

短 報

聖路加・テルモ共同研究事業 “ルカ子ウィメンズヘルス・カフェ”開催報告

實崎 美奈¹⁾ 森 明子²⁾

Report on ‘Lukako Women’s Health Cafe’ Provided by St. Luke’s College of Nursing and TERUMO Corporation

Mina JITSUZAKI, RN, CNM, MN¹⁾ Akiko MORI, RN, CNM, PHN, PhD²⁾

〔Abstract〕

Based on the concept of Developing of Women-Centered Care Model for Fertility Care, which is part of the St. Luke’s College of Nursing 21st Century COE Program, (a nursing project that aims to produce health through people-centered care), the authors held the ‘Lukako Women’s Health Cafe’ from 2008 to 2011. This was a joint enterprise of St. Luke’s College of Nursing and TERUMO Corporation. The aim of this enterprise is to support the women’s reproductive choice with correct information, relief and confidence. The ‘Lukako Women’s Health Cafe’ was held through the cooperation of midwives and self-help group staff on the third Friday evening of the month. The meeting consisted of mini lectures such as: uterine myoma, endometriosis, infertility and prenatal diagnosis and also open discussions led by the self-help group staff of each theme. Total participants were 216 and mostly thirty to forty year-old company employees. The evaluations from participants and students of the Certified Nurse Course in Infertility Nursing, who were in charge of the infertility meetings, were favorable. Toward the goal of increasing women’s awareness of the necessity to know their own body and fertility conditions, health care professionals such as midwives and nurses should strengthen seminars and/or meetings as an opportunity to support women’s awareness.

〔Key words〕 Women’s health seminar, self-help group, midwife, cooperation, infertility care

〔要旨〕

“ルカ子ウィメンズヘルス・カフェ”は、聖路加看護大学21世紀COEプログラム「市民主導型の健康生成を目指す看護形成拠点」の成果の一つである、「不妊女性へのWomen-Centered Careモデルの開発」を基に、2008年度からの4年間、聖路加・テルモ共同研究事業として開催した。その目的は、女性が正しい知識、安心と信頼のもとで、自分らしいリプロダクティブ・チョイスができるようにサポートすることである。子宮筋腫、子宮内膜症、不育症、不妊症、出生前検査を各回のテーマに挙げ、看護職からのミニ講座と協働の自助グループ主導によるおしゃべり会で構成した。延べ参加者数は216名であり、その多くは30～40代の会社員であった。参加者からの評価および不妊症の回を担当した認定看護師教育課程（不妊症看護コース）の研修生の評価は概ね良好であった。女性が自分のからだについて知ることの必要性とそれをサポートする機会の周知を強化していくことが今後の課題である。

〔キーワード〕 女性の健康セミナー、自助グループ、助産師、協働

1) 聖路加看護大学 看護実践開発研究センター St. Luke’s College of Nursing, Research Center for Development of Nursing Practice
2) 聖路加看護大学 母性看護・助産学 St. Luke’s College of Nursing, Maternal Infant Nursing and Midwifery

I. はじめに

聖路加看護大学では2003年度からの5年間、21世紀COEプログラム「市民主導型の健康生成を目指す看護形成拠点」に取り組んだ。その研究成果の一つである、「不妊女性へのWomen-Centered Care（以下、WCC）モデルの開発」は、看護職と自助グループとのパートナーシップによるアウトリーチモデルである¹⁾²⁾。著者らはこの成果を基に、2008年度からの4年間、女性が正しい知識、安心と信頼のもとで、自分らしいプロダクティブ・チョイスができるようにサポートすることを目的とし、女性のからだ・妊娠・出産をめぐるテーマで学び語り合う場として、「ルカ子ウイメンズヘルス・カフェ」（以下、「ルカ子カフェ」）を開催した。本稿ではその実績について報告する。

II. “ルカ子カフェ”の概要

1. 開催の概要

“ルカ子カフェ”は、生殖年齢にある女性を主なターゲットとし、原則として各年度に6回、第3金曜日の18時30分から20時という時間帯で開催した。各回それぞれ、「子宮筋腫」「子宮内膜症」「不育症」「不妊症」「出生前検査」をテーマに挙げ、原則として看護職によるミニ講座を30分間、協働の自助グループ主導による体験談およびおしゃべり会を1時間という構成とした。

