

シップメイト通信



2024年を振り返る

BY DOULASHIP JAPAN 代表

2024年はドコモ市民活動団体助成の一環として、When Survivors Give Birth (『性暴力サバイバーが出産するとき』) をベースに支援者同士の勉強・交流会を行い現場での支援や研究に活かせるような機会を東京と名古屋、オンラインで実施しました。

性暴力の被害者が社会で孤立しがちなのは想像に難くないと思いますが、それを支援しようとする側もなかなか周りの応援が得られなかったりと、孤立しがちなことが改めて感じられました。

支援する側がバーンアウトしないよう、つながりと学びを深められるような機会を、2025年も提供していきます。

また、出産ドゥーラのワークショップも久しぶりに入門編・発展編を開催し、新しくドゥーラに興味を持ってくださった方、既にドゥーラの方達の交流とスキルアップの場となりました。

2019年に出版した『広がるレボゾ』の第一版が完売しましたが、これまでの皆さまのご寄付のお陰で増版することができました。

2025年も、ドゥーラ同士が「つながり・高めあう」場として、そしてドゥーラ、産む人、出産を支える人たちを応援していきます。

新しい年もどうぞよろしくお願いいたします。

IN THIS ISSUE ...

2024年を振り返る

- 代表より

- 2024年の事業と成果

今年の予定・目標

COMING UP...

2月28日(金) 共催

ドキュメンタリー上映&講演会 「The Birth Story」

10月18日(土)

ロビン・リム氏、デボラ・パスカリ=ボナロ氏、日本のパースキーパーズによる東京シンポジウム

<品川きゅりあん>

10月21日~23日

DONA認定 出産ドゥーラワークショップ

<Umiのいえ>

10月25日(土)

ロビン・リム氏、デボラ・パスカリ=ボナロ氏他による熊本シンポジウム

10月28日~30日

DONA認定 出産ドゥーラ 熊本ワークショップ

寄付のお願い

皆様のサポートをいただき今後一層努力してまいります。

受付先:

paypal.me/doulashipjapan

<https://syncable.biz/associate/DSJ>



2024年 事業報告 & 成果

ツ・ナ・ガ・ル ドゥーラTIME

ドゥーラがオープンに話せる場



4回開催し、ドゥーラとドゥーラになりたい人など延べ15人がツ・ナ・ガ・りました。

すでにドゥーラとして活動をしている人からは、嬉しいこと、大変なこと、今抱えていること、などが話題にあがります。これからドゥーラになりたい人からは、実際の活動についてや、どうやって勉強するかの質問があり、それに対して経験者からアドバイスや励ましがありました。

日本語でドゥーラが集まり語れる場はとても少ないので、楽しみにしてくださる方がいるのは主催側としてもとても励みになります。そして生のドゥーラの声が聞ける貴重な場として定着しています。

出産ドゥーラワークショップ

入門編、発展編



半日ずつの講座に、延べ6名の方が来てくださいました。

これからドゥーラを目指す方にはドゥーラとは何か、どのような研修の道があるかなど詳しく説明がありました。

発展編では、身体を包んでゆりほぐすレボゾの講習や、陣痛のときに効果的な体の動かし方など、実践に役立つスキルアップを学びました。

性暴力サバイバーの妊娠出産支援 トラウマ・インフォームドケア研修

支援者がつながり・学び・気づく場



1月に東京で勉強会、2月に母乳育児におけるトラウマインフォームド・ケアのオンライン講座、そして7月に名古屋で2日間の研修会を開催しました。

九州など各地から性暴力サバイバーのトラウマインフォームド・ケアに熱意を持つ人が集まり、学びを深める機会と、明日からのケアや研究の役立つ気づきを持ち帰りました。

交流会でネットワーキングも行い、普段孤立しがちな支援者同士のつながりも醸成することができました。

参加者層は、ドゥーラ、助産師、心理士、研究者など、延べ29名が参加してくださいました。実施後のアンケートでは「サバイバーのケアについて基礎的な知識を持てた」という回答が100%でした。

良かれと思って使う言葉や声かけが、思いがけずサバイバーのトリガーを招くこともあるということを日々心にとめ、目の前の人を何求めているか、安心して伝えられる環境を作れるよう心掛けるには、支援者自身の努力と、励まし合える仲間が存在が欠かせません。支援者がバーンアウトしないよう、これからもつながり、励ましあっていきましょう。



