OUKA
The University of Osaka
Institutional Knowledge Archive

Title	赤ちゃんを真ん中にした共生社会のかたち ： NPO法人Mother's Tree Japanの実践から
Author(s)	坪野谷, 知美
Citation	目で見るWHO. 2026, 97, p. 20-21
Version Type	VoR
URL	https://doi.org/10.18910/106845
rights	
Note	

The University of Osaka Institutional Knowledge Archive : OUKA

https://ir.library.osaka-u.ac.jp/

The University of Osaka

赤ちゃんを真ん中にした共生社会のかたち ―NPO法人Mother's Tree Japanの実践から



Mother's Tree Japan 事務局長
坪野谷 知美
（つぼのや ともみ）
海外で苦労して子育てする母の姿を見て育ったことから、
2020年に当団体を設立。

日本ではいま、社会の姿が大きく変わりつつあります。

出入国在留管理庁によると、在留外国人数は約 395 万人と過去最多を更新し、10 年前と比べてほぼ倍増しています。その多くは 20 代から 30 代の若い世代であり、日本の地域社会の中で生活し、働き、そして子どもを産み育てています。一方で、日本全体の出生数は減少を続け、2025 年には約 70 万人と過去最少を更新しました。その中で、外国人の親を持つ子どもの出生数は増加しており、2024 年には約２万２千人、全体の約３％を占めています。外国人ママたちは、日本の次の世代をともに育てる重要な担い手となっています。

しかし現場では、言語や文化、制度の違いにより、必要な支援にたどり着けず孤立してしまうケースが多く見られます。私たちがこれまでに受けてきた相談・支援は延べ１万件を超えていますが、その一つひとつに制度と現実のあいだで揺れる姿があります。

妊娠・出産・子育ては冠婚葬祭の一つであり、文化や宗教的な価値観が色濃く反映される時期です。母国では家族や地域の支えの中で行われてきた出産や産後ケアが、日本では受けられないことに加え、外国人ママを何より悩ませるのは、二つの価値観の間での葛藤です。

日本の保健師からの指導と、毎日ビデオ電話をしている母国の母からのアドバイスの間で板挟みになり、「どちらがよいのか」「どう選べばよいのか」と悩む場面が少なくありません。「どんどん食べなさい」と母親が毎日電話してくる一方で、医師からは毎回体重増加を指摘されるなどは、よくある葛藤の一つです。

産後に病院で手を洗ったりシャワーを浴びたりするように言われ、その通りにしたところ、実家の親から「水を使うなと言ったのに！」と怒られたという中国・ベトナムのママも多くいます。産前産後の繊細な時期に、こうした葛藤はメンタルに大きく影響します。

さらに、言語の壁はもちろん、日本の母子保健制度そのものが外国人ママにとっては非常に分かりにくいものとなっています。日本では、妊娠届の提出、母子手帳の交付、妊婦健診（14 回という健診の多さに戸惑う外国人ママも多くいます）、乳幼児健診、家庭訪問など、病院だけでなく行政が子育てに深く関わる仕組みが整っています。しかし、本来家族の営みである妊娠や子育てにこのように行政が継続的に深く関与するシステムは、世界的に見ると必ずしも一般的ではありません。そのため、「なぜ行政の人が何度も家まで来てくれるのか」「どこまで頼ってよいのか」が分からず、必要な支援を受けられないまま不安を抱え続けてしまうこともあり、中には安定剤を常用しながら子育てをしているママもいます。保健師の役割などを最初にしっかり伝えることもとても大切です。

そしてその一方で、支援する側の保健師や医療機関の方々もまた、「何とかしたい」「力になりたい」という思いを持ちながら、予算や人手の不足、通訳体制の不足により、言語や文化の壁を越えられないもどかしさを抱えています。支えたいという気持ちと、現実の制度や体制との間で揺れているのが現状です。人手不足から外国人妊婦の受け入れを断る医療機関も全国で増えてきています。

私たちは、こうした現場のもどかしさ


1


2



❸


❹


❺

❶：病院への同行支援。赤ちゃんが生まれた喜びをともに。
❷：豊島区で毎年行われる多言語母親サロン「新生児のケア」のクラス
❸：ネパール式ベビーマッサージは日本人ママに大人気
❹：佐賀でのムスリムママ向けサロン
❺：支援者や近所のママ同士の交流
❻：訪問で使われている指さしボード

と、支援を必要とする外国人ママたちの間に立ち、架け橋の役割を担うことを目指して活動しています。日本人の小児科医・助産師・保健師・保育士・バースドゥーラなどのコアメンバーに加え、19か国・約90名の多文化背景を持つボランティアメンバーとともに、多言語での同行支援、相談支援、情報発信、母親サロン、日本語クラス、居場所づくりなどに取り組んでいます。

さらに、来日前から産後までを見通した多言語ガイダンスやツールの整備、行政や支援者向けの研修、相談体制の後方支援などを通じて、「共通基盤」の構築にも取り組んでいます。誰もがアクセスできる再現可能な支援の仕組みを社会に実装していくことは、支援の担い手の人口が減っていく日本において、最重要課題だと考えています。

一方で私たちは、外国人ママを「支援が必要な存在」としてではなく、世界各地の子育てや産後ケアの知恵や文化を携えてきてくれる存在だと捉えています。世界には、食やハーブ、温熱やマッサージなど、実にさまざまな形の豊かな伝統があります。それらの目的はただ一つ、「母子の安全と安心」です。外国人ママは、現代社会が急速に失いつつあるそうした知恵や文化をもたらしてくれる「福の神」のような存在です。

また、外国人ママが困っていることの多くは、日本人ママたちも同様に抱えている課題です。書類の多さや用語の難しさ、医師との対話の少なさ、産後の孤立、制度の分かりにくさ、支援につながりにくい構造、子育てを温かく見守る空気の不足などは、日本人ママたちも感じています。外国人ママたちは、それらの課題を社会に可視化してくれる存在でもあります。その声に耳を傾けることは、日本の子育て環境や制度そのものを見直す契機となります。

さらに、赤ちゃんを真ん中にした多文化共生社会の創造の可能性を強く感じています。赤ちゃんの悩みは世界共通です。おっぱいの悩み、寝てくれない、うんちが出ない——同じ悩みを抱えていることを知った瞬間、そこに国境はなくなります。難しく思える多文化共生も、赤ちゃんを真ん中にすると、誰もが笑顔になれる温かい空間やつながりと、共に生きる未来が生まれます。

以前、名古屋の中学生が修学旅行の一環として私たちの活動を訪ねてくれました。その中の一人の男の子が言いました。「僕たちの小さな街にも外国人の妊婦さんが増えてきて、正直戸惑っています。でも、助けたい気持ちになるんです。」その言葉は、いまの日本人の気持ちを代弁しているように感じました。

外国人妊産婦支援を通して、誰もが取り残されることなく、自分らしい子育てができる社会づくりを、これからも皆さんとご一緒できたら大変嬉しく思います。


❻

各種指さしボード・ツールは
こちらからフリーダウンロードできます