

## 産後2ヵ月時の子育て支援のあり方について

—あやし唄を用いた講座の組み立てと効果—

永 田 陽 子

On the Family Support Using “Ayashiuta-Native Japanese Baby Songs”

at the 2nd month Childbirth

Yoko NAGATA

あやし唄やベビーマッサージと親の話し合いを組み合わせた講座を産後2ヵ月の母子に実施した。その内容や効果を2ヵ月後までアンケート調査、産後早期の子育て支援のあり方を検討し、以下のような結果を得た。

あやし唄は、学習2ヵ月後も母親だけでなく家族も乳児との遊びやコミュニケーションに用いられていた。母親は乳児を観察する態度が身につき育児を楽しんでいた。また、親たちは話し合いを高く評価した。育児仲間となった親同士は講座終了後も交流を持っており、乳児健診の雰囲気明るく変化した。

このように、簡便で乳児の発達に沿ったあやし唄が親子のコミュニケーションに役立つことが示唆された。実際的には、話し合いにファシリテーションの技法を用いたことと官民の協働の長所が活かされたことが寄与していると考えられる。したがって、あやし唄と話し合いを組み合わせ、地域で育児仲間を得る支援の方法は産後早期の子育て支援として非常に有効である。

キーワード：産後早期の子育て支援、孤立予防、あやし唄、ファシリテーション、官民の協働

### はじめに

マタニティブルーは多くの産婦が経験し、産後うつ病に罹る女性は13.4%である（厚生労働省、2004）。それを乗り越え育児に前向きになるには、母子への適切な支援が必要である。虐待の予防の観点からも、産後早期の子育て支援は重要な社会的課題である。産後1ヵ月時での研究では、それ以前の出産の経験の有無にかかわらず抑うつ感情が高まること分かっている。その感情の背景となる育児不安は、初産婦では育児経験の有無により、経産婦では社会的要因が影響する（原田なをみ、2008）。

核家族化が進み地域の人々のつながりが希薄になった社会は、異世代の交流を減少させた。これに伴い、育児の方法が伝達されなくなったことが現在の育児を困難な状況にする大きな要因であると考えられる。1994年からの国の少子化対策によって、乳幼児

を持つ家族への支援は少しずつ進展している。しかし、外出が困難な産後早期の子育て支援の例は少ない。早期の育児支援として、国は生後4ヵ月までの乳児を持つ家庭の全戸訪問（こんにちは赤ちゃん事業）をスタート（2007年）した。効果のある事業にするには訪問する人材の確保だけでなく、一定レベルの質の保持が不可欠である。その対応には膨大な経費をコンスタントに確保する必要がある。実施が容易で効果のある“早期の育児支援のあり方”は未だ模索の状態である。また、近年の科学の進歩により乳児の高いコミュニケーション能力が明らかになってきており、乳児の健全な発達の視点からも誕生早期からの子育て家族支援は重要である。

### 1. 目的

本研究は、産後2ヵ月の母親の育児不安の軽減あ

るいは解消のために「産後2ヵ月の母親向けの講座」を実施し、「産後早期の子育て支援の在り方」を検討する。講座での学びの内容とその効果の継続性を含めた分析を行う。本講座は以下の3つの柱から成る。

1点目は、産後早期に親同士が知り合うきっかけを作り、親同士のつながりに関して検討する。子育ては日々成長する子どもの状態によって対応が変わる。それに伴って親の気になることや心配も変化するが、専門家の対応が必ずしも必要なものばかりではない。心配の多くは親同士の情報交換によって解消可能と考えられる。そのために、産後早期に親同士が知り合える機会の提供が必要となる。親自身の持つ力を活用し、親が孤立感から解放され親同士で支え合う関係づくりにつながる支援にすることであり、将来的には子育てがしやすい地域につながる事を念頭に置いている。

2点目は、発達初期の母子関係形成の方法を検討する。乳児とのコミュニケーションができると、母子関係が形成される（永田陽子、2006）。それは、親が子に認められる体験とも言える。乳児が反応しやすい方法を親が学び、コミュニケーションをすることにより乳児への愛情がひいては虐待の予防につながる。方法として用いたあやし唄およびベビーマッサージに関して、産後2ヵ月の育児支援への導入の適切さについて検討する。

