

乳児をもつ母親への育児教室の効果と保健師の関わり — 盛岡市及び矢巾町の育児教室を通して —

大澤 扶佐子 (岩手看護短期大学)

1. はじめに

近年、少子化への危機感から、また育児不安の対応策として、保育分野を中心に育児支援策がさまざま打ち出されてきている。しかし、育児における母親の心身の負担の大きい乳児期は、子育て支援として利用できるものは限られているし、育児支援機関の代表とも言える保育所に入所している割合も少ない。その点、支援に力を発揮しているのは、母子健康手帳の交付や健診などで、相談のあるなしに関わらずだれでも接触できる、保健分野の機関である。

増大する育児不安に、厚生労働省も「健やか親子21」検討報告¹⁾の中で、画一的な保健指導体制を見直し、「市町村の乳幼児の集団健診を、疾病・障害の早期発見だけでなく、親子関係・親子の心の状態の観察ができ、育児の交流の場として、話を聞いてもらえる安心の場として活用する」と報告している。しかし、盛岡市をみても、乳児健診は個別健診に移行しており、「育児の交流の場」としては期待できない。その点、育児教室は、乳児期の子どもをもつ母親全てに開かれた事業であり、「交流の場」としても対応可能である。

筆者が平成13年調査²⁾した盛岡市の育児教室「すくすく学級」では、母親同士の交流が活発で、活気あふれる母親たちの姿がみられた。また、ヘルスプロモーションのキー概念の一つ、エンパワメントの観点からも、育児教室や健診にグループアプローチを導入して、母親同士「共感・共有」を体験し、「自己決定」「自己効力感」などを高めたという報告³⁾もある。しかし、エンパワメントは長期的で総合的な支援型アプローチが必要とされていることから⁴⁾、1回ないし数回の育児教室(交流)で、母親がどんな影響を受け活気をもたらすのか効果について疑問がある。また、交流をプログラムに入れることによって、育児の知識・技術を伝達する時間が減る。それが保健教育としてどの程度効果が期待できるのかも疑問としてあげられる。

本研究は、育児教室に参加する母親が、育児環境や参加する動機の違い、参加回数やプログラムの違いによって何を、どんなことが支えとなり母親の力になっているのか知ることが目的である。そして、母親が、他人との関わりを通じてより良い育児環境を自ら創り出そうとするのに、育児教室がどのような意味を持っているのか考える手だてにしたい。

2. 調査方法

(1) 対象地区

対象地区は、盛岡市と矢巾町とした。平成12年国勢調査報告では、盛岡市は、人口288,843人で、出生数は2,802人(出生率9.7)である。県庁所在地として県内で最も多い人口を抱

え、近隣との交流も希薄化する都市型の生活では、直接的・間接的育児支援を、社会に頼ることは特別なことではない。育児教室は、その社会資源の一つとなる。矢巾町は、広い田畑と昔ながらの町並みがあるまま残る地区がある一方、盛岡市のベッドタウンとして宅地開発が急速に進んでいる。その影響で、人口の急増（25,268人）と共に、出生数も増加し（263人）、出生率10.4は県内第3位である。そういう町で、今なお1人1人に目が行き届く保健活動を展開する矢巾町と、地方都市として人口の移動が激しい盛岡市とで、育児教室の事業としての効果を比較する。

（2）調査方法

1）育児教室担当保健師からの聞き取り調査

育児教室を取り組む上で、①事業の経過、②育児教室のねらい、③育児教室を通じた母親の変化、④保健師が母親の育児状況をどう捉えているか、を中心に聞いた。

調査日は、盛岡市が平成14年10月21日（月）、矢巾町が平成14年10月9日（水）と11月13日（水）の両日である。

2）育児教室参加者に対する調査

育児教室に参加した母親に対しては、①参与観察、②質問紙、③インタビューによって調査した。

質問紙は、教室に参加し、調査について説明した上で参加者に配布し、1週間をめどに郵送にて回収する方法とした。質問紙の構成は、「フェイスシート」、「これまで利用した子育て支援」、「育児に関する相談相手」、「育児教室参加の動機」、「育児教室に参加しての感想」、「母親の育児観」となっている。

