

海外の母乳育児アメリカの取り組み

子供への授乳の選択は社会と 環境要因に左右される

第2回ジャムズネットワーク
2015年7月26日（日）

関 久美子 (せき くみこ)

看護師、助産師、

BA, RN, CEIM



本日のテーマ

- アメリカは母乳育児をどのように見ているのか？
- CDC、2020年目標と2014年の母乳推進の報告
- ニューヨーク市の母乳推進の取り組み
- 海外で子育てをする家族への支援活動
- アメリカでの母乳育児に役に立つ情報

アメリカの母乳育児の状況は？

アメリカでは、子どもの肥満や糖尿病などの病気が増加傾向で、the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) and the World Health Organization (WHO) は母乳育児の利点に注目し、特に、2001年から母乳育児推進に力を入れています。

- ▶ アメリカの母乳育児の率はゆっくり**増加傾向にある**。
- ▶ 母乳育児に対する研究の増加、社会の認識の変化、法律制定が母乳育児を支援する傾向にある。

母乳育児は子供の健康と将来の慢性新刊を予防する。

母乳の利点：

母乳育児は母親と子どもに、栄養面、精神的、成長発達の面から良い影響をもたらす。
(Johnson, A., Kirk, R., Rosenblum, K., & Musil, M. 2015).

- ▶ 母乳は人間の赤ちゃんのためにある自然のものである。
- ▶ 母乳は感染症や病気から赤ちゃんを守る。
- ▶ 母乳は母親の健康も守る
- ▶ 母乳は無料で、無駄が無い。
- ▶ 母乳は何時でもどこでも赤ちゃんにあげることが出来る。
- ▶ いつも適温
- ▶ 母親と子どもの身体的な、情緒的な絆を育むことが出来る。
- ▶ 母親に大きな達成感を感じさせることが出来る。
- ▶ 自然災害時の新生児を守る。



一般的に思われている母乳育児は？

▶ **根拠の無い説1：実際に母乳育児を始めるお母さんは少ない。**

事実：アメリカでは90%のお母さんが母乳育児を始めます。

▶ **根拠の無い説2：母乳育児をするとおっぱいがたれる。**

事実：母乳育児がおっぱいの形を変えるのではなく、加齢によるもの、筋肉がなくなることなどが理由です。

▶ **根拠の無い説3：粉ミルクは母乳と同じである。**

事実：粉ミルクは母乳と同じではありません。粉ミルクには、生きている抗体が入っているわけでもなく、子どもの時期も、成長して大人に

なっただけでも病気から守る、酵素やホルモンが入っていません。

▶ **根拠の無い説4：公共の場での授乳を人々は好まない。**

事実：アンケートによると多くの方は、女性が公共の場で授乳することを気にしません。皆が公共の場で授乳をするようになれば、公共場での授乳が

当たり前になるはずですよ。

▶ **根拠の無い説5：母乳育児が簡単に出来る女性もいるが、十分な母乳が出ない女性もいる。**

事実：ほとんどの女性は母乳が出る体に妊娠中作られます。女性は授乳の方法を学んでや練習をして、方法を身につけるために、サポートが必要です。

一人ひとりの女性が授乳が出来るまでの時間は違いますが、ほとんどの女性は、赤ちゃんに必要な母乳を作ることができます。

▶ **根拠の無い説6：母乳を上げている間はSexは出来ない。**

事実：出産後はあなたのパートナーと、Sexの時期を話し合います。母乳をあげている時に出る、オキシトシンのホルモンがSexの時に作られるので、母乳が出ることはあります。正常なことです。



アメリカ母乳育児はなかなか進まない？

授乳に対する誤った考え、思い、信じられている、
母乳育児は

- ・野蛮だ（母乳は後進国の女性が行なう）
- ・恥ずかしい（女性も洗脳されている）
- ・セクシャル（女性はセクシャルオブジェクト）

今でも、アメリカの母乳育児の推進を妨げている。



公共での授乳に対する偏見

例) 2014年、カリフォルニア、ビバリーヒルにある洋服店（Anthropologie store）で、生後6週目の赤ちゃんに母乳をあげていた女性が、定員にトイレに行つて授乳をするように言われ、拒否した所、店から出て行くように言われた。