最後に、本実践は官民の協働で実施した。その協働のあり方に関して検討する。

## 2. 構成

本研究は(1)子育て応援隊スタッフの養成、(2)生後2ヵ月の赤ちゃん和妈妈のためのおしゃべりサロンの実施、(3)アンケート調査で構成されている。

### (1)子育て応援隊スタッフの養成

研究をするにあたり、最初に「生後2ヵ月の赤ちゃん和妈妈のためのおしゃべりサロン」（以後「ママサロン」という）事業の子育て応援隊スタッフ（以後スタッフという）の養成をした。スタッフは、対象の親子と同じ地域に住み子育て支援に関心のある市民である。その理由は、事業終了後もスタッフが親子と地域でつながり、見守り合いに発展していくことを意図したからである。

スタッフ養成講座は、3つの目的がある。第1は子育て家庭支援への共通理解をする。現代社会の子

育て状況の理解と親に力のつく支援というママサロンの目的を学習する。スタッフの役割は黒子であることを前面に出し、ともすると起こりがちな指導的な支援に陥ることを防いだ。第2は親子の愛着関係を形成するツールを学ぶことである。乳児の発達に対応したあやし唄の意味とやり方および発達に及ぼす効果の学習である。その後、親子に確実に伝えるために、学んだあやし唄で乳児と遊ぶ実習を2回行った。また、スキンシップのツールとして、親の関心が高いベビーマッサージの基本を赤ちゃん人形で実習した。さらに、第3に親同士の話し合いに用いるファシリテーションの学習を取り入れた。この技法によって参加しやすい場づくりをし親のエンパワーが可能となる。スタッフはよい聴き役となる。そして、親が自分の言葉で語り、親同士が互いに支え合う関係が構築できるようにサポートする。スタッフは親の指導者ではなく、親に寄り添う援助者（ファシリテーター）としての在り方・技法を養成講座に取り入れた。

以上の内容を受講し、乳児とかかわる方法としてあやし唄とベビーマッサージを親に伝え、親自身が自分の力に気づき子どもとかかわること、育児仲間を得て互いに支え合い親の孤立予防となるようにスタッフが話し合いをサポートする。

### (2)生後2ヵ月の赤ちゃん和妈妈のためのおしゃべりサロンの実施

産後2ヵ月頃は、乳児の世話に慣れ多少ゆとりがでてくる。しかし、まだ首の据わらない乳児を連れての外出の機会は少なく、社会から取り残された孤立感を感じ始める時期でもある。そのために、以下の4点を含めたママサロンを実施した。

- ①乳児を連れて外出の機会の提供
- ②母子の愛着形成を促す乳児とのかかわり方を学ぶ
- ③地域の子育て情報の伝達
- ④孤立予防のために、育児仲間と知り合う

ママサロンはあやし唄とベビーマッサージを学ぶ2回の連続講座で、育児仲間を得るきっかけとなることをねらった。各回約1時間半で、第1回目はあやし唄を、第2回目はベビーマッサージを実施した。各回とも後半の時間には居住地区に近いママ同士のおしゃべりタイムを設けた。各回にNPO法人HUGこどもパートナーズの代表とスタッフが3名と市の保健師が参加した。スタッフはおしゃべりタイムの

ファシリテーター役も務め、会の進行をした。健康に関する質問や相談には保健師が対応した。会場は行政が提供した公的機関の会議室である。

### (3) アンケート調査

親たちの変化を見るために、サロン終了1ヵ月後までフォローをするアンケート調査を実施(表1)した。

対象者にアンケートⅠ～Ⅳを実施、およびスタッフへのインタビューによる情報収集を行った。アンケートは表1に示すとおり、フェイスシートⅠ、自己イメージなどを調査するアンケートⅡ-1～3、各サロンの評価をするアンケートⅢⅠ、2、あやし唄学習後の使用状況はⅣ-1、ベビーマッサージ学習後の使用状況はⅣ2からなる。アンケートⅠでは参加者の年齢や子どもの年齢や何回目の子育てかを聞いた。今回報告はしていないが、アンケートⅡ1～3は同じ項目にし、あやし唄やベビーマッサージを学ぶ前と後の変化をとらえられるようにした。それらは、自己イメージ、育児イメージ等に関するものである(永田陽子2006参照)。