調査日及び対象者数、質問紙調査の回収率は、表1の通りである。

表1 育児教室参加者に対する調査日及び対象者数と質問紙調査の回収率

育児教室		調査日	対象者数(人)	質問紙回収数(率)
盛岡市 「すくすく学級」	2 - 3か月コース	H14.11.20	34	11 (32.4%)
	5 - 6か月コース	同 .11. 5	46	31 (67.4%)
	8 - 10か月コース	同 .10.22	25	15 (60.0%)
	1歳2か月コース	同 .11.26	15	8 (53.3%)
矢巾町 育児教室		同 .11.13	9	7 (77.8%)
計			129	72 (55.8%)

3. 結果

（1）育児教室担当保健師からの聞き取り

1）育児教室の経過とねらい

事業の開始は、盛岡市の場合平成4年である。妊婦が対象の母親学級参加者からの「産後も集まれる機会があればよい」という要望がきっかけであった。盛岡市は、転勤による転入者が多いことから、「仲間づくり」と「学習」を目的に、参加者の要望を取り入れながら、平成14年には、前年までの2コースから4コースに増やしている。教室開講のねらい

は、①交流を通した母親同士の励まし合い・支え合い、②保健師と顔なじみになる、③他の育児支援を知る、④育児サークルの組織・支援である。

一方、矢巾町は、生後3・4か月時に行っていた乳児期唯一の集団健診が個別化されることに伴って、平成14年に導入された。教室開講のねらいは、①一人一人の成長を確認しながら、保健師が母親の個別の相談に応じること、②母親への学習の場の提供、③他の育児支援を知ってもらうこと、という説明であった。

表2 盛岡市 平成14年度「すくすく学級」プログラム

児の月齢 (コース名)	内 容	担 当 者	回数 (年)	会 場
2～3か月 (ごっくん コース)	①講話「赤ちゃんとおふれあう大切さ」	保健師	12回	盛岡市保健 センター
	②グループワーク「子育て情報交換 —どんなことでも話してみよう—」	保健師		
	③離乳食初期についてのお話と試食	栄養士		
	④個別相談・体重測定	保健師		
5～6か月 (もぐもぐ コース)	①参加親子の自己紹介	保健師	6回	盛岡市保健 センター
	②講話「事故から子どもを守るために」	保健師		
	③講話「赤ちゃんのこころとからだ」 (虐待予防)	スクールカ ウンセラー		
	④運動遊び	保育士		
	⑤離乳食中期についてのお話と試食	栄養士		
	⑥個別相談・体重測定	保健師		
8～10 か月 (かみかみ コース) * 新設	① グループワーク「子育て情報交換 —子育ての楽しさと大変さ—」	保健師	6回	西部公民館 都南公民館 中央公民館
	②運動遊び	保育士		
	③離乳食後期についてのお話と試食	栄養士		
	④個別相談・体重測定	保健師		
1歳2か月 前後 (ぱっくん コース) * 新設	①参加親子の自己紹介	保健師	6回	西部公民館 都南公民館 中央公民館
	②講話「歯磨き上手にできるかな」	歯科衛生士		
	③運動遊び	保育士		
	④おやつについてのお話と試食	栄養士		
	⑤個別相談	保健師 栄養士 保育士		

表3 矢巾町 育児教室プログラム

児の月齢	内 容	担 当 者	会 場
3か月	身体計測(身長・体重・頭囲・胸囲)	保健師 看護師	さわやか ハウス
	成長確認・育児相談	保健師 看護師	
	バブバブ講座 1)「赤ちゃんをもっと知ってケアも 覚えよう」 2)離乳食のお話と試食	保健師 栄養士	

両教室の内容は、表2・3に示す通り、月齢ごとの学習のポイント、子育て支援センターの保育士と協同する点は、市・町とも同じであるが、母親同士の交流の有無には違いがみられた。