“カフェ”という事業名のとおり、お茶や菓子を準備した。また、開催前後にはリラクゼーション効果のあるBGMを流すなど、和やかな雰囲気を提供するよう心がけた（写真1）。会場内には各回のテーマに関連する情報が掲載されたパンフレット類のほか、各自助グループが発行している書籍やニュースレターの閲覧スペースを設置した。

1) ミニ講座

各回すべて著者らが担当した。参加者は、受診を検討

している者、通院治療中の者、治療法の選択を迫られセカンドオピニオンを求めている者など、様々な段階にあることが想定されるため、各テーマの原因や症状、検査方法などの基本的な知識を押さえた上で、治療方法の選択肢とそれらの治療成績等の正確な情報提供を行った。また、ミニ講座の最後に質疑応答の時間を設けることで、参加者が正しく理解できるよう努め、おしゃべり会終了後には個別に相談に応じることで、参加者が疑問をもちかえることがないような策を講じた。

2) おしゃべり会

各回のテーマによって、「子宮筋腫」「子宮内膜症」「子宮筋腫・内膜症体験者の会たんぽぽ」、「不育症」「NPO法人不育症友の会ハートビートくらぶ」、「不妊症」「フィンレイジの会」の、各自助グループのスタッフが担当した。参加者数に応じて6～8名のグループに分け、自己紹介を含めてのフリートークを行った。

3) テーマ別の配慮

いずれのテーマでも上記のように2部構成で開催したが、「不妊症」の回は、この問題にカップルで対処していくことの重要性を考慮し、女性だけでなく、そのパートナーの参加も促した。また、カップルでの参加の利便性を考え、2010年度からは「不妊症」の回のみ土曜日14時から16時の開催とした。「出生前検査」については、妊娠・出産経験のない女性には十分に周知されていないこと、自助グループが存在しないというテーマの特徴から、遺伝を専門とする産婦人科医師および看護師による講義で構成した。このように、各回のテーマの特徴に合わせた配慮も心がけつつ開催した。

2. 広報活動と参加者数

本学看護実践開発研究センターで開催される事業はすべて、催しもの案内（冊子）および同センターのWebサイト（<http://rcdnp.slcn.ac.jp/>）での記事掲載による広報活動が行われている。それらに加え、テーマおよび開催日時等を記載した三つ折りリーフレットおよびチラシ



写真1 ルカ子カフェの会場

表1 ルカ子カフェの参加者数

	第1回	第2回*	第3回	第4回*	第5回	第6回	第7回	第8回	計
テーマ	子宮筋腫	子宮筋腫・子宮内膜症	子宮内膜症	子宮筋腫・子宮内膜症	不妊症	不妊症(1)	不妊症(2)	出生前検査	
2008年度	7	—	7	—	11	3	11	0	39
2009年度	29	—	14	—	1	6	13	2	65
2010年度	6	8	8	11	0	4	12	16	65
2011年度	6	—	6	—	5	9	5	16	47
計	48	8	35	11	17	22	41	34	216

*第2回、第4回は2010年度のみ、おしゃべり会を開催した。

を作成し、首都圏の男女共同参画センターに送付した。その他、看護ネット (<http://www.kango-net.jp/>) のトピックス欄や各自助グループのWebサイト (<http://tampopo.bcg-j.org/>, <http://www.heartbeatclub.jp/>, <http://www5c.biglobe.ne.jp/~finrrage/>) およびニュースレター^{3) 4)}、妊娠出産情報関連のメーリングリスト等へ記事を掲載することで、本事業の周知および参加者の募集に努めた。「不妊症」の回については、本学認定看護師教育課程(不妊症看護コース)の研修生が独自に作成したポスターやチラシを首都圏の不妊症看護認定看護師宛てに送付し、広報活動への協力を依頼した。

各年度の延べ参加者数は表1に示すとおりである。参加者の多くは30～40代の会社員女性であった。上記テーマに興味を持つ本学の学部生・院生等の参加もあった。参加者の中には、同年度内に、または年度を越えて複数回参加する者、参加後に自助グループに入会する者もみられた。

