月経相談に必要な視点－民俗学及び看護学の見地から－

川井八重・斎藤公彦・丹下佳子

福山平成大学看護学部看護学科

〒720-0001　広島県福山市御幸町上岩成正戸 117-1

A necessary viewpoint for menstruation consultation
－From the forkloric and nursing background－

Yae KAWAI, Tomohiko SAITOH, Yoshiko TANGE

Fukuyama Heisei University, Faculty of Nursing

117-1 Kami-Iwanari-Shoto, Miyuki-Cho, Fukuyama-Shi, Hiroshima, 720-0001, Japan

要約

月経は女性の人生に大きな影響を与える。過去には、わが国では月経期間中を別の家で過ごす習慣があり、この「別屋」は「産屋」などと呼ばれていた。この習慣はわが国では約 130 年前まで続いたが、この習慣は他の多くの国々にも見られる。月経中の「産屋」の習慣について我々は検討し直す必要があると考えられる。そのため今回我々は、民俗学及び看護学の視点から文献研究を行った。その結果現代における月経相談において必要な内容として、以下の 3 項目が挙げられた。

１．月経相談の場所は、穏やかでリラックスできる時間が取れる空間であること。

２．月経相談の場において少女は年配の女性のケアを受け心身の安定を得られること。

３．相談を通じて、少女は「女性のライフコース」について学ぶ必要があること。

Abstract

The menstruation gives big influence to the life of women. Women used to live in different houses during menstruation in Japan in old days. Those houses are called as "San-ya" which means delivery house, or by other names.　This custom continued until about 130 years ago. This custom can be　seen in many other countries.　Its meaning should be revisited. We performed a literature review on menstruation consultation from the standpoint of forklore and nursing. As a result, in modern menstruation consultation, the importance of the following three items was pointed out.

1 The place of menstruation consultation should be a space where time flows calmly and relaxingly.

2 The care-giver should be an "elderly" who can give stability of mind and body of the clients.

3 The client should learn women's life course through the consultation.

キーワード：月経・相談・産屋・民俗学・看護
Key words：menstruation・consultation・“San- ya”・folklore・nursing

緒言

月経は女性の人生に大きな影響を与える。過去から現在に至るまで、初経から閉経は人生のピリオド（period）であった。現在わが国における初経時期は 11.9±1.2 歳[1)]とされ、小学校高学年から 51 歳前後[2)]までの約 40 年間、女性は月経と付き合うことになる。

1994 年、ICPD（International Conference on Population and Development）はリプロダクティブ・ヘルス／ライツ（Reproductive Health / Rights）の観点から、生殖年齢にある男女のみならず、思春期以降の生涯に亘る健康とヘルスケアサービスの重要性について提起した。中でも思春期保健においては「普遍的な教育の提供」の重要性を提起している。

最近はまた、月経前緊張症や月経随伴症状等の観点として心理社会的要因[3)]や心身医学[4)]的観点が重要視されている。そのため、日常的な月経相談はこのような心理・教育・社会医学的視点など多方面からの検討がされている。

さらに近来このような潮流から、医療・健康問題における民俗学的検討が重要視されている。「民俗学」とは広辞苑によれば「一つの民族(主として自民族)の伝統的な生活文化・伝承文化を研究対象」とするものである。わが国に連綿と続いてきた月経の生活文化について検討することは、現在の月経教育やケアにも役立つものと考えられる。そのため、今回わが国の月経の生活文化に関して文献から検討を行うこととした。

本論

１.「産屋」の役割

１）　月経と「ケガレ」

月経中や出産時の女性が家族と同じ家にいることを許されず、「ベツヤ（別屋）」や「ヒマヤ」「デベヤ」などと呼ばれるムラの別屋に居住していた風習[5)]はよく知られている。月経や産褥が「穢悪事」すなわちケガレの対象となっていたことはすでに延喜式に見られている[6)]。この風習は長く残り、瀬川[7)]は 1621 年(江戸初期)の文書を取り上げ、月経中の女性は「仮屋（かりや）にいること。その仮屋は、従来は人里離れたところにつくったが、村民の願いによって家の近くでもよいという許しが出たこと」が記載されていたと述べている。さらに瀬川は続けて「出産のとき、月事のときのこうした特異な生活－忌み籠りの生活は、・(中略、以下同)・・日本の各地方に行われた国民の生活習慣であり、日本の女性の生活史であった。」「明治 4 年 7 月・・・明治天皇の御命令で、女たちの生活がなくなり、・・・禁忌も許されたというのは、その頃であったのであろう」[8)]と述べている。