表1 アンケート実施時期と内容

サロン	調査時期	アンケート	内 容
第1回目 あやし唄 +話し合い	開始前	I	参加者のフェイスシート
		Ⅱ-1	自己イメージ(A-1)、赤ちゃんイメージ(B-1)、育児イメージ(C-1)
	終了後	Ⅲ-1	サロンの評価
第2回目 ベビーマッサージ +話し合い	開始前	Ⅳ-1	あやし唄学習後の使用状況
		Ⅱ-2	自己イメージ(A-2)、赤ちゃんイメージ(B-2)、育児イメージ(C-2)
	終了後	Ⅲ-2	サロンの評価
全館で終了	1ヵ月後	Ⅱ-3	自己イメージ(A-3)、赤ちゃんイメージ(B-3)、育児イメージ(C-3)
		Ⅳ-2	あやし唄・ベビーマッサージ学習後の使用状況

### 3. 対象

本研究の対象はH市在住の生後2ヵ月児とその母親である。東京都多摩地区に位置するH市は人口約15万人(註1)、年間出生数は約1100人(平成19年)(註2)である。

市で実施する生後4ヵ月乳児健康診査の通知に、ママサロンのちらしおよび返信用葉書きを同封し参加希望者を募集した。したがって、該当する生後2ヵ月児(平成19年6月～10月生)426名全員に通知ができた。そのうち190名(44.6%)が第1子である。参加希望者は132人(参加者は122組)で、対象児426名の31%が希望した。

表2 サロン：生後2ヵ月の乳児とママのためのおしゃべりタイム 開催日程と参加状況

開催日程	参加親子数(内第一子)  内新規参加親子数	通知数(人) (第一子)
1-①平成19年9月27日(木)	20組(17人)	96(42)
1-②平成19年10月18日(木)	20組(15人) 6組	
2-①平成19年10月25日(木)	26組(21組)	115(49)
2-②平成19年11月22日(木)	31組(26組) 7組	
3-①平成19年11月29日(木)	26組(17組)	104(45)
3-②平成19年12月17日(木)	24組(17組) 3組	
4-①平成19年12月20日(木)	23組(19組)	111(54)
4-②平成20年1月17日(木)	28組(20組) 10組	

①あやし唄の会 ②ベビーマッサージの会

### 4. 結果

#### (1) アンケート回収数

本稿では、フェイスシート(Ⅰ)、サロンの評価(Ⅲ-1, 2)およびあやし唄とベビーマッサージに関する調査(Ⅳ-1, 2)結果について検討し、産後早期の子育て支援のあり方について考察する。

各調査協力者の人数は表3に示す。122人の母親が参加、調査協力者116人内86人(74.1%)が第1子であった。これは、通知をした426名中第1子190人のほぼ二人に一人が参加したことになる。1回目のサロン調査協力者は90名(第1子は72名)、2回目のみの調査協力者は26名(第1子14名)、1,2回共に参加した親は77人(第1子64名)、であった。いずれも第1子の親の参加が高率をしめていた。

表3 アンケートの種類と回収数

アンケートの種類	回収数
参加者のフェイスシート(Ⅰ)	116
サロンの評価(Ⅲ-1)	93
あやし唄学習後の使用状況(Ⅳ-1)	61
サロンの評価(Ⅲ-2)	79
あやし唄・ベビーマッサージ学習後の使用状況(Ⅳ-2)	*31

\*Ⅳ-1, 2共に回答したのは28名

#### (2) 親の属性

調査に応じてくれた親116名の特性の分析結果を示す。年齢は、24歳までが6名、25～29歳までが39名、30代が67名、40代が2名であった(図1)。30歳以上が58.3%をしめた。高齢化の傾向がH市でも見られた。仕事をしていない人が68名(59.1%)、している人5名(4.3%)、育休中31名(27.0%)、無回答11名である。10人に3人が有職者である。女性が妊娠・出産で退職する傾向から、仕事を持つ方向に少しずつ変化している。

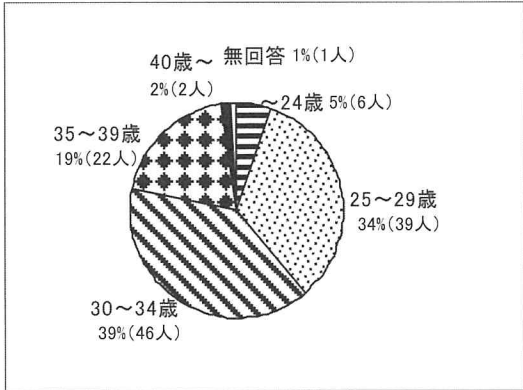


図1 サロン参加者の年齢分布

母親の体調について聞いたところ、約6割がよいと答えているが、疲れやすい、眠れない、食欲がないと回答した人が43名(37.1%)いた。訴えのある約4割の母親に対して問題が深刻化する前に適切な対応が求められる。