抗議) この話をブログで知った授乳しているお母さんや女性運動家が、抗議のために、店の前に集まって、みんなで授乳をした。「an Anthropologie store in Beverly Hills to stage a “nurse-in”」

反対意見) この抗議に反対の意見は、「肌を見せることは、公共の場ですることではない」と言う事であった。

結果) Anthropologieはこの件について、授乳した女性に謝っている。

公共の場での授乳がタブーな理由？

- ▶ 乳房をセックスの対象と見ているから、公共の場での授乳に対して人々は落ち着かない、居心地が悪い感じがする
- ▶ 母乳育児が文化的でないと洗脳されて、授乳している女性を非難
- ▶ 母乳を上げない働く女性に、罪悪感を助長するとフェミニズム運動が批判
- ▶ 粉ミルクを公共の場であげることと、母乳も赤ちゃんに栄養を与えることは同じに感じない
- ▶ わざわざ、勇気付けるために “breast is best” と声を上げなければいけない
- ▶ まだまだ、公共の場での授乳には多くのアメリカ人は居心地が悪くなる

母乳育児の推進には、

公共でボトルミルクを上げることがほほえましく、奨励されることと同じように、授乳も奨励されなければいけない。

Centers for Disease Control STATS

- ▶ Breastfeeding. (2014, September 2). Retrieved March 24, 2015, from <http://www.cdc.gov/breastfeeding/>