3. 自助グループとの協働の実際

各年度のチラシおよびリーフレットが完成した時点で各自助グループに送付し、会員への周知を依頼した。開催の1週間前をめやすに参加申し込み状況を代表者に連絡し、協力者の人数調整等を行った。開催当日は、開催前におしゃべり会のグループ分けなどの簡単な打ち合



写真2 ルカ子カフェ開催中の様子 (2009年11月)

せを行った。開催後には参加者へのアンケート集計結果を代表者に送付し共有した。集計結果は次回以降の開催に向けての参考資料として、またニュースレターの原稿作成上の資料として活用されていた⁵⁾。

“ルカ子カフェ”での協働を通して各自助グループ・本学の担当者間には良好な関係性が構築された。このことにより、双方が主催する講演会やセミナー等の広報活動への協力や講師の派遣、ニュースレターへの記事掲載のための取材に応じることにもつながった⁶⁾。

Ⅲ. 教育の場としての“ルカ子カフェ”

1. 認定看護師教育

テーマの一つとして挙げられている「不妊症」の回については、毎年2回(11月、12月)、当該年度に本学認定看護師教育課程(不妊症看護コース)に在籍する研修生の「演習：集団教育」としての開催とした(写真2)。

各年度の研修生は11月担当の霜月チーム、12月担当の師走チームの2チームに分かれてサブテーマを決め、企画から運営・実施・評価までを行った。研修生らは日常業務の中で感じている当事者カップルのニーズをアセスメントして目標を挙げ、指導内容を明文化した企画書を作成し、実施につなげていた。研修生らは個々の得意分野を活かし、不妊の原因や検査、治療についての講義、セルフケアの一つの方法としてのヨガの紹介と実演、医療者に自分の気持ちを伝える方法を紹介するためのロールプレイ、夫婦間のコミュニケーションをはかるツールとしてのハンドマッサージの紹介と実演などを取り入れたミニ講座を展開した。研修生らが開催した4年間、計8回の各回のサブテーマを表2に示す。

認定看護師教育課程のカリキュラムの総時間数は615時間(2010年度までは600時間)であり、そのうち不妊症看護コースにおける演習の時間数は30時間であった(2012年度からは75時間)。企画から実施まで行うには時間数が短く、研修生らが一堂に会するのはこのコースの開講日である金・土曜日のみという条件の下での企画・運営でもあった。開講日には演習の授業時間だ

表2 認定看護師教育課程（不妊症看護コース）研修生が担当した「不妊症」の回のサブテーマ一覧

年	月	サブテーマ
2008	11	知ろう！不妊について
	12	パートナーと支え合う不妊
2009	11	不妊治療をすすめるうえでの心の準備ー不妊治療と上手につき合おうー
	12	からだもこころもあたたまるう 自分でできるストレスケア・セルフケア～ヨガ～
2010	11	“こころ”と“からだ”のコミュニケーション～自分の体と向き合うために～
	12	LET’S TRY! 妊娠前から知っておいてほしい健康的な体づくり～自分たちでできること～
2011	11	不妊治療の通院テクニック～自分の気持ちを伝えよう～
	12	ふたりのキモチ～ハンドマッサージでリラックス～

けでなく、休憩時間等の時間外にミーティングを持っていたほか、開講日以外にも E-mail や Social Networking Service (SNS) 等を駆使しながら準備を進めていた。

日頃、臨床現場で接している認定看護師教育課程の研修生にとっても、医療施設の外で聴く患者の声は新鮮であり、看護ケアのあり方を振り返る機会となっていた。また、「全く満足しなかった(1点)」～「大いに満足した(10点)」の10段階評価による研修生らの演習への満足度の平均点は8.5点であった。自由記述には、感想として、「準備期間が短かった」「グループ活動を通しての難しさ、ありがたさなどとても勉強になった」「皆で取り組み、学びも多く達成感を感じられた時間だった」「今後、(自分が勤務する)施設で不妊学級の運営を行おうと考えているので参考になると思う」「実施する前はプレッシャーも大いにあったが、実施後は協働における学びがあったと実感した」「市民講座という対象者の背景や人数まで計り知れないものを相手に運営・実施できて、とても学ぶものが多かった」などが挙がっていた。不妊治療実施施設に勤務する研修生たちが、所属施設において一般参加者向けの集団教育を行う機会は少なく、自助グループとの協働の経験はほとんどない。研修生たちは、この演習の機会を通して即実践につながる多くのものを得ることができていた。