育児の相談相手・協力者について問うた回答では、パートナー(116名)、実家(108)、友人(94)の順(図2)であった。上位3位までは、頼る相手は人である。実家の助けが得られない子育て家族は大変である。一世代前であれば、実家が第1位であっただろうが、現在ではパートナーとなっている。妻から頼りにされるパートナーも育児経験がなく、育児の知識や技術は乏しく試行錯誤の状態と推測される。4位はインターネット(22人)である。在宅でも手軽に情報を得られるインターネットは今後も増加すると考えられる。しかし、適切に使わないと、心配や不安を大きくすることもある。生後3ヵ月で相談に来所した親は、目が合わないとの祖母の発言がきっかけとなり、インターネットで視線が合わないことが自閉症

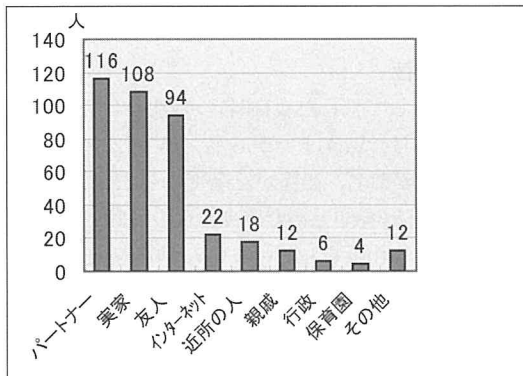


図2 相談相手・協力者 (重複回答)

の特徴と知り、障害の心配をするに至ったという。

産後2ヵ月の頃には、行政等の機関は頼る場所としてあまり利用されていないことが分かる。それだけに、実家や近所の人など身近な人々のサポートが重要な役割を果たす。出産の病院や助産院などでもっと行政機関の利用をPRすることも必要であろう。

予測していた育児イメージと現実の育児との違いの有無を聞いたところ、異なっていた56.9%、同じだったのは42.2% (49人)であった。記述内容を見ると、異なっていたと回答した66名中18名はプラス方向へ、33名はマイナス方向へ、両方向へは4名であった。具体的には、思っていたより泣くので眠れない・家事ができない・母乳をすぐ飲んでくれると思っていたなどがマイナス方向への違いである。これらの一部は妊娠中に知識があれば、解消できるものであった。

特徴的なのは、異なっていると回答したグループでは、同じと回答したグループの約2倍の割合18% (12名)で友人がいないと回答していることである。対象116名中友人がいない人は17名のみであったが、その7割(12名)が育児イメージの異質感を持っていた。育児仲間を得ることは孤立予防だけでなく、育児イメージにも影響を与えていることがわかった。

パートナーの育児参加に関して聞いたところ、育児をする頻度は毎日から月1~2回とさまざまであるが、1名を除き父親は育児をしていた。パートナーの育児について、とても満足(27人)、まあ満足(53人)とを合わせると、69.0%になる。パートナーの担当している育児はごく一部であるにもかかわらず、生後2ヵ月時点ではパートナーに対する母親の満足度は高いと言えよう。母親自身もまだ育児に慣れていず父親の育児の技量と差が少なく、共同の意識が持てる段階と考えられる。育児に関して母親から父親へのイメージが固定する前に、また父親自身が“育児は母親のするもの”と任せきる前に、父親の役割を持てるようにすることが、“父親への育児支援”になろう。

### (3) ママサロンに関する結果

#### 1) ママサロンの評価

ママサロンは、あやし唄の会とベビーマッサージを実施した会とがあるが、それぞれの会についての評価は、おおむね好評であった(表4)。

表4 内容別ママサロンの評価

	①あやしうた	②ベビーマッサージ
全然よくない	0 (0%)	0 (0%)
よくなかった	0 (0%)	2 (3%)
普通	4 (4%)	3 (4%)
よかった	29 (31%)	33 (42%)
とてもよかった	60 (65%)	41 (52%)
合計	93 (100%)	79 (101%)

## 2) 評価の理由

### (i) よかった理由 (複数回答)

よかった理由は、同じ立場の親との話ができたことが圧倒的に多い(表5)。特に1回目は他の親と話せたことへの評価が高い。2回目になると、話すことより乳児とのかかわり方へ親の関心が移行していると言える。また、親たちのベビーマッサージへの関心の高さを示している(表6)。