2) 保健師がみる参加者の変化と最近の母親の傾向

参加者の変化として盛岡市では、「1人でも2人でも友達ができると明るく生き生きしてくる」、「回数を重ねると、教室終了後もお互い誘い合ってお茶を飲みに行くという姿が見られる」ということであった。それは、子育てサークルの組織・支援という保健師活動につながっていくのだが、サークルにとらわれない、親と子がいつでも気軽に集まれる「たまり場」的なものが、地域の中にできないかという想いも今後の課題として出されていた。

育児教室が始まって間もない矢巾町においても、紹介した子育て支援センターの行事にほぼ全員参加するという母親自身の活動の広がりが見られた。

最近の母親との関係では、保健師の家庭訪問を拒否されたり、1歳6ヶ月健診の保健師からの指導に対して「いろいろ言われた」という否定的な感想が出てきたりと、両市町とも、関わりがスムーズにいかない経験をしていた。そして、母親への援助の方向性について、迷いを感じていた。

(2) 育児教室参加者に対する調査

1) 母親の育児環境

回答者全体⁵⁾のプロフィールをみると、年齢は、25～29歳・30～34歳が多く（両階級で80%）、高等教育卒業者が68%と岩手県の有配偶者全体と対比して学歴が高く、仕事を持っていない女性が多かった。出身は、当該市（町）以外が80%を占め、84%が核家族世帯で、しかも現在のところに住んで1年以内という人が41人（57%）いた。夫は、半数が平日午後9時以降に帰宅している状況であった。

母親の育児に関する相談相手は、育児の代行を頼める「直接的援助者」を除けば、複数おり、悩みや心配事によって相談相手が存在していた。その中で夫は、離乳食のやり方といった「情動的援助者」としてはほとんど求められていないものの、母親が風邪で動けない時など育児を代行する「直接的援助」や、子ども・母親を気にかけて、母親自身の気持ちを聴いてくれる「情動的援助者」として、高く認識されていた。「情動的」「直接的」「情動的」援助の全てに頼られていたのは、実父母であった。実父・実母とも半数以上は何らかの仕事を持っているのだが、実家が県内であれば、「直接的援助」も義父母以上に頼りにされていた。しかし、「たまにはゆっくり眠りたい…」というような自分自身の気持ちを話せる人は、自分の親でも少なかった。友人関係は、育児の代行以外の「情動的」「情動的」援助者として存在していた。母親の出身別でみると、県外出身の母親は「情動的」「情動的」援助者として「近所の人」をあげている割合が多かった。全体を通して母親と保健師の関係を見ると、母親の70%が「家庭訪問」または「子育て相談」で保健師と関わっていた。母親にとって保健師は、離乳食で困ったときや子どもの体調が思わしくないときなど、子どもに関する「情動的援助者」と捉えられていた。

