のパンフレットを渡す居住地の支援拠点も確認していただく

特定妊婦を含め、産後の母体の精神状態や育児環境に問題があると判断した場合、担当助産師を決め、自治体と連携を取り、継続的にできる支援を探していく

# 1か月健診終了後も 母子成長,家族機能の獲得のための社会的過程の場所としての役割



ベビーマッサージ教室



離乳食セミナー



産後ヨガ



当院で生まれた赤ちゃん和妈妈  
小学校へ“いのちの授業”



玄関のチューリップを見にいらした親子



コロナ禍ではオンラインで



産後ヨガ

ベビーマッサージ

# よしかたハウスの試み：医療者と育児支援者, 地域ボランティアの協働場所

ママに休んでいただくデイケア  
”産前産後のおうち“



## よしかたハウスとは…

よしかた産婦人科と踏切を挟んだ向かい側にある  
”ママと赤ちゃんのご家族のためのおうち“

当院医師, 助産師, 理学療法士によるクラス  
育児支援NGO団体の参入によるクラスを開催  
ママに休んでいただくためのデイケアも実施



**よしかたハウス**  
ご案内

「よしかたハウス」って  
どんなところ？  
産前から産後まで気軽に  
おしゃべりや学びができる  
おうちです♪

「よしかたハウス」は産前から産後まで  
安心して子育てができるように、  
気軽に集いや学びができる おうちです♪  
どなたでも、赤ちゃんといっしょに、  
ご家族で遊びにいらしてくださいね  
様々なプログラムを用意してお待ちしています。

ご予約・お問合せ  
よしかたハウスの様子

LINE QR CODE  
Instagram QR CODE

よしかたハウス公式LINEにお友達登録ください！



4人子育て中の  
産婦人科医師  
による  
「母乳育児講座」



理学療法士による  
「身体もどし講座」



パパも保育士  
さんと会話



【ホッとカフェ小机のお弁当】  
高齢者, 障がい者の方々の余暇支援  
働く場所を提供。

# 妊娠・出産を安全かつ快適に 産み育てることが楽しく、慈しみ深いと感じてもらうこと

## それが、私たち産科医療を担う者の使命です！

健やか親子21

「妊娠出産の快適性確保のための諸問題の研究」

1. 妊娠・出産の安全性と快適性は両立する概念
2. 妊産婦が本来持っている産む力, 育てる力を引き出す支援が 快適性につながる
3. 妊娠・出産・育児の過程で得られた快適性は、母子成長させ、家族機能を獲得させる社会的過程に大きく影響



これからも  
頑張ります！



# 謝辞



このような発表の機会を与えていただきました  
日本産婦人科医会の皆様  
平原史樹 監事

に心より感謝いたします

ご清聴ありがとうございました！