表5 よかった理由

【1回目ママサロン：あやしうたと交流会】

よかった理由	人数
同じ月齢の乳児のお母さんと話げできたこと	80
あやしうたを習い乳児の接し方のヒントを得た	28
外に出ることでリフレッシュできた(気分転換)	9
他の乳児の成長の様子を見ることができたこと	8
スタッフがおしゃべりを誘導してくれたこと等	6
スタッフが子どもを見てくれて楽しかった	5
子どもが嬉しそうだった	1
児童館、利用しやすい飲食店の情報を得た	3
その他(お茶を頂け大変嬉しかった等)	4

表6 よかった理由

【2回目ママサロン：ベビーマッサージと交流会】

よかった理由	人数
ベビーマッサージを体験できた	69
同じ時期や地域の乳児のお母さんと話げできた	47
子どもとじっくり触れ合えてよかった	11
子どもが楽しそうだった	5
他の乳児の姿がみられた	1
スタッフが子どもを見てくれて気が楽だった	7
(上の子) 保育つきでありがたい	2
スタッフがサポートしてくれてよかった	1

話し合いは居住地域別のグループで、自己紹介や出産の経験などを糸口にし、親の関心事をテーマとして進めていった。親たちは話をしたくて、会の終了後もメールアドレスの交換や昼食を共にする姿が見られた。育児仲間を得ることが、産後早期の子育てで家庭支援に重要であると考えられる。親同士のおしゃべりタイムが孤立予防として効果があると言える。

### (ii) 改善点や要望

要望等の記入は少なく、高い満足度の裏付けとも言えるだろう。1、2回目ともに開催回数を増やす、話し合いの時間ももっとほしいなど、開催への希望が多くみられた。親たちの今の関心事を話し合える交流が求められていると考えられる。

## (4) 「あやし唄」の結果と考察

1回目に用いた「あやし唄」に関する結果を表7.8に示す。

### 1) あやし唄の継続性

1回目のママサロン終了1ヵ月後(乳児は生後3ヵ月)では回答した61名全員が、2ヵ月後(生後4ヵ月)では1名を除いた27名(96.4%)があやし唄を活用していた。

表7 家庭であやし唄の使用の有無

あやし唄 使用の有無	アンケートⅢ-1(回収数61)		アンケートⅢ-2(回収数28)	
	人数(人)	%	人数(人)	%
使っている	61	100.0	27	96.4
使っていない	0	0.0	1	3.6

2ヵ月間以上にわたりほぼ100%の親が学習内容を継続していることは注目すべき結果である。その最も大きな理由は、唄が乳児の発達に沿っており乳児の反応が確実に得られることである。親が一方的にやるのではなく、乳児とのコミュニケーションができ、親が嬉しくなって継続したくなると思われる。即ち、あやし唄をやると、乳児がじっと見つめる、口をあける、声を出す、手を動かすなどの反応が明確に感じ取れる。このやり取りによって、親は乳児とのつながりを強く感じられる。特に、乳児期の初期には、どのように遊ばばよいかわからない時期に、コミュニケーションが容易にできるのである。そして、子どもの反応を観る視点が親になった早期に身に付けられることは、自由記述から捉えられる。

もうひとつの理由は、あやし唄が非常に簡単な内容なので、習得しやすく短時間で誰にでもできることである。また、道具は不要で大人の声と動作を用いる。従って、準備が要らず、乳児とかかわれること、家庭だけではなく車中でもどこでも使え、場所を問わないことも理由の一つであろう。育児がスタートしたばかりでゆとりがもちにくい時期に、子どもの笑顔や反応で親が報われる体験ができる。

表8 家庭であやし唄の使用の有無

あやし唄の使用頻度	1ヵ月後(回収数61)		2ヵ月後(回収数28)	
	人数(人)	%	人数(人)	%
毎日	24	39.3	9	32.1
2～3回/週	18	29.5	11	39.3
1回/週	3	4.9	2	7.1
たまに	15	24.6	5	17.9
その他	未記入1	1.6	未使用1	3.6
合計	61	99.9	28	100.0

また、あやし唄の使用頻度は1ヵ月後では毎日が約4割、週2～3回使用している人と合わせると7割の親が乳児との遊びに用いていた。また、2ヵ月後では使用割合はさらに増加した(表8)。