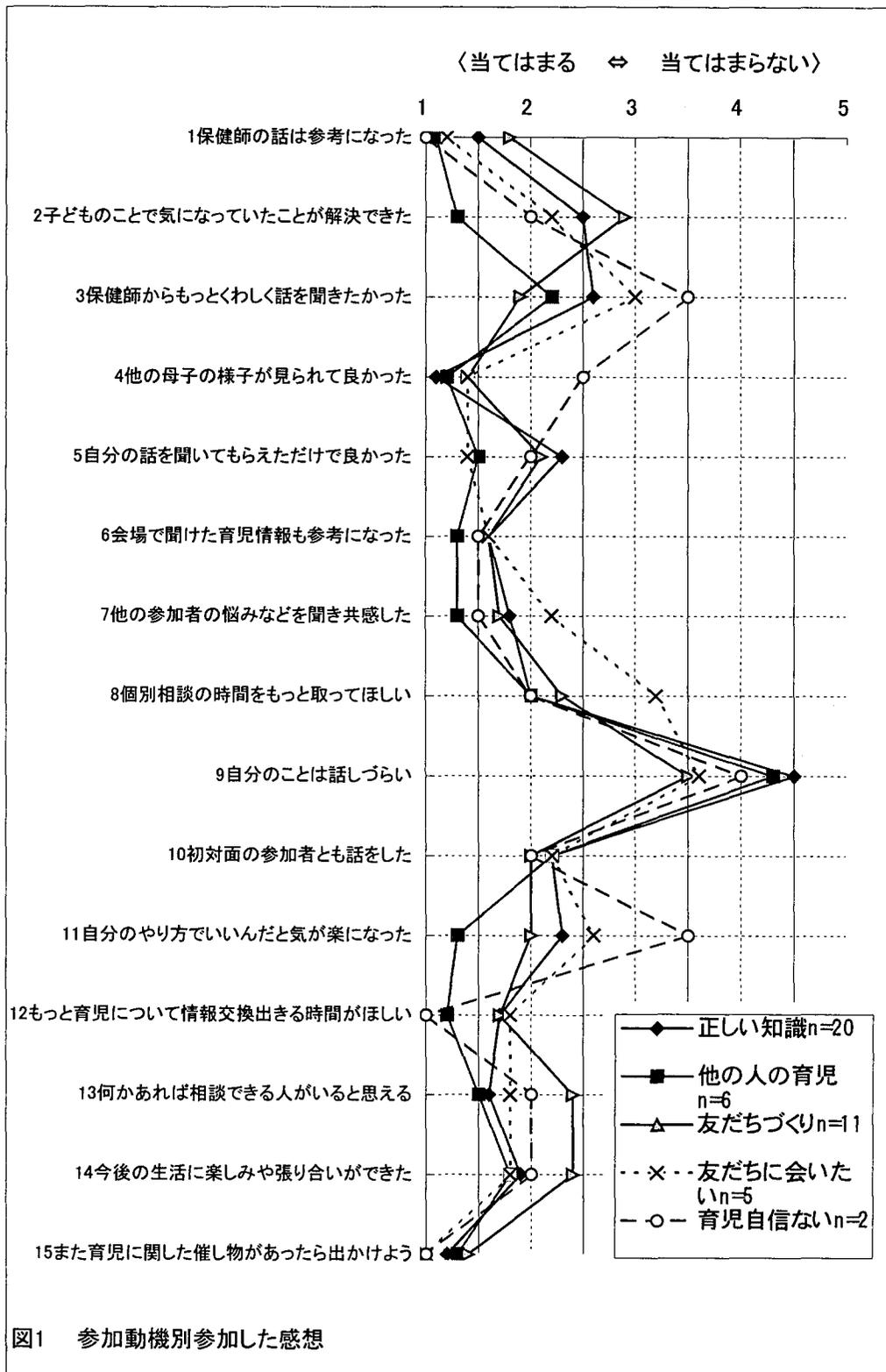


図1 参加動機別参加した感想

2) 育児教室参加の動機

参加動機としては、「正しい知識を得る」「他の人の育児を知る」「自分の友達づくり」「友達に会いたい」「育児に自信がもてない」の順に多かった。県外出身者は「自分の友達づくり」が県内出身者より多く、育児教室担当者の見方と一致した。

3) 育児教室に参加しての感想

参加動機別に、育児教室に参加した感想（15項目）を得点化し、平均を取ったのが図1である。「正しい知識を得る（-◆-）」という動機を一番に挙げた人は、「3.保健師からもっと詳しい話を聞きたかった」という知識獲得よりも、「4.他の母子の様子が見られて良かった」「9.自分のことは話しづらい（とは思わない）」「10.初対面の人とも話せた」といった参加者とのやりとりに満足を得ていた。「他の人の育児を知る（-■-）」動機が強かった人は、4・9・10の項目に加えて、「2.子どものことで気になっていたことが解決できた」「7.他の参加者の悩みに共感した」「11.自分のやり方でいいんだと気が楽になった」に当てはまると答えている率が高くなっていた。従って、「他の人の育児を知る」動機が強い人は、専門家や母親同士の交流からいろいろ吸収している様子が伺えた。そして両者共に、「13.何かあれば相談できる人がいる」が高率となっていた。それに対し、「友だちづくり（-△-）」のため参加した人は、「10.初対面の人とも話をした」とは思っても、「9.自分のことは話しづらい」傾向がややあり、「13.何かあれば相談できる人がいると思える」と感じられる人が少なかった。友だちをつくりたいという思いはあっても、すんなり参加者の中に溶け込みにくい傾向がみえ、「14.今後の生活に楽しみや張り合いができた」と思える気持ちも他に比べて弱い。「友だちに会いたい（-×-）」という動機を一番に挙げた人は、「5.自分の話を聞いてもらただけで良かった」の比率が高く、「7.他の参加者の悩みに共感」する気持ちは弱い。「育児に自信がない（-○-）」ということを動機とした人は2人であった。数が少なく必ずしも正確とは言えないが、「4.他の母子の様子を見られて良かった」、「11.自分のやり方でいいんだ」は高くない。むしろ「個別相談の時間をもっと取ってほしい」という感想が出ていた。

