

# 育児中の女性へのピアサポートに関する研究 —ピアサポートの実施状況並びに利用者の反応—

分担研究課題：妊産褥婦へのエモーショナル・サポートに関する研究

神戸大学医学部保健学科看護学専攻

研究協力者 **新道幸恵**

共同研究者 大久保功子、高田昌代、井上三千世、森島かおり

## 【要約】

全国の市町村における育児支援事業の実態等及び、ピアグループに参加している母親の面接調査から、育児中の母親に対するピアグループ（セルフヘルプグループ）の必要性や有用性、並びにその形成発展の条件を明らかにした。

## 【見出し語】

ピアグループ、セルフヘルプグループ、育児支援事業 育児中の母親

## 【研究目的】

昨年度の本研究で、出産後の女性に対するピアサポートは「周囲との育児価値の相違に関するストレス」、「話し相手がないストレス」、「息抜きが出来ないストレス」を軽減するのに有効であることが推測される結果を得た。そこで、今年度はピアサポートの形成発展のメカニズムとその育児支援の機能を明らかにすることを目標にして、全国の市町村における妊産褥婦に対する仲間作りの活動や育児支援活動の実施状況を明らかにすることと、育児中の女性に対するピアサポートの必要性や有用性を明らかにすることを目的とした。

## 【研究方法】

1) 全国の市町村330箇所を層別抽出法により抽出し、妊産褥婦に対する仲間作り及び育児支援活動の実態を質問紙にて郵送調査を行った。

2) 兵庫県内の病院の産婦人科病棟に郵送法で、集団指導の担当者や参加者への面接協力を要請し、回答のあった32箇所の病院の助産婦11人、病院やサークル活動のリーダーから紹介された育児中の女性18人を面接調査した。面接内容を被調査者の許可を得てテープレコーダーに集録し、その記録をもとに内容分

析を行った。

## 【結果】

### 1. 市町村における育児支援事業の実態

回答数236、回答率71.5（但し271地区）であった。回答を寄せた市町村で行われている母子保健事業のうち、妊産褥婦対象の母親学級を73.5%、両親学級を28.4%が実施していた。そのうち、仲間（ピアグループ）作り支援を行っているのは、母親学級では66.7%、両親学級では26.0%であった。その支援の内容としては、「自己紹介」が91.6%、「体験談を話させる」が60.4%、「講義の合間に話し合いを含める」が58.6%、「ほとんどを話し合いで進める」が9.4%であった。上位の3つの方法は、重複して用いている所がそれぞれの過半数を占めていた。

育児支援事業を行っている市町村の数は、1985年頃から漸次増加しはじめ、調査時には、回答施設の74.2%を占めるまでになった。その事業内容をみると、育児教室が86.9%と過半数を超え、母親学級、乳児健診、個別指導、自主グループ（ピアグループ）支援は9.7%～34.9%で極めて低かった。

上記の育児教室の内容をもう少し詳細にみると、実技 86.2%、講話68.4%、グループワーク15.1%、であり、これらの内容は重複して計画されていた。

育児支援事業の開始や推進に関する問題点として、①スタッフ不足やスタッフの資質等のスタッフに関する事②場所確保が困難、子供に適切な場所がない等の会場に関する事③子守がない、子供が一緒に話に集中できない等の託児に関する事④参加者が多すぎる或いは減少している等の参加者数に関する事⑤参加者が固定という運営上の事⑥自主活動が出来ない、参加者の主体生がない、グループリーダーがない、仲間作りになっていない等の自主活動に関する事、等が多く

あげられていた。その他に少数の回答ではあったが、内容のマンネリ化、他部門との連携の困難さという問題がみられた。

## 2. 病院における産婦人科病棟の集団指導の実態

回答数(回答率)病院32(65.3%)、助産所2(40%)のうち、妊産褥婦を対象にした集団指導を行っているのは、21(65.6%)であった。妊娠前期、中期、後期、産褥早期に実施している施設は、過半数を占めていたが、1カ月健診以降に実施している施設は、約20%であった。それらの施設の内、11施設において、その集団指導の責任者又は担当の助産婦に面接を行った。その結果、育児支援を目的とした活動を行っていたのは1施設のみで、小児科医とカウンセラーが中心で、講義及び相談を主とする内容であった。病院・助産所における集団指導では、集団指導に自己紹介や妊産褥婦の体験談を聞き出したり、参加者相互の話し合いを入れたり工夫がされていたが、それらに費やす時間は少なく、講義に多くの時間が使われていた。

