



## 近い未来？ 遠い未来？ — 低中所得国の産後うつ —

国立研究開発法人 国立国際医療研究センター 国際医療協力局 人材開発部 研修課

保健師 益 絢子

すでに多くの人々が認識しているように、低中所得国には数多くの保健課題が存在しています。では、低中所得国の母子保健問題といえば、思い浮かぶのはどのような問題でしょうか？女性（母）の場合は出産後の出血・危険な人工中絶等、子どもについては肺炎・下痢・マラリアなど感染症のイメージを持つ方が多いかもしれません。一方、日本における母子保健問題といえば産後うつ<sup>※1</sup>や虐待などがあげられると思います。

近年、日本では産後うつや児童虐待に関わるニュースが絶えません。悲しい事件が起こるたび、同様の事例を防ぐため様々な取り組みが行われてきました。一部の例として、保護者の育児負担や社会的孤立を防ぐため、保健師・助産師が4か月までの乳児がいる家庭を訪問する「乳児全戸訪問事業（平成26年）」<sup>1)</sup>、住民票上は存在するけれど健診に来ない・目視確認ができない居所不明児童対策の「乳幼児健診未受診者、未就園児、不就学児等の緊急把握の実施（平成30年）」<sup>2)</sup>などがあげられます。これまでの周産期に焦点をあてた施策から、妊娠期から切れ目ない支援を目指し、男女を問わず思春期から性や妊娠に関する正しい知識を身につけること、健康管理を促すプレコンセプションケアや不妊症・不育症の相談支援へと対象を拡大しています。また、行政ではカバーしきれない部分はNPO団体等と協働し、柔軟かつスピーディな体制を構築しています。以上のように、日本の母子保健において産後うつや児童虐待は最優先事項の一つとしてあげられています。では低中所得国では産後うつや虐待はどのように扱われているのでしょうか？昨年12月（2023

年12月）にアフリカ仏語圏の母子保健行政官に各国の様子を聞く機会がありました。

国際医療協力局（以下、協力局）では戦略の一つとして、国内外のグローバルヘルス人材の育成を掲げています<sup>3)</sup>。協力局では独立行政法人国際協力機構（以下、JICA）技術協力委託機関の一つとして本邦研修を行っています。そのうちの一つに行政官を対象とした「アフリカ仏語圏地域 女性と子どもの健康改善」があり、2023年12月5日～23日まで計8カ国9名の研修生を受け入れました。研修生は公衆衛生医師・助産師など自国の母子保健行政に関わる医系技官です。この研修では、講義や視察を通して日本の保健活動を学び、知識を得るだけでなく講師とのディスカッションや研修生同士の意見交換を通じて、理解を深めることを目的としました。併せて、グループワークで共通の課題や他国の状況を学び、女性と子どもの健康改善のための活動を自国で実施するにあたり、多角的にアプローチできるような研修を行いました。

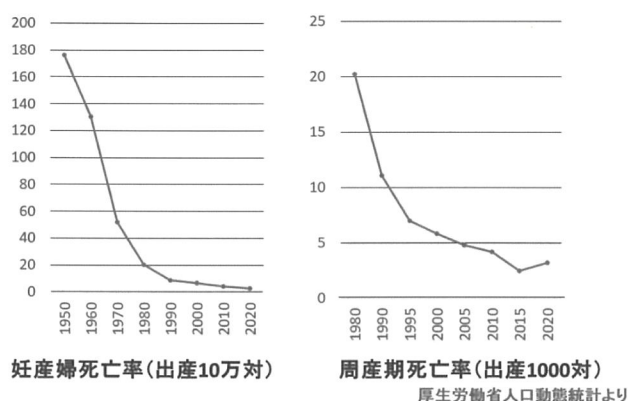
研修期間中、日本の産後うつや児童虐待に取り組むNPOの方にお話を伺いました。日本では妊産婦が社会的に孤立し精神的負担が大きいこと、そのような状況に関連して産後うつや児童虐待（特に0ヵ月0日目）が起きていることを説明していただきました。その話を聞いた研修生の反応は非常に印象的で「もっともハッピーな時期なのにうつになるの？」「うつになる状況を）信じられない、理解できない」「自分の国では出産すると親族みんなで母子のお世話をし、孤独を感じることはない」という発言が多く聞かれました。一方で、最近似たような事例が起

