

# 総合周産期母子医療センターだより

平成30年9月号

2018年9月14日発行 (No.153)  
山口県立総合医療センター  
〒747-8511 山口県防府市大字大崎10077番地  
http://www.ymghp.jp  
tel:0835-22-4411 (代表)



## 里帰り分娩について



里帰り分娩とは、妊婦さんが今住んでいるところを離れて実家に帰って実家の近くの病院などで出産することをいいます。他の先進国にはみられない日本独特的慣習といわれています。

里帰り分娩は、実家の家族が家事や育児などをサポートしてくれるため、ママが安心して出産し自分の体を休めながら赤ちゃんのお世話を専念できるというメリットがあります。一方、里帰り分娩の問題点としては、妊婦健診を受けていた施設と出産する施設が異なるためにママや赤ちゃんの健康管理や保健指導が違うことがある点、ママとパパや上の子さんが一時的に離れて暮らすことになる点、妊娠後期や出産後の早い時期に自宅と実家を移動することになるためママと赤ちゃんに負担がかかる点、などが挙げられます。したがって、里帰り分娩をするかどうかは、ママとパパだけでなく周囲の方たちとよく相談して決める必要があります。

里帰り分娩をすることに決めたら、まずは分娩する施設を決めましょう。分娩予約が必要であったり里帰りをする前にあらかじめ健診に行かなくてはいけなかったり、施設によって受け入れ体制が異なりますので、受診方法などは直接問い合わせるなどして事前に確認しておいた方がよいでしょう。分娩する施設が決まつたら、妊婦健診を受けている施設に報告をして紹介状を書いてもらって下さい。

実家への帰省は、分娩先での健診が始まる前には完了しておきましょう。自分の体調だけでなく家庭や仕事などの環境のことも考えて移動時期を決め、身体に負担がない交通手段で移動して下さい。飛行機を利用して帰省する場合は、出産予定の28日前からの搭乗は医師の診断書などが必要なことがありますので、あらかじめ航空会社に問い合わせて確認しておいた方がよいでしょう。

出産後は、赤ちゃんとママの1ヶ月健診を済ませた後を目安に自宅へ戻る時期を決めましょう。その後、自宅での生活が大変であれば、今度は親に自宅に来てもらったり、地域の保健師さんに相談したりして、ママひとりで悩まずに周囲のサポートを受けるようにして下さい。

当院で里帰り分娩を希望される妊婦さんは、妊娠34週までに当院産科を受診して下さい。分娩予約や里帰りされる前の受診は必要ありません。持病のある方は妊娠28~32週頃までに受診して下さい。受診時には、妊婦健診を受けている施設からの紹介状、健康保険証、母子健康手帳、妊婦健康診査受診票（補助券\*）を持参して下さい。受診は平日の午前中であればいつでも可能ですが、通院中の医療機関を通じて当院の地域医療連携室にご連絡いただければあらかじめ受診予約を取ることも可能です。また、当院では院内助産院での分娩も可能ですので気軽にご相談下さい。無事の里帰りをお待ちしています。

産婦人科 浅田 裕美

\*補助券は居住地の市町村が発行しています。補助の額が異なりますので、一旦病院で支払いをしていただき、領収書を居住地の市町村の窓口に持参して払い戻しを受けてください。



## 「おぎやー!!」 in 助産院 Sun

助産院でお産ができる方は、  
※妊娠経過が正常な経産婦さんで、医師より  
助産院でのお産が可能と言われた方  
※ご本人とご家族が、助産院でのお産を希望  
されている方  
※当病院の産科外来を受診されている方  
です。

院内助産院でお産をされたお母さんにお話を伺いました。  
今号は6月に出産された和花ちゃんのお母さんです。

現在の心境をお聞かせ下さい！

無事に生まれててくれてよかったです。兄妹で仲良くしているのを見ると癒されます。



「助産院で出産しよう！」と思われた理由は？

助産院で出産した先輩ママから楽だったと聞いて興味が出たのと、フリースタイル分娩を経験してみたい！！と思い、決めました。



助産院でお産をすることで不安な事はありましたか？

フリースタイル分娩について想像がつかず不安でしたが、健診の時に実際に畠の部屋で、お産の流れを説明してもらえたので、安心してお産に臨むことができました。



「いざ、お産！」から過ごされてみてどうでしたか？

直前まで息子と主人と話したり、遊んだりして、普段と同じように過ごせたのと、助産師さんにマッサージをしてもらってリラックスでき、とっても楽なお産だったと思います。畠の部屋で、好きな姿勢で過ごせたのも良かったです。お産直後にカンガルーケアや授乳もでき、悔いのない、楽しいお産となりました。



ご家族の反応はいかがでしたか？

【ご主人】 家族みんなで立ち会えてよかったです。

【お兄ちゃん（当時1才10ヶ月）】

ずっと一緒に過ごしていて、お産のあとすぐに私の髪を撫でに来てくれました。最初は赤ちゃんに近付かなかつたけど、すぐに慣れ、顔を近付けたり、よしよししたりしていました。



初めての抱っこ

## 「和花 のじか」

人と人との和を繋いでいける、花の咲いたような明るい笑顔で、誰からも愛される女の子になって欲しいと思いました。



「助産院で出産を！」と検討中の皆さんへメッセージをお願いします。

妊娠中から産後までベテラン助産師さんからの確なアドバイスをもらえて、安心して全てお任せでき、おすすめです。  
入院中も家族みんなでくつろげる空間です。

## 助産院 Sunスタッフより

入院後、順調にお産が進みました。ご家族の皆さまが和花ちゃんの誕生に立ち会えて本当に良かったと思います。お産後、お母さんをねぎらうお兄ちゃんの姿がとても頼もしく思えました。

「初めての抱っこ」の写真は3人の様子がとてもほほえましいですね。  
お兄ちゃんも和花ちゃんが可愛くて仕方ない様子が伝わってきます。  
和花ちゃん、お兄ちゃんと仲良く、すくすく育ってくださいね。（小野）

## 『十五夜パーティーへGo!』 編集後記



『十五夜パーティーへGo!』

暑すぎた夏が過ぎ、過ごしやすい気候になってきましたね。

先日、市内にあるぶどう園へ行ってきました。マスカットも魅力ですが、クイーンニーナという品種にも挑戦！粒がとても大きく、味も最高でした。お気に入りのブドウがひとつ増えました。

（C.K☆N.S☆Y.M☆K.）



周産期センター  
キャラクター  
マミー&メイ