## 3. ピアグループに参加している育児中の女性の悩みと活動の実態

ピアグループに参加している育児中の女性18人とそのリーダー1人に面接した。それらの対象者は全員核家族であった。

### 1) ピアグループの必要性

面接記録の内容分析から、ピアグループに参加している女性の参加の動機や背景について、次のように整理する事が出来た。①暇な時間が有りすぎる事で、つらい②結婚、引っ越し、退職等によって人とのつながりがとぎれる③子連れで出かけられるところが制限され、地域社会から閉め出されていると感じる④「赤ちゃん」がどういうものか分からない⑤どこにも出かけられず、話し相手がいない、夫にも分かってもらえず孤独⑥病院、保健所は敷居が高く悩んだり迷ったりしている時は相談しにくい⑦身近で実用可能な育児情報が手に入りにくい⑧ちょっとした事が不安、体験していない人には分かってもらえないと言う気持ち、しなければならぬ事ばかり、等の妊娠前とは異なる心境の変化がある⑨ストレスの発散が出来ない、ストレスや怒りを子供に向けそう、虐待や無理心中する人の気持ちが分かる事が怖い、自責感等の鬱的反応を有する。

### 2) ピアグループ参加の利点

ピアグループに参加して良かったと思えることを話してもらった結果、次のような内容が得られた。①楽

しみがもて、心の張りあいが出来た②行動範囲が広がった③支えられ、支えてあげられる④喋れる、語れる事でストレス発散⑤気分転換、息抜きになる⑥悩みが共有できる⑦子育ての承認や保証が得られる⑧自分を客観視出来る⑨子供の変化や反応の「普通や当たり前」がわかる⑩子供の成長に気づく⑪疑問が即座に解決できる⑫子育てに関する情報交換が出来る⑬母親としての目標が見つかる。

3) ピアグループの活動内容や、成立・維持の条件  
ピアグループへの参加の契機や活動内容、活動の形成・維持の条件、等については次の結果がえられた。

### (1) 参加の契機

参加のきっかけや手段は、仲間との交流を望んで、その手段を探していた人と、育児の生活の悩みを抱えながらどうして良いかわからずにいた人によって異なる。前者の場合、新聞、雑誌、広報、張り紙、市町村への相談等によって、ピアグループを自ら探し当てていた。後者の場合には、友人・知人からの紹介、女性センターや市町村等からの葉書連絡、乳児相談への参加等によって偶然情報得て参加していた。

### (2) 活動内容

本調査対象者が参加していたピアグループの活動として次のような内容が語られた。①日頃の生活の中で感じている事を雑談的に話し合う②“子育て”等の生活に身近なテーマを選んで話し合う③子育てに関する情報を集め通信を発行する④日記を交換する⑤faxを出し合う⑥誘いあって出かける⑦誘いあってお互いの家で遊ぶ。これらの活動の内、家の外で行われた事には、全員が子供連れで参加していた。

### (3) 活動の形成・維持の条件

育児中の女性が参加し易い、或いは継続参加が可能であると語った条件は次のようにまとめることができた。①子供の年齢が半年未満の差である事が望ましい②メンバー同士の住所が近い③子供同伴でいける場所である④講話以外に自由な時間がある⑤母及び子どもが楽しめる企画がある⑥主催者が怪しい者ではない。

### (4) リーダーの役割や条件

ピアグループのリーダーに対する参加者の意見及びリーダー自身の話からリーダーの役割や条件として次のことが明らかになった。その役割としては、①ピアグループの開催の企画、運営の責任②ピアグループの広報③メンバーのチームワークへの配慮④グループ活動のリーダーシップ(テーマの設定、司会)⑤ピアグループに対するサポートシステムの導入や連携等が認められた。条件は、①育児経験がある②育児の悩みや困難

さを理解している③ピアグループへの参加の経験がある④サポートシステム（個人的、社会的）を有している⑤ピアグループの意義を理解し、その活動の維持への熱意と責任感がある、等である。

#### 4) 病院・保健所主催の母親学級に参加した妊産褥婦の感想

病院や保健所主催の母親学級に参加した人々にその期待や感想を聞いたところ、次のような内容が得られた。病院の母親学級は①妊娠・分娩・育児に関する知識を得ることを目的として参加②分娩の時にお世話になる医師や助産婦と顔見知りになる事で安心がえられる③自己紹介や体験談を話す時間を設けられているが、講義の時間が多く、参加者間で親しくなる機会は得にくい。保健所の母親学級に対しては、参加者だけで話し合う時間が30分以上もあったので、その場では参加者と親しくなれたが、1回だけの開催なので、友人つきあいにはつながりにくい、という意見があった。