出産や月経を「忌み」とする観念はそれを「ケガレ」と見なす観点と通底しているが、「出産は場合によっては産婦の生命の危険を招く恐れがあり・・・畏怖の念もあり、ふつうと異なった状態に対して特別の気持ちで取り扱った。産の忌は血忌であることから・・・一種の恐怖の念を持って見られていた」[9)]という。すなわち健康な女性が月経や出産によって血液を排出することへの

畏怖の念が「ケガレ」と呼んで忌み嫌う観念を呼び起こしたと大藤は述べている。

しかし同時に、これらの「ケガレ」という概念は「ケ＝気」「ガレ＝カレ＝枯れ」であるとし、「ケ＝気」すなわち生命エネルギーの枯渇状態をいうという説[10]もある。すなわち月経や出産は女性にとって生命体としてのエネルギーを減少させやすい時期であり、その時期を円滑に乗り切るために「忌み」と称して普通の生活から隔離させていたと考えることもできる。伊藤は「出産という行為は現世と異界との通路となることであり、女性はそこで異質の存在となる・・・つまり『ケガレ』も両義性を有し、『ケ』ではない状態であり、自然的規律の回復が必要な状態を示しているのではないか」[11]と述べている。

さらに月経期や出産における別屋の習慣は、我が国固有のものではないことを指摘しておきたい。瀬川は 1929 年にミクロネシアにおいて月経や出産時期に別屋を行う習慣があったことを示す文献[12]を挙げている。また最近の例では松尾がヒンドゥー社会では現在でも「産小屋の用意」がなされる[13]と述べている。

女性にとって月経や出産はエネルギーを消耗しやすい時期である。瀬川によれば、その時期を一般生活から隔離し、忌屋（産屋）において「トリアゲバアサン」等と呼ばれる女性や、同じ月経や産褥期の女性同士が世話をしたという[14]。産屋の実態は侘びしい小屋であったということだが、その持つ意味合いを考察する必要がある。普段の生活ではもっぱら他者を世話する役割を担う女性達が、初経から閉経まで、1 ヶ月のうち数日間は他者の女性による世話を受けたという事実は、現代においても示唆するものが大きい。

２）「トリアゲバアサン」と TBA

産屋では外出に制限があり、食事等は産屋内で世話を受けた。前述のようにこれらは「トリアゲバアサン」や女性同士によるものであったが、月経や出産期にある女性に対するケアの必要性は高い。

わが国における「トリアゲバアサン」に相当する女性は、現在でも発展途上国で活動している。彼女たちをユニセフやWHOではTBA（Traditional Birth Attendant：伝統的出産介助者）と呼ぶ。松尾は、TBAを妊産婦の安全と清潔を守れる出産介助者にするためのトレーニングに参加し、彼女らにインタビューした経験を述べている。松尾によるとTBAは「経験を積んだ年配の」女性であったが、教育を受けた経歴のない非識字層であった[15]という。

すなわち出産や月経におけるケア役割を担った女性は、教育の有無はともあれ経験豊かな年配女性が多かった可能性がある。

３）初経と「産屋」

初経から一定期間、月経には多かれ少なかれ苦痛を伴うことが多い。しかし女性は初経から女性としての自己を認識し、さらに月経が周期的に繰り返されることを通じて、自我の確立や母性意識の発達が起こる[16]といわれる。そのため、月経に関するケアを初経から開始し、継続していくことが重要と考えられる。

この意味で「産屋」の意義は大きかったであろう。すなわち、月経に関する医学的知識のなか

った過去、初経の少女は産屋に招かれ、そこで各年代の女性における月経の姿や出産について、毎月間近に見る機会を自然に得たと考えられるからである。月経の習俗や出産・産褥の生活、また閉経期にある女性の生活など、少女は現在に言う「参与観察」の手法により、多くを学んでいったと思われる。

２．月経相談に必要な視点

１）　月経・休養・ケア・教育

「産屋」が存在した過去には、月経に関する医学的知識は誰も持たなかった。しかし訪れた月経に関して、「ケガレ」というネガティブな要因からではあったが、女性は日頃の労働からいっとき解放され、何らかのケアを受けることができた。