日本にドゥーラを広めたい

全国どこでもドゥーラについて語りたい！ドゥーラシップジャパン理事たちの活動

木村章鼓 トーク会、上映会、リトリート、ワークショップなど

日本全国で講演やワークショップを開催

沖縄から東北まで、全国で主体的なお産のこと、ドゥーラの事、あるがままを受け入れる生き方などについて伝え、コミュニティを広げています

講演依頼や木村の活動についてはこちらで↓

木村章鼓公式ウェブサイト

<https://nomadoula.com/>

木村章鼓インスタグラム

<https://www.instagram.com/lovedoulakiko/>

伊東清恵 テレビ出演、病院スタッフへのドゥーラ紹介

長崎大学病院においてスタッフとの勉強会



読売テレビ「グッと！地球便」で伊東の人生やドゥーラ活動についての特集が放送されました。

また、12月には長崎大学病院でスタッフにドゥーラやドゥーラとお産することについて紹介する機会をいただきました。

薬師寺麻利子

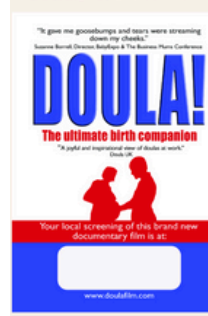
『BIRTH FILM FESTIVAL2024』

ゲストコメンテーターとして出演

11月の週末に3回にわたり名古屋で「Birth Film Festival 2024」が開催されました。主催はレキップ・フェミニン。薬師寺は11月9日に上映された「Doula!」というドキュメンタリー映画にゲストとして登壇し、映画を見た後に観客とトークとシェアリングをしました。



『Doula!』&日本にドゥーラの輪を広げたい！vol.2



【開催概要】
「Doula!」は、出産ドゥーラと産後ドゥーラ3名のかつ感情的なサポートを提供する様子に迫ったドキュメンタリー映画です。
「ドゥーラ」は、もともとはギリシャ語で「女性味ですが、現在では経産期から産後期、主に分娩時のサポートを提供する新しい職業として北米を（CRNネットより引用）
日本においても、出産ドゥーラとして、産後ドゥーラとして活動されている方のお話を、ドゥーラとして活動されている方のお話を、ドゥーラを知る時間として、そして地域に、の温かい輪を広げて一人でも多くの妊婦さんや子育てに悩む方々に知ってほしいと思います。

【作品情報】
2010年/100分/60分
映画製作：トニ・ハーマン
【上映時間・プログラム】
11/9（土）10:00-12:00頃（9:30開場）

レキップフェミニンのウェブサイト↓

<https://lequifefeminine.info/>

薬師寺麻利子のインスタグラム↓

<https://www.instagram.com/yakushijimariko/>

伊東の放送回についての記事はこちら↓

<https://www.ytv.co.jp/chikyubin/oa/article20240421.html>

伊東清恵インスタグラム：

<https://www.instagram.com/kiyoedoula/>

宇津澤紀子 出産費用の見える化 に関する寄稿とウェビナー参加

助産雑誌への寄稿とSpecial Visionへのゲスト参加

出産費用の見える化を目的に、厚生労働省が「出産ナビ」の運用を開始しました。それに伴う国内の意見交換や海外の出産費用の情報提供のため、助産雑誌78巻3号特集「出産費用の見える化」を見てみよう（2024年5月）への共同執筆、及び【Special Vision #15】海外の出産とお金を学ぶシリーズ第2回アメリカの出産システムを知ろう！、に参加しました。



【Special Vision #15】海外の出産とお金を学ぶシリーズ第2回
の出産システムを知ろう！（見逃し配信あり）

バースプランにドゥーラを

「ドゥーラとお産をした体験募集」

出産ドゥーラに関する研究や事例を集めています。ドゥーラとお産をした方、ドゥーラを受け入れている医療施設などをご存知でしたらアンケートのご協力をお願いします。

<https://www.doulashipjapan.org/events>



募集中！ プロジェクト



性暴力を受けた方の 出産体験をつづる場

性暴力を受けたことのある人は、日常の何気ないような場面や会話などから、その体験を思い出したり、身体がこわばるなど、心身に影響することがあります。

特に妊娠・出産・産後、子育てを経験している時は、思わぬ形で過去に受けた性暴力の影響を感じることは、多くの方が体験しています。

性暴力と妊娠・出産・産後・子育てへの影響について語れる場はあまり多くありません。ここでは、あなたが経験した、感じた、思ったことを、自由につづってください。

一人でも多くの方の声を聴かせていただき、そのような体験が将来の出産現場で起きないような活動につなげていきます。

<https://forms.gle/54izUSRuELJsag3j7>



ドゥーラ相談室

出産ドゥーラとして活動を考えている方、活動を始めて悩んでいる方など、出産ドゥーラのための相談の場です。
こんなことがあって話したい、はじめてのケースでどうしたらいいか、他の人はどうしているのか、などドゥーラならではの相談ごとにドゥーラシップのスタッフが1対1で耳を傾けます。

<ご利用方法>

お申込みはこちらから

<https://forms.gle/YERho5DbZ5eAX7VW9>



※シップメイトの方へ：登録いただいたメールアドレスに変更がある場合はご連絡下さい。お知らせが届かない方がおり困っております。

発行元：

一般社団法人 Doulaship Japan

<https://www.doulashipjapan.org/>



DSJ事務局：

office@doulashipjapan.org



みなさんのお気持ちを大切に活動していきます。
どうぞご支援よろしくをお願いします