ているという国もありました。出産コントロールや感染症対策を優先課題としている国では、日本の現状を理解することはなかなか難しいようでした。誰しも望んでうつになるわけではないこと、核家族を背景とした育児によって孤独感が強まることを補足しても共感を得るまでには至りませんでした。

しかし、振り返ってみると以前の日本も同じだったのではないのでしょうか。妊産婦死亡率や周産期死亡率が高く、とにかく衛生環境や医療施設を整備することを目指していた時代、少なくとも今ほど産後うつや児童虐待のニュースは聞かなかったと思います。図に示しているように、日本の妊産婦死亡率は

1950年に176.1（出産10万例あたり）から2020年に2.8まで低下し、1980年に20.2（出産1000例あたり）であった周産期死亡率は、2020年に3.2まで低下しています<sup>4)</sup>。一方で、国立成育医療研究センターが行った調査によると、2015年～2016年に妊娠中から産後1年未満の妊産婦の死亡例、357例のうち、3分の1近くの102例が自殺だということがわかりました<sup>5)</sup>。また、令和2年度中に、全国の児童相談所が児童虐待相談として対応した件数は205,029件（速報値）で、過去最多を記録しています<sup>6)</sup>。「産後うつ？児童虐待？理解できない！」というフェーズから、今では最優先事項の一つとなりました。

妊産婦死亡率と周産期死亡率の年次推移



この現状をアフリカになぞらえると、今は想像もつかない「産後うつ」「児童虐待」が研修員たちの国々でも最優先課題の一つとなるかもしれません。そんな将来は来ないことを望みますが、もし危機が現実になった時、今回の研修で学んだ日本の取り組みが少しでもアフリカの課題解決に貢献することを心から願っています。

※) 産後うつ病はおよそ10%の罹患率があり、気分の落ち込みや楽しみの喪失、自責感や自己評価の低下などを訴え、産後3か月以内に発症することが多いです。マタニティブルーが通常は1-2間でおさまるのに対し、症状は2週間以上持続します。(公益社団法人 日本産婦人科医会ホームページより)

### 参考文献

1) 厚生労働省「乳児家庭全戸訪問事業 (改正後全文)」  
[https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic\\_page/field\\_ref\\_resources/dfd4848a-9194-4b7c-](https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/dfd4848a-9194-4b7c-)

[b228-1b7ed4847d58/0569e870/20230401\\_policies\\_jidouguyakutai\\_hourei-tsuuchi\\_98.pdf](https://www.cfa.go.jp/assets/contents/node/basic_page/field_ref_resources/dfd4848a-9194-4b7c-b228-1b7ed4847d58/0569e870/20230401_policies_jidouguyakutai_hourei-tsuuchi_98.pdf)

2) 厚生労働省「乳幼児健診未受診者、未就園児、不就学児等の緊急把握の実施について (依頼)」  
<https://katei.mext.go.jp/contents7/pdf/sankoul.pdf>

3) 国立国際医療研究センター国際医療協力局「ミッション・ビジョン・5つの戦略・5つの重点テーマ」  
<https://kyokuhp.ncgm.go.jp/org/priority/index.html>

4) 日本産婦人科医会「1 我が国の周産医療の現状」  
<https://www.jaog.or.jp/lecture/1-%e6%88%91%e3%81%8c%e5%9b%bd%e3%81%ae%e5%91%a8%e7%94%a3%e6%9c%9f%e5%8c%bb%e7%99%82%e3%81%ae%e7%8f%be%e7%8a%b6/>

5) 国立成育医療研究センター「人口動態統計 (死亡・出生・死産) から見る妊娠中・産後の死亡の現状」  
<https://www.ncchd.go.jp/press/2018/maternal-deaths.html>

6) 厚生労働省「児童相談所での児童虐待相談対応件数とその推移」  
<https://www.mhlw.go.jp/content/000824359.pdf>