## 2) あやし唄の波及性

表9は、あやし唄を用いている人について示している。1ヵ月後、2ヵ月後共にすべての母親が用いていた。注目すべきは、学習2ヵ月経過後も母親だけでなく、あやし唄を学んでいない父親(36.1%)やきょうだい、祖父母も活用していることである。家庭内の一人があやし唄を学ぶと他の家族も容易に波及すると言える。以前なら、祖父母から親に伝えたであろうあやし唄を、現代では母親があやすのを見て祖父母が学ぶという姿になりつつある。1ヵ月後の61名中、約2割(12名)の参加者が第2子以降であった。5名のきょうだいがあやし唄をしているということは、きょうだいの約40%が乳児のあやし方を家庭で学習したことになる。同様に、2ヵ月後では28名中4名にきょうだいがいたが、そのうちの3名が用いていた。これは、子どもが育つときに育てることを学ぶという子どもの養育性教育にもなると言える。乳児の側から考えると、それだけ多くの人とコミュニケーションを体験しながら育つことになる。

表9 誰があやし唄を使っているか

あやし唄の使用者	1ヵ月後(回収数61)		2ヵ月後(回収数28)	
	人数(人)	%	人数(人)	%
母親	61	100.0	27	100.0
父親	22	36.1	7	25.9
きょうだい	5	41.7	3	75.0
祖父母	7		2	

\*2ヵ月後の回収28の内、あやし唄を使用していない1名を除く

## 3) あやし唄の使用について

自由記述からは、あやし唄の効果が読み取れる。かわいく思えるようになった、あやすのが楽になった、乳児がじーとみてコミュニケーションができるので楽しい、父もよくあやしてくれるようになったなどが親の気持ちに関する記述である。子どもは親の動きを見ている、まねしている、きちんと話しかけると親の思いが通じる、繰り返すと反応がよくなっている、ぐずっていてもすぐに笑ってくれるようになったなど、“子どもをよく観察する”という親の行動変容をもたらしていた。親の声と手で遊べるので手軽にでき、乳児が応答し親がやりがいを感じている。参加者の高い評価、継続性や波及性などから、親子のコミュニケーションの手法として、早期の子育て支援にあやし唄は有効と言えよう。

## (5) 「ベビーマッサージ」の結果と考察

ベビーマッサージを用いた2回目のママサロン1ヵ月後に、その後の活用状況などを調査した結果である。回答数は31名であった。

### 1) ベビーマッサージの継続性

ママサロンでやったベビーマッサージを家庭で継続している人は、1ヵ月後31名中17名(54.8%)の半数強に留まった(表10)。継続していない理由は、時間が取れない、精神的余裕がない、冬は裸にするのに抵抗がある・暖房を入れるのが面倒、やり方を忘れた、オイルがないなどであった。やっていない14名中、6名は服の上からスキンシップをするなどをしてきた。ベビーマッサージそのものはしなくて

表10 家庭でベビーマッサージの使用の有無

ベビーマッサージ	アンケートⅢ(回収数31)	
	人数(人)	%
やっている	17	54.8
やっていない	*14	45.2

表11 ベビーマッサージの使用頻度

ベビーマッサージ使用頻度	アンケートⅣ-2	
	人数(人)	%
毎日	4	23.5
2～3回/週	3	17.6
1回/週	3	17.6
たまに	6	35.3
未記入	1	5.9

も、乳児と関わるきっかけにはなっていた。

使用頻度は、表11のようになった。手軽さから考えても、あやし唄のように、日常的にはなかなかできない(表8参照)のが現状だろう。

## 2) ベビーマッサージの波及性

ベビーマッサージはあやし唄とは異なり、波及性も低かった。母親以外では2名の父親がやるのみで、祖父母・きょうだいは誰もやっていた。手順が簡単ではないこと、時間がかかることなどの理由であろう。マッサージの手順等の資料が協会の制限上配布できないことも広がりにくさに影響を与えていると考えられる。

## 3) ベビーマッサージの使用について

自由記述の結果も踏まえると、ベビーマッサージの主な影響には、以下のようなことがあげられる。子どもの様子をよく見るようになった、子どもとのコミュニケーションによい、子どもに接する時間が増えたと母親は捉えている。一方、子どもの変化としてはよく寝るようになった、子どもが喜ぶ、機嫌がよいなどがあげられていた。ベビーマッサージは親の関心が高いので、講座への参加率を高められる内容である。親子関係への一定の効果はあるが、その後の継続性にはやや難しさがある。材料費がかかる、実施する会場の設備などの点がサロン開催時の困難さである。