次に出身地別で見ると、「県外出身者」は「市内」「県内」出身者に比べ、「3.保健師からもっと詳しい話を聞きたかった」「10.初対面の参加者とも話をした」に当てはまる率が高くなっていた。参加回数別では、回数が増えるほど「9.自分のことは話しづらい」と思える人が少なくなる。そして、教室の内容（交流の有無）別には、交流のあるコースで「7.参加者の悩みを聞き共感した」「10.初対面の参加者とも話をした」と思える人が多く出ていた。

参加動機別・出身地別・参加回数別・育児教室の内容（交流の有無）別と、回答者の背景が違っても感想として同様の傾向が出ていたのは、「1.保健師の話は参考になった」「6.会場で（参加者から）聞いた育児情報も参考になった」「15.また育児に関する催し物があったら出かけようと思う」であった。

4) 参加者へのインタビューから

「3か月児の母親」準備は大変だったけど、外に出ることはいいこと。今度は買い物にも行ってみよう」と、子ども連れの外出に自信を覗かせていた。生後間もない、しかも転

入者にとって育児教室は、社会とのつながりや生活の楽しみを得られる機会になるのであろうと捉えられる。

「みんな自分と同じことで悩んでいると思ったら、安心してしゃべれる」「子どもが大きすぎるのではないかと姉に相談したが、『大丈夫』と言われるだけ。他にも大きい子がいるのを見て安心した」というように、交流には母親に安心感を与える要素がある。安心すると、自分の疑問・心配を言葉にできるし、他の人の話を聞く余裕が生まれ、育児についての学習に結びつけることができるのではなからうか。

保健師に対しては、「友だちに相談しても信頼できるアドバイスとは限らない。相談した時、知識と多くの経験から、きちっと答えてくれる専門家もいてほしい」と、信頼と確かさが要求されていた。

4. 考察

盛岡市と矢巾町の育児教室についての調査結果から、まず、育児教室に参加するのは、近隣・友人の育児ネットワークが少ないために出会いを求めてくるという、当初予測した理由とは違っていた。母親にとって、育児を代行してくれる直接的援助者は少ないものの、情動的・情緒的援助については、複数の相談相手がいた。しかし、「たまにはゆっくり眠りたい…」というような、母親自身の気持ちを話せる相手が少なかった。山根は「『あんふあんて』（1975年発行、新聞紙上を通じて子持ち女性同士の連帯を呼びかけ、相互託児を提案したグループ）に『本音』で話せる友人を求めて加入する会員が多い。会員が求めているのは単なる『知り合い』ではなく、生き方全体に関わる本音を語り合う人間関係である」⁶⁾と述べている。参加者が、生き方全体まで求めているかどうかはわからないが、少なくとも育児教室は、本音を話せる場としては保障されている。そして、「教室の内容（交流の有無）別」の「参加した感想」に示された、交流によって他の参加者の悩みに共感したと思える母親が多いということから、盛岡市の保健師が感じている「1人でも2人でも友達ができれば明るくなる」ということから、本音を語り共感し合う、それが子育ての息苦しさから開放させ、「明るさ」「元気」につながっていくのではないかと考える。

しかし、教室に参加したからといって、すぐに母親同士連帯感が生まれ、支え合えるとは限らないこともわかった。それは、育児教室に参加する母親の動機の違いから言える。「正しい知識を得る」「他の人の育児を知る」という動機で参加している場合には、他の参加者の様子を見・聞きし、自分のことも話しながら、「自分のやり方でいいんだ」という自信につながっている。そして「何かあれば相談できる人がいると思える」と、他の参加者との関わりや今後の育児についての展望が良好である。