2. 学部教育

本学学部4年生の選択科目である「家族発達看護論Ⅱ」の履修者のうち、不妊に関心を持つ学生には「不妊症」の回への参加を促した。おしゃべり会への参加は、学生たちが当事者の生の声を初めて聴く機会となっており、講義では想像することだけにとどまっていた当事者の思いや経験に触れることができていた。

IV. “ルカ子カフェ”の評価

よりよい事業の展開を目的に、会開催の際には参加者に対し、参加後のアンケート調査を実施した。その結果、

開催日時について、就業している参加者からは、「もう少し遅い時間に開催してほしい」という要望があった一方、就業していない参加者からは、「もう少し早い時間に開催してほしい」という要望があった。会の時間(長さ)については、「ちょうどよい」との感想がほとんどであったが、おしゃべり会は「短い」と感じている者もあった。参加後には、ほぼ全員が「また参加したい」と回答していた。「とても勉強になった」「人それぞれ様々な症状をかかえていることがわかった」「少し気分が楽になった」「聞きたいことが聞けた」など、開催目的にかなった感想を持っていた。

V. 今後の課題

参加者の参加後のアンケートでは、「また参加したい」「勉強になった」との記述が多くみられたが、実際の参加者数は各回定員の約30名を下回っていた。スターティング・ファミリーズ調査⁷⁾によると、日本人は他の調査国と比較して妊娠、不妊に関して極端に知識不足であり、セルフコントロールをしようという意識が低いと報告されている。“ルカ子カフェ”への参加者数の少なさは、広報の課題もさることながら、個々の女性に自分のからだや妊娠・出産に関する情報を得ることの必要性と重要性の認識が醸成されていないことの一端を反映しているのかもしれない。

日本では、生殖年齢にある女性が自分自身のからだについて学ぶ機会は少ない。今後も多角的に学びの機会を提供していく方策について検討していくことが重要であると考えられる。

VI. おわりに

“ルカ子カフェ”の開催は、参加者たちが看護職者から正しい知識を得ること、同じテーマに関心を持つ仲間との交流を持つ機会となっていた。市民である自助グループとの協働による事業展開はWCCモデルの具現で

あり、認定看護師教育課程の研修生や学部学生、大学院生の教育の場にもなっていた。今後の課題としては、女性が自分のからだについて知る必要性と、それをサポートする機会の周知を強化していくことが考えられた。今後も WCC モデルを基に、女性のリプロダクティブ・チョイスをサポートしていきたいと考える。

謝 辞

“ルカ子カフェ”への参加者の皆さま、開催にご協力くださいました自助グループ、子宮筋腫・内膜症体験者の会たんぼぼ、NPO 法人不育症友の会ハートビートくらぶ、フィンレージの会のスタッフの皆さまに心より感謝申し上げます。“ルカ子ウィメンズヘルス・カフェ”は、聖路加・テルモ共同研究事業の一つとして開催いたしました。

引用文献

- 1) 森明子. (2008). 不妊女性への Women-Centered Care モデルの開発. 聖路加看護大学 21 世紀 COE プログラム 研究成果最終報告書. 39-43.
- 2) 森明子他. (2008). 英国の不妊当事者サポートにおける生殖看護師と自助グループの協働. 聖路加看護大学紀要, 34, 62-69.
- 3) たんぼぼ. (2011). たんぼぼ通信. 104, 29.
- 4) フィンレージの会. (2011). NEWS LETTER, 144, 21.
- 5) たんぼぼ. (2011). たんぼぼ通信. 106, 13.
- 6) 同上書 pp13
- 7) J. Boivin. (2010). Fertility- Findings from the international Starting Families study. Merck Serono, fertility : The Real Story. 4-12. Geneva : Merck Serono.