## 5 考察

予防的観点に基づき、産後早期の子育て支援のあり方に関して考察する。

### (1) 組み立て・内容について

今回用いたあやし唄もベビーマッサージも体験的な学習内容である。また、乳児をよく観察する態度が身に着く効果も共通していた。ベビーマッサージは材料の準備に経費がかかること、家庭での継続につなげるには開催時期を選ぶなどの難点がある。学習後の継続性や他の家族への広がり、経費や開催の容易さの点であやし唄の方が勝っていた。子どものために何かを学びたい親のニーズを取り入れた講座で親の参加を促し、親同士が育児仲間になるきっかけとしての話し合いの時間を持つ構成は適切と考えられる。

### (2) あやし唄の適切性

近年の科学的研究により誕生直後から周囲の情報

を受け取る乳児の能力が解明されてきた。しかし、生後2ヵ月では、まだコミュニケーションができないと思っている親が多い。その結果、乳児期には栄養補給と清潔を保つだけになり、育児の喜びを感じにくい。発達心理学的には乳児期は基本的信頼感を形成する大切な時期である。あやし唄は上述の通り、一度学ぶと継続性や波及性が見られる。また、親の気持ちや親子関係が変化しただけでなく、子どもにも人をよく見るとの変化が起きている。また、あやし唄での子どもの反応がおもしろくて、夫婦・祖父母たち大人の間で会話がはずむ等家族にも変化をもたらしていた。大人の育児観が固定される前、産後の早期に親に手渡す必要がある。今回実施した生後2ヵ月は社会的微笑が出る直前であり、効果的だったと言える。

今回は、絵入りのあやし唄の簡単なガイドブックを配布したので、家庭でもやりやすかったと思われる。このような資料が親に手渡せると有効であろう。

### (3) おしゃべりタイムについて

親をエンパワーし、親同士の支え合いを作る事を目的としたおしゃべりタイムを設定した。短時間の話し合いだが、知り合うきっかけを作れば、その後、親同士で支え合う関係が構築できた。その目的が達成されたことは、ママサロン終了後、メールアドレスの交換や場所をかえて話し合いをしている姿が毎回見られたことや親の高い評価からわかる。近隣の子育て仲間を得て、孤立予防となり、その後の4ヵ月乳児健診や予防接種の場が和やかになったとの報告を行政の保健師はしている。

ママサロンを担当したスタッフは、妊娠中は母体を気遣われるが、出産後は周囲の意識が乳児に集中し、母親は取り残されるような孤独感を味わっていること、親たちの話し合いたい気持ちは考えていた以上であることを実践で感じたという。そして、親中心に場を展開する必要性を強く感じたと述べている。話し合いにはファシリテートの技法をスタッフが事前に学習して臨んだことが、適切な場づくりになったと考えられる。

### (4) 行政と市民団体との協働について

行政は予防的な子育て支援として本事業を位置づけ、官民の協働に取り組んだ。その実施にあたり行政(母子保健)は以下の6点を担当した。①3～4ヵ月乳児健診の案内通知に本事業のチラシと返信用ハガ

キを同封し、申し込みの受付 ②スタッフ養成講座の広報と会場の提供 ③サロン会場とスタッフ養成時の保育室の提供 ④当日の保健師の参加（見守り・育児相談）⑤その後の親子の様子を母子保健事業において追跡確認 ⑥アンケート調査票の回収である。

母子保健事業で保健師がその後の追跡確認した内容を次のように述べている。一点は、本事業の参加者は、その後の乳児健診やBCG集団接種時にとっても和んだ雰囲気ですらあり、その相乗効果が健診全体が明るく落ち着いた雰囲気になっていた。第二点目は、参加者は育児に関する細かい質問があっても、深刻化することがなくその場ですぐに解決出来るレベルに留まっている。これは、不安が軽減されているためと考えられる。三点目は、あやし唄を日常的に実施しており、乳児の表情がよいことや目をしっかりと合わせるようになったことを親たちが気づき楽しんでいる様子が見られた。最後に、乳児学級などの様子に母子の明るく覇気ある表情が確認できた。これらは、母親同士が育児仲間を得た結果と考えられる。