一方、月経時における定期的な休養とケアを現代の女性が受けることは難しい。現代の女性は月経に関する医学的知識は学校教育やメディア等により与えられるが、ケアや休養はないことが多い。単に「月経だから」といって、学校や会社を休むことは難しいのが現状である。しかし、月経時に別屋をとって日常生活から隔離し、ケアを施すことが多くの国々で行われていたことを考えると、月経時の休養には知られていない一定の意味があるのではないかとも考えられる。すなわち月経における医学的知識の獲得とケア及び休養、これらはどれも不可欠なものではないかとも考えられる。

２）月経相談に必要な視点

以上のような観点から、今後特に初経から数年間の月経における相談にあたっては、次のような内容が重要と考えられる。

まず第一に月経相談を行う「場」は、短時間ではあっても日常生活からの隔離を実感される空間でなければならないということである。そこは、時間と義務に追われる日常生活から離れ、ゆったりとした時間が流れる場所でなければならない。生命エネルギーが枯渇しやすい月経という期間を、ポジティブに過ごせるような工夫が望まれる。

第二に月経相談を行う「場」は、対象の少女から見たときに「年配」と思われる女性がケアを施す場所でなければならないということである。月経に付随する痛みなどの苦痛に対し、ケアを行うことで彼女らに心身の安定感をもたらすことが重要である。

第三に月経相談を行う「場」は、「女性としての生き方」を学ぶ場所でなければならない。月経の期間は、自分が「女性である」ことを強く印象づけられる期間である。現代女性の生き方には多くの選択肢があり、少女は自己の選択により生き方を決定できる。しかし生き方に迷いを生じたときに、そこでモデルを見出せるような配慮が重要である。リプロダクティブ・ヘルス／ライツに関する書物やパンフレット等はもとより、妊娠・出産・育児と仕事、女性としてのロールモデルを見出せるような VTR・DVD などをいつでも鑑賞できるような配慮が望まれる。

これらの 3 項目を充実させることは、医学・看護学の根拠のある知識・スキルの提供の上に、対象者にとって大きな安心感や希望をもたらすことになると考えられる。

結語

本稿は、主としてわが国の月経に関する民俗学的検討から、現代に求められる月経相談への視点・あり方について述べた。四百年以上の歴史のある「産屋」の歴史から我々が学べるのは、現代社会においてもいまだに重要な、月経や出産という女性に特有のイベントにおけるケア及び教育の重要性である。月経相談は、少女へのケアと教育の双方を満たす場となる。

看護職に求められるのは、このような「場」を提供し続けることであろう。

文献

1） 酒井牧知子他，2008，女子生徒において日常生活に支障を来す中等度以上の月経随伴症状とその発現時期について，女性心身医学 Vol.13　No.1・2；48

2） 高松潔他，2001，日本人閉経後女性の更年期障害に対するカウンセリングの有用性，Japan Society of Obstetrics and Gynecology Vol.27 No.3；133-140

3） 梅野貴恵他，2006，更年期女性の更年期症状（SMI 得点）と心理社会的要因との関連－生きがい感、夫婦関係、Health Locus of Control に着目して－，母性衛生 Vol.47 No.1;143-152

4） 酒井牧知子他，2008，前掲１）

5） 大藤ゆき，1968，民俗民芸双書 26　児やらい，岩崎美術社，東京；27-38

6） 伊藤信博，2002，穢れと結界に関する一考察－「ケガレ」と「ケ」－，言語文化論集 Vol.24 No.１；3-22

7） 瀬川清子，1980，女の民俗誌－そのけがれと神秘，東京書籍；東京；20-21

8） 瀬川清子，1980，前掲７）；24

9） 大藤ゆき，1968，前掲５）；41

10) 伊藤信博，2002，前掲６）；伊藤は 1972 年 5 月の日本民族学会研究大会において桜井徳太郎が述べたとしている。

11) 伊藤信博，2002，前掲６）

12) 瀬川清子，1980，前掲７）；143-150

13) 松尾瑞穂，2003，出産の近代化政策における「伝統的」産婆－インドの TBA トレーニングをめぐる価値と実践－，民族学研究 Vol.68 No.1；65-84

14) 瀬川清子，1980，前掲７）；60-63

15) 松尾瑞穂，2003，前掲 13）

16) 泉澤真紀他，2008，思春期生徒の月経痛と月経に関する知識の実態と教育的課題，母性衛生 Vol.49 No.2；347-356