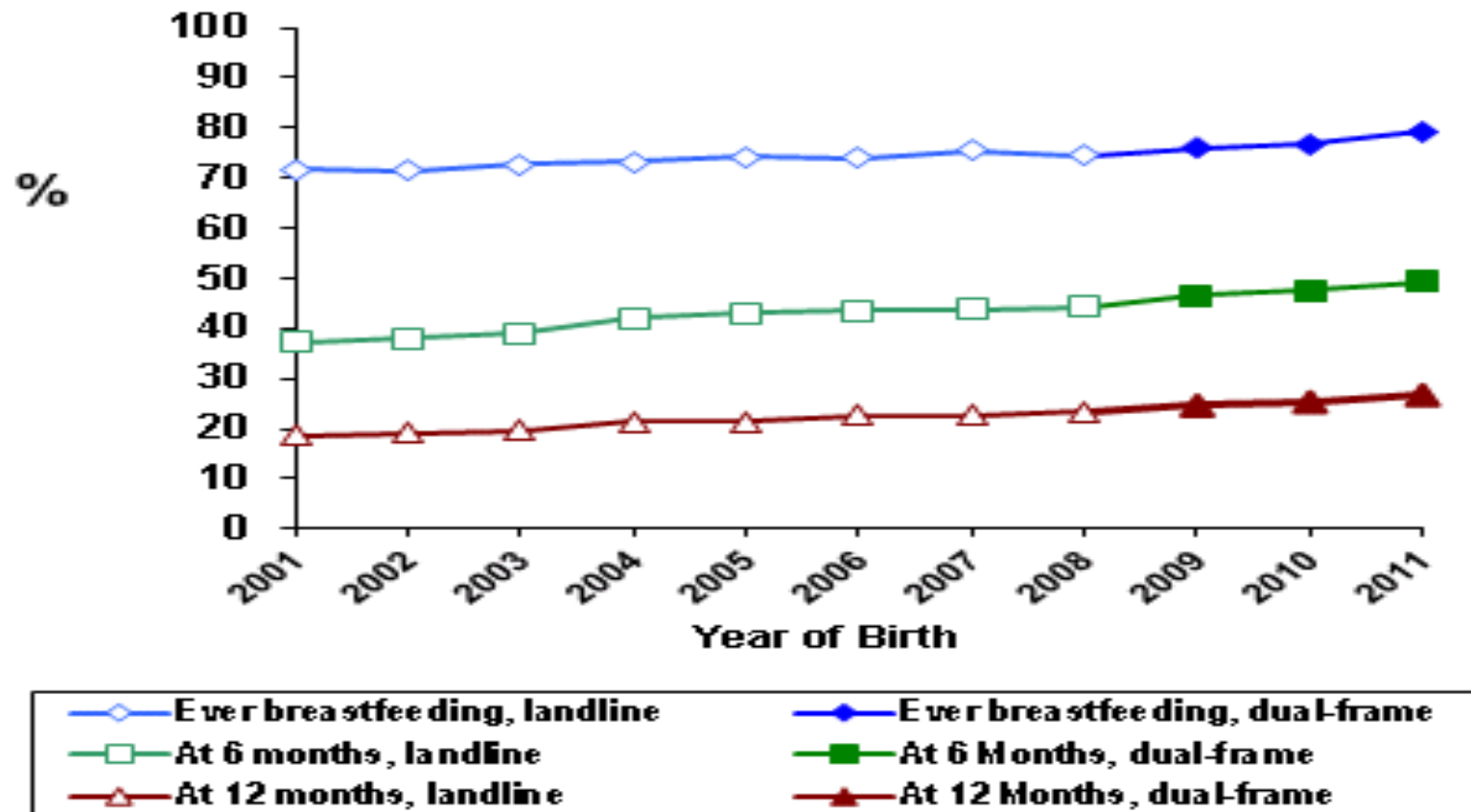
アメリカの母乳育児 2020年

MICH-21: Increase the proportion of infants who are breastfed

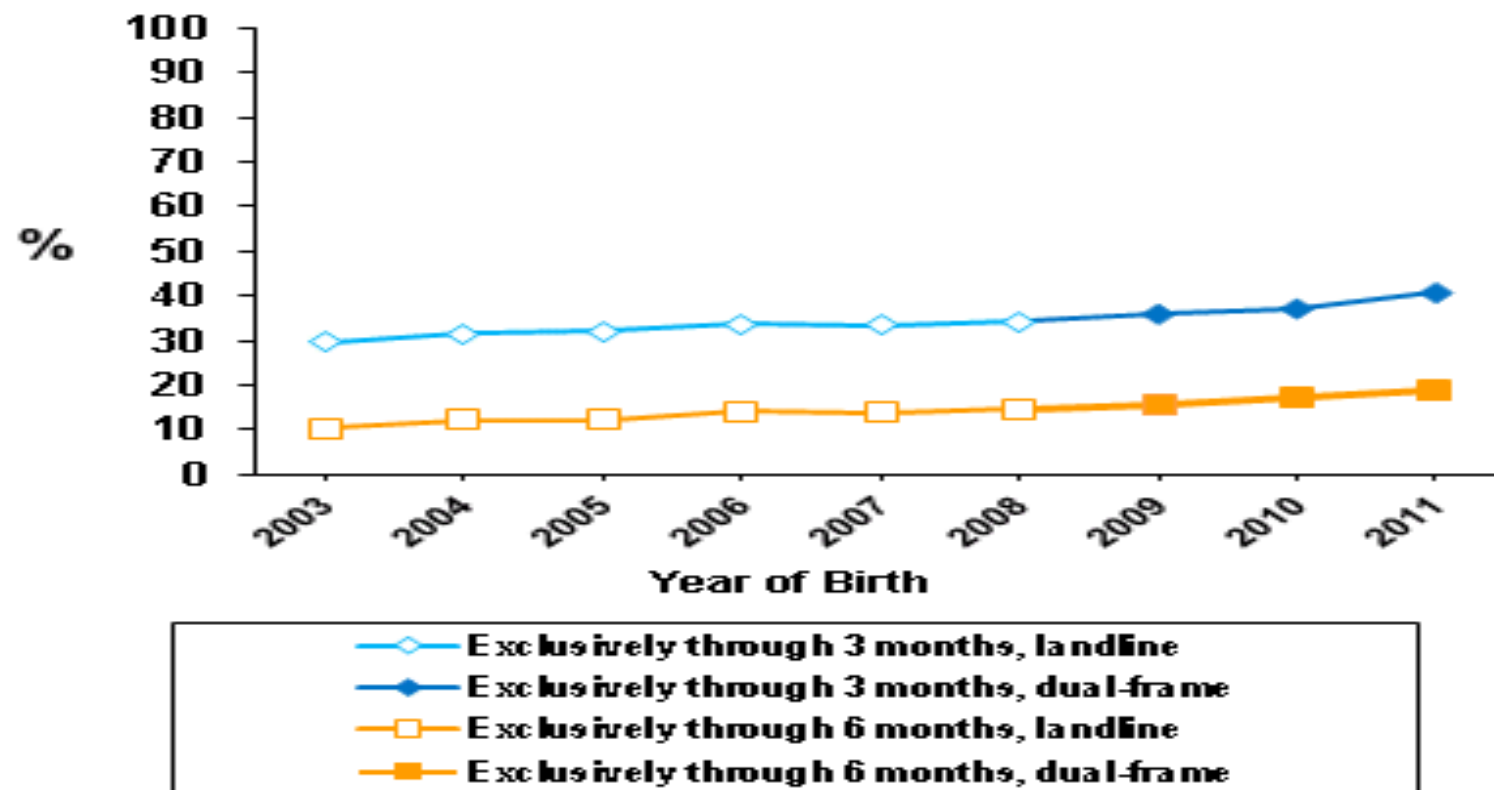
MICH-21: Increase the proportion of infants who are breastfed			
MICH-21.1	Ever	74.0% of infants born in 2006 were ever breastfed as reported in 2007-09	81.9%
MICH-21.2	At 6 months	43.5% of infants born in 2006 were breastfed at 6 months as reported in 2007-09	60.6%
MICH-21.3	At 1 year	22.7% of infants born in 2006 were breastfed at 1 year as reported in 2007-09	34.1%
MICH-21.4	Exclusively through 3 months	33.6% of infants born in 2006 were breastfed exclusively through 3 months as reported in 2007-09	46.2%
MICH-21.5	Exclusively through 6 months	14.1% of infants born in 2006 were breastfed exclusively through 6 months as reported in 2007-09	25.5%