それに対して、「友達をつくる」ことや、「育児に自信がない」という動機が強い母親は、集団の中に溶け込むことにやや抵抗があり、今後の生活に楽しみ・張り合いを感じられる人は少なかった。集団の中にいながら、保健師からの個別的な関わりを必要としていた。ただ、全体的に見れば、参加回数が増えていくと自己開示が進む傾向にあり、参加者の条件に関わりなく「育児に関した催し物には出かけよう」と新たな社会とのつながりには意欲的であるので、保健師が間に入りながらゆっくりと育児のネットワークを広げていく援

助が大事である。そういう意味で、盛岡市の保健師が課題としてあげていた「親と子のたまり場」的なものが身近にあれば、交流が苦手と言う人も自分のペースで「友だちづくり」をし「育児への自信」につなげることができるのではないかと思う。

盛岡市・矢巾町双方の保健師は、最近の母親の傾向として、「関わりの難しさ」を感じていた。盛岡市は、人口 28 万を超える都市で、全ての子どもと母親に関わることは困難である。個々の母親と保健師の関わりが縦の関係だとすれば、「すすく学級」は母親同士の横の関係をつくる場である。それは、限界ある縦の関係を補完する一つの援助スタイルである。筆者は、このスタイルがまた、援助は必要だが干渉や押し付けをあまり好まない現代の母親たちの感覚にマッチしているのではないかと考える。それは、以前のように保健師というだけで住民から 100%受け入れられると言うわけではなくなくなってきている矢巾町も、今後同じではないかと思う。

母親にとって、保健師は情報的援助者であった。しかも、自分なりに得た情報に今ひとつ確信を持ってないとき、裏づけを持った確かな助言を求めていた。育児教室で行う保健師の講話は、時間的に必要最低限の内容になる。保健師からは必要最低限のことであっても、日頃感じている育児についての心配事や、参加者同士の情報交換から出てくる疑問点を保健師に確認する作業の中で、母親自ら学ぶ面も大きいのであろう。調査結果でも、大方の参加者は「保健師の話は参考になった」としており、母親にとってはニーズに即した内容と言える。伊志嶺は育児支援の仕方について、「親自身が考えて決める、それを脇で支えること」⁷⁾ と言っている。育児の問題に対して、他の援助も取り込みながら自分なりに解決する過程をふめる、その道具の一つが「育児教室」である。

(注)

- 1) 健やか親子21検討会 2000 「健やか親子21検討会報告書」, 厚生労働省
- 2) 大澤扶佐子 2001 「乳幼児を持つ母親に対する子育て支援体制の現状と課題」, 平成 13 年度第 2 回特殊実験調査報告書, 岩手大学人文社会科学部社会科学コース行動科学研究講座
- 3) 活動報告としては、石井鈴子:1999 「ヘルスプロモーションとして捉えた子育てネットワーク支援事業の展開」, 『生活教育』43(5), へるす出版, 22-26、高村寿子:2000 「ヘルスプロモーションとエンパワメント—今、保健婦に期待される役割をめぐって」, 『生活教育』44(2), へるす出版, 7-12、高橋こずえ:2000 「グループアプローチで親の『生き抜く力』を支援する」, 『保健婦雑誌』56(11), 医学書院, 932-935、などがある。
- 4) 曾根智史 2000 「エンパワメント」, 『保健婦雑誌』56(12), 医学書院, p1039
- 5) 質問紙調査の結果は、表1に示す通り盛岡市と矢巾町合わせて 72 人の回答結果から分析した。矢巾町の参加者が 9 人(回答者 7 人)と盛岡市に比べて少ないが、町内の月平均出産数の 3 分の1に当たる人数である。
- 6) 山根真理 1994 「現代の家族—育児期の変化と育児ネットワーク—」, 『社会学 理論・比較・文化』, 晃洋書房, p100
- 7) 伊志嶺美津子 2001 「カナダの子育て家庭支援から学ぶ」, 『現代のエスプリ』408, 至文堂, p183