#### 【考察】

少子化現象による社会的問題は様々な角度から論議がなされるようになって久しい。その対策もエンゼルプランの実践への努力を始め種々試みられている。我々は、母親が育児を楽しめるようになることが、少子化問題の解決の一助になると考えた。そこで、その手段を明らかにし、実践への手がかりを見つけたことを目標として、本研究に取り組んできた。

育児中の母親に対する育児支援事業に取り組んでいる市町村は多く、年々増加の傾向にある。しかし、その事業にも、担当スタッフ、会場、経費、参加者数、参加者の参加姿勢など、目的達成や継続する上での問題を抱えている。

一方、育児中の母親の中には、育児することの悩み、困難さから逃れ、解放されることを求めてピアグループに参加している人達がいる。その人々が、そのグループに参加した背景には、孤独、育児他の不安、社会からの孤立、育児のストレス、評価や承認が得られない育児、有用な育児情報不足、等に悩み、子どもへの愛着を失う事への恐れを感じていたことが本研究から明らかになった。その人々は、ピアグループに参加することで、社会との交流を再会でき、子どもの成長を理解し、その喜びに気づいたり安心を覚えたりしている。さらに母親自らも仲間とおしゃべりの楽しさを取り戻し、育児のストレスを束の間忘れることが出来、子どもへの愛着を取り戻していることが推測された。

以上のことは、育児中の母親のピアグループへの参

加の有用性を示唆するものであるといえよう。そのピアグループを形成発展させるためには、次の条件が必要と思われる。1) 母親が子ども連れて参加できる距離、場所で活動が開かれる。2) 母親がおしゃべりを楽しむことが出来る環境がある(例; 子守る人がいる)。3) 母親が子どもと共に楽しめる企画がある。4) メンバーの子どもの年齢に大きな差がない。5) 育児経験のあるリーダーがいる。6) リーダーシップのとれるリーダーがいる。7) 専門家等のサポートシステムを有している。

妊産褥婦を対象としている集団指導は病院、保健所など多くの所で行われている。今後、そのような集団指導の場を、ピアグループ作りの動機づけになるような働きかけの場とすることで、「育児を楽しむ母親」の増加に寄与することが期待できよう。そこで、我々は、今年度の研究を基に、今後、育児中の母親を支援する手段としてのピアグループモデルの作成を目標とした研究への取り組みを課題としたい。

#### 【文献】

- 1) 新道幸恵他：出産後の女性の心の健康状態とソーシャルサポートの関係，厚生省心身医学研究女性の健康と児の成育からみた妊娠分娩産褥における母子の保健医療に関する研究平成7年度研究報告書，33-38，1996.
- 2) 藤巻嘉須美他：「母と子のふれあいグループ」を通して，東京都衛生局学会誌，89号，184～185，1992.
- 3) 浦野真紀子他：保健相談所における育児グループの割合，東京都衛生局学会誌，90号，142～143，1993.
- 4) 岡知史：セルフ・ヘルプ・グループへの専門的援助について，地域福祉研究，14号，61～68，1986.
- 5) 武田文：都市部における育児グループ参加に関する研究，日本健康教育学会誌，2(1)，17～25，1995.
- 6) 高橋裕子：地域での育児グループ育成のとりくみ，東京都衛生局学会誌，90号，158～159，1993.
- 7) Abriola D.V.：Mother's perceptions of a post-partum support group，Maternal-Child Nursing Journal，19(2)，113-134，1990.
- 8) Hiskins G.：How mothers helps themselves，Health Visitor，54，108-111，1981.
- 9) カレン・ヒル著 外口玉子監修：患者・家族会のつくり方と進め方，川島書店，1988.
- 10) 平野かよ子著：セルフ・ヘルプグループによる回復，川島書店，1995.



**検索用テキスト** OCR(光学的文字認識)ソフト使用  
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



【要約】

全国の市町村における育児支援事業の実態等及び、ピアグループに参加している母親の面接調査から、育児中の母親に対するピアグループ(セルフヘルプグループ)の必要性や有用性、並びにその形成発展の条件を明らかにした。