授乳をしたことがある



完全母乳

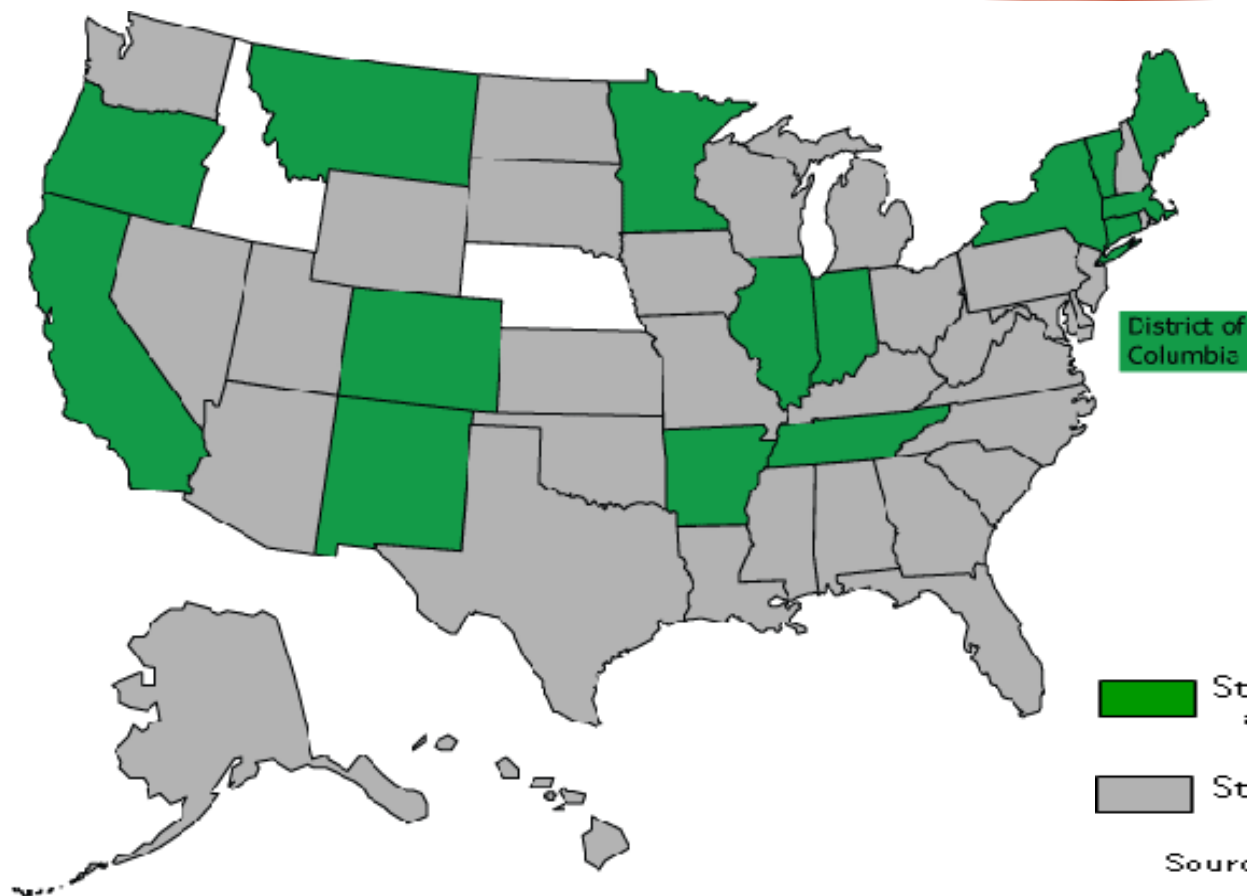




2014年のCDC母乳育児の現状報告から

1. 病院での母乳育児支援の変化
 2. 粉ミルク優先を避ける啓蒙
 3. 健康保険医療請求と国際ラクテーションコンサルタント専門家増量
 3. CDC、国、州、市の支援のための法制定
 4. コミュニティ支援活動
- 2014年CDC Breastfeeding Report Card



州による母乳育児法律の分布と法律のタイプ - 2009



-  State mandates both employer lactation support and support for breastfeeding in public
-  State only mandates support for breastfeeding in public

Source: National Conference of State Legislatures, 2009

ニューヨーク市に見る母乳育児支援の取り組み

ニューヨーク市の推進活動

特に、2015年の5月9日から「Latch On NYC」の取り組みを開始、母乳育児を選ぶお母さんの支援を強化しています。目的は、母乳育児の推進と継続、完全母乳の増加を目指します。

1994年には公共の場での授乳を守る法律の制定
罰金\$800



NYCポスター 2015年

赤ちゃんにはあなたの母乳が一番！！！！

- ・ 中耳炎リスクを低くする
- ・ 肺炎リスクを低くする
- ・ 下痢リスクを低くする



病院で、あなたは次の権利を持っている。



- ▶ 母子同室
- ▶ あなたと赤ちゃんが安全な状況になったら、授乳を開始する。
- ▶ あなたが母乳育児をしたいと決めたときに出来るように、母乳育児の情報を得る。
- ▶ どのように授乳をするのか指導される
- ▶ 母乳が赤ちゃんの健康のために重要なこと、母乳育児に必要な栄養、母乳育児の母親が遭遇する一般的な問題、母乳を収集、保存のアドバイスを得る。
- ▶ 粉ミルクを決めた時にはその情報を得る。