また、ママサロンではそれ以前の母子保健事業で把握できていない親子が参加（約30%）し、乳児健診前により多くの親子の様子を確認できる貴重な機会となっている。

日本では、官民の協働は始まったばかりであり、そのあり方は多くの課題を抱えている。課題は官民双方にあり、お互いのプラス面を活用し合えないことと筆者は捉えている。官は事業展開のツールと経験、施設の活用が可能であるが、指導的に陥りやすい。民は地域のニーズを的確に把握、情熱や活動力はあるが、事業の段取りの技量に乏しい点である。本研究は、事業の企画・運営の中心を民が、それに付随する事務と運営のサブを官がになった実践例である。個人情報保護法の絡みもあり、民間の活動では対象者に情報を届けることが困難になっている。その点を官がカバーした。逆に、以前の母子保健では把握できなかった層へのアプローチが可能になる利点を行政は得ている。根底に地域のNPO法人の地道な活動への信頼があったことは言うまでもない。官民の適切な協働がその効果を高めたと考えられる。

本研究の育児支援は、スタッフの養成と活動を保

障すれば、ランニングコストは低くおさえられ、効果が持続する内容である。保育なしで実施ができ、あやし唄は経費が不要かつ継続的な効果が期待できる。“こんにちは赤ちゃん事業”に代わる一次予防の一つの方法とならないだろうか。特に、初産婦にとって初めての育児への不安の軽減や解消になると言えよう。予防的な活動での官民の協働が可能な取り組みであろう。

産後早期に子育て支援の必要性は言われている中で、今回の「産後2ヵ月の母親向けの講座」は、互いの支え合いを早期から作る試みとして、産後早期の子育て家庭支援の有効な一つのあり方と言える。

## 謝辞

\* 本研究は、独立行政法人福祉医療機構子育て基金助成（平成19年度）を受けて実施した「産後の孤立による育児不安の早期解消支援事業」（特定非営利活動法人HUGこどもパートナーズ）の一部である。ご協力いただいたNPO法人HUGこどもパートナーズ代表の平沼美春氏および東村山市母子保健担当者、アンケートにご協力いただいたお母様たちに感謝申し上げます。

（註1）調査実施年平成19年1月1日現在 H市人口147,411人

（註2）調査実施年平成19年1月1日現在 H市0歳人口 1,149人。年間の出生数は、過去20年ほど、少ないながら上向き傾向である。

## 参考文献

- 阿部ヤエ 「わらべうたで子育て」入門編 福音館書店 2002
- 金子一史 「抑うつ感情と母親から子どもへの愛着－妊娠中期と産後1ヵ月の比較－」平成16年度厚生労働省科学研究費（子ども家庭総合事業）、2006
- 鈴宮寛子 「産後うつ病の全国実態調査ならびに早期スクリーニングと援助方法の検討」平成13年厚生労働科学研究費、2004
- ちょんせいこ 「人やまちが元気になるファシリテーター入門講座」解放出版 2007
- 中板育美他 「『育児支援家庭訪問事業』による児童虐待の発生予防・進行防止の方向性」子どもの虐待とネグレクト Vol.9(3)



P384-393 2007

- 永田陽子 「人育ち唄」 -らくらく子育て・子育て支援- エイデル研究所 2006
- 永田陽子 「わらべ唄が初期の親子関係形成に及ぼす影響について」 駒沢女子短期大学研究紀要 Vol 40 P49-56 2007
- 永田陽子 「“Ayashiuta” Native Japanese Baby Songs and Emotional Mutuality-」 第11回世界乳幼児精神保健学会世界大会、2008
- 永田陽子 「産後2ヵ月の母親への子育て支援」 Four Winds 乳幼児精神保健学会学術集会 2009
- 原田なをみ 「エジンバラ産後うつ病自己評価表によるスクリーニングにおける高得点者のリスク因子の分析」 保健科学研究誌 No 5 P1-12 2008
- 藤井加那子 「育児期にある母親の育児満足感に影響する因子-子育て不安の認識の有無による違い」 小児保健研究 Vol.67(1) P10-17,2008
- 藤田浩子 「あそぶ・あやす」 赤ちゃん編1～3 一声社 2003
- S.N.Mallch 「母・乳児とコミュニケーション的音楽性」 Macarthur Auditory Research Centre Sydney University of Western Sydney Macarthur 2006
- 吉田弘道 「乳幼児健診における母と子の心の健康支援」 母子保健情報 Vol.58 P71-75,2008
- 渡辺久子 「臨床心理・精神医学的観点からの児童虐待への対応について」 子どもの二次情報研修センター紀要 Vol.5 P 1-12, 2007
- 厚生労働省 HP 健やか親子21検討委員会報告書2004