公衆の場で、あなたは次の権利を持っている。

- ▶ ・どこの公衆の場でも、私的な所でもあなたは赤ちゃんへの授乳の権利を持っている。
- ▶ ・店、託児所、診療所、レストラン、公園、映画館やほかの所が含まれる。
- ▶ ・誰も、授乳をしているからといって、出て行くように言うことはできない、誰もトイレや地下や個室で授乳をするようにと言うことも出来ない。



仕事場で、あなたは次の権利を持っている。

- ▶ ・ 出産から3年間母乳を搾乳
- ▶ ・ 仕事の間に、又は休みの間に搾乳する
- ▶ ・ 仕事場で、搾乳の出来るドアつきの安全な個室を要求することが出来る。
- ▶ ・ 雇い主は、搾乳を理由に差別をしてはいけない。



社会と文化の影響

信じていること
生活スタイルからの選択
家族の影響



環境の影響

仕事場

公共の決まり



地域の影響



母乳育児が影響されるソーシャル-環境モデル

- ▶ 組織、政治、法律

地方、県、政府のポリシー や法律/健康保険

- ▶ 社会

規則、ポリシー、会社の規則

- ▶ コミュニティ

- ▶ ネットワーク、常識、慣習、信じていること



授乳歓迎の表示 2015年



海外の邦人の抱える問題

母乳育児をしている母親の抱える悩みは日本とおなじに、文化の違い、言葉の問題

社会と文化

- ▶ カルチャーの違い、習慣の違いによる母乳育児への姿勢へ違い。
- ▶ 授乳スキルの教育が十分にえられない、リソースを探せない。
- ▶ 授乳専門家とのコミュニケーションが難しい

環境

- ▶ 家族のサポートが少ない、家族支援者は夫のみで、ともに産後の不安と疲労。
- ▶ 医療関係者、授乳専門家が、日本の文化に馴染みが少ない。
- ▶ 健康保険などの問題
- ▶ 貧困、経済的な不安、生活が安定しない



ニューヨークで母乳育児、邦人支援活動

▶ NYすくすく会の今までの活動

- ・妊婦さんと懇談会・お母さんと懇談会・CPRワークショップ
- ・子どもとペット・家族の歯の健康
- ・ポジティブペアレンティング
- ・インファントマッサージ
- ・アロマセラピーと子育て etc

25年前は里帰り分娩が主流だったが、今はまったく反対になった。現在は、ほとんどがニューヨークで出産育児、安心してママ友が交流の場と日米の医療、子育ての違いの情報を提供している。



渡米する邦人が頼りにできる日本語の情報

NPO法人日本ラクテーション・コンサルタント協会

<http://jalc-net.jp/>

ラ・レーチェ・リーグ日本

<http://www.lljapan.org/>

愛育会サイト

http://www.aiiku.net/class/mothers_milk.php

ニューヨークすくすく会サイト

<http://nysukusukukai.org/>



ニューヨーク英語情報とリソース



National Breastfeeding Helpline (U.S. Department of Health and Human Services)

800-994-9662

9 am to 6 pm, Monday to Friday

Breastfeeding.com

BreastfeedingBasics.com

Growing Up Healthy Hotline (for WIC information)

800-522-5006

La Leche League (for support groups and lactation consultants)

lalecheleague.org

800-Laleche (800-525-3243)

Women's Healthline (for birth control information)

Call 311

ニューヨーク市母乳推進ガイド (英語)

<http://www.nyc.gov/html/doh/downloads/pdf/csi/csi-breast-feed-mother-guide.pdf>

ご清聴感謝いたします。

Kumiko Seki

1 Tiffany Place #5F

Brooklyn, NY 11231

yamamama@nyc.rr.com

