子育て支援「ママパパアゴラ」の効果的な展開
―ベビーマッサージの取り組み―

木澤光子，三輪聖子

家政学部生活科学科生活科学専攻

（2012年9月20日受稿）

Effective Development of Child Care Support Using "Mommy-Daddy Agora"
―Measuring Baby Massage―

Department of Home and Life Sciences, Faculty of Economics,
Gifu Women's University, 80 Taromaru, Gifu, Japan（〒501−2592）

KIZAWA Mitsuko, MIWA Satoko

（Received September 20, 2012）

1．目的

子育てに不安や悩みを抱えている親が増加しているとの報告は数多くある。しかし，今日の子育て世代を育てた親世代に不安がなかったかと言えばそうではない。すでに親世代はきょうだい数3人程度の時代であり，自らも小さい子どもと触れ合う機会もなく子育てをしなければならなかった世代である。子どもをどのように育てていけば良いのか経験を持たず，疎外感や孤立感の中で子育てをしていた。この状況は現在も指摘され，子育ての負担は相変わらず母親にのしかかっている。

さらに今日の若者の貧困化が，結婚生活や子育て環境を悪化させている。内閣府が2012年6月5日に発表した「子ども・子育て白書」によると，50歳までに1度も結婚をしたことがない“生涯未婚率”は男性が20.14％，女性は10.61％に上昇し過去最高となった。また結婚を希望している人で「結婚生活の不安」にあげる要因は，男性56.8％，女性54.4％が「経済的不安」をあげている。かつて少子化の背景にあった「子育ては不安」「子育ては負担」が主流であったが，産みたくても産めないという「子育ての経済的不安」という要素が加わって，子育て環境はさらに劣悪になったと言える。

このような環境を打破し，子どもを安心して産み育てられる社会にしようと，2010年1月29日内閣府は「子ども・子育てビジョン」を閣議決定した。それによると家族や親が子育てを担うのではなく，社会全体で子育てを支える環境の構築を基本的な考えとしている。

岐阜女子大学子育て支援「ママパパアゴラ」は，2005年から開始し，2012年の今年は第8回となる。必要な子育て支援は何か，どのように展開する必要があるのかを明らかにしようとしてきた。

2012年度のママパパアゴラは，「ベビーマッサージ」「キッズタッチ」「らくちん子ども食」「パパのクラフト村」「読み聞かせパーティ」の5つの企画を展開している。毎年参

加者の意見に応えて企画内容を変更し，参加者が参加したいと思うテーマや必要としている内容を模索している。アンケートや聞き取りにより希望のあった企画を翌年展開し，そのニーズと参加実態及び参加者の満足度についての意識情報を収集しているところである。

ママパパアゴラの「ベビーマッサージ」は，母親に大変人気のある企画である。「ベビーマッサージ」は2006年から開始し，その人気は現在も衰えていない。本年度から各企画ともそれぞれの実施日の1か月前から募集を始めるようにしたが，募集を始めるとすぐに参加者が集まるうえ，リピーターの多いこと，遠方からの参加者が多いことも特徴である。参加者の参加目的は，ベビーマッサージの手技を学びたいという動機はもちろんであるが，参加者同士の交流，赤ちゃん同士の交流をしたいと思っていることがうかがわれる。

筆者自身，これまでにベビーマッサージ講座の講師として招かれ，少ない時で約30人，多い時には70人弱という参加者を対象に講演を行った。一般的にこのような講座では触れることの大切さを話し，ベビーマッサージストロークを実習し，マッサージの学習を終えるとすぐに解散するというプログラムが多い。この方法だと，母親が期待している参加者同士の交流を十分に行うことができない。そこで本学のママパパアゴラは，ママ同士の交流を主な目的として開始した。

本稿では，短時間で参加者同士が効果的に交流できるようにするためのベビーマッサージセッションの展開方法について，参加者の意見や実態を整理し，どのような方法で展開すると良いのか検討する。

2. 方法

調査日は，平成24年①5月24日，②6月7日，③6月28日，④7月5日，⑤7月26日，⑥8月30日の計6回ベビーマッサージを実施し，参加者の意見を聴取した。

参加者情報の収集方法は，デジタルカメラによりセッションの様子を記録し，非構造化面接及び参加観察法で観察を行った。またセッション終了後参加者にアンケートを実施した。

アンケートの内容は，①ベビーマッサージストロークの理解について，②ベビーマッサージを経験することによる気持ちの変化・効果，③企画参加の一般的効果，④感想，⑤子どもの様子，である。

セッションは6組を定員としているためそれ以上の人数になることはないが，当日発熱するなど様々な事情により欠席する場合がある。そのため回によって定員を満たさない場合もあった。参加組数は，①4名，②6組，③5組，④6組，⑤5組，⑥4組の延べ30組である。参加者の実数は20組であり，そのうちリピーターが7組であった。参加者の居住地域は，山県市，岐阜市，関市，各務原市，愛知県一宮市，愛知県名古屋市など広域にまたがっている。

アンケート回答者数は30名である。

3. セッションの概要

ママパパアゴラの最も核となるねらいは，母親の子育てに関する不安を軽減することである。不安を軽減するためには，同じ気持ちを共有する仲間の存在，夫の理解と協力，自分の時間の確保，専門家の適切な助言，子どもの発達や姿についての理解が重要であることは，先に発表した木澤（2012）の拙論で明らかになった。

本専攻で実施するベビーマッサージは，各回ハイハイ期までの赤ちゃんとその保護者6

組を定員として実施している。ベビーマッサージセッションの流れの基本形は，図1のようである。まず検温から始め，問診票記載により体調把握を行う。その際ベビーマッサージインストラクター（以後BMインストラクター）及び観察者は，母親と子どもの様子も同時に把握する。全講程は12ステップであり，ステップ全体にかかる時間は約90分である。

ベビーマッサージの実習は，外部講師であるBMインストラクターを中心に車座（写真1）となり，約30分間ベビーマッサージのストロークを自分の子どもを対象に実習する。実習中は，参加者からBMインストラクターの手わざがよく見え，BMインストラクターからも参加者個々の動きがよく見えている。

質問や困ったことが起こった時にはその都度BMインストラクターに聞くことができ，すぐに回答するようにした。またそこで質問された内容について，参加者全員が共有した。

ベビーマッサージの実習後，学生による読み聞かせ（写真2）をしてから，参加者を対象に飲み物を提供し，自由に話をするフリートーキングの時間を設けた。その間BMインストラクターと観察者は同部屋で参加者と交流した。また赤ちゃんは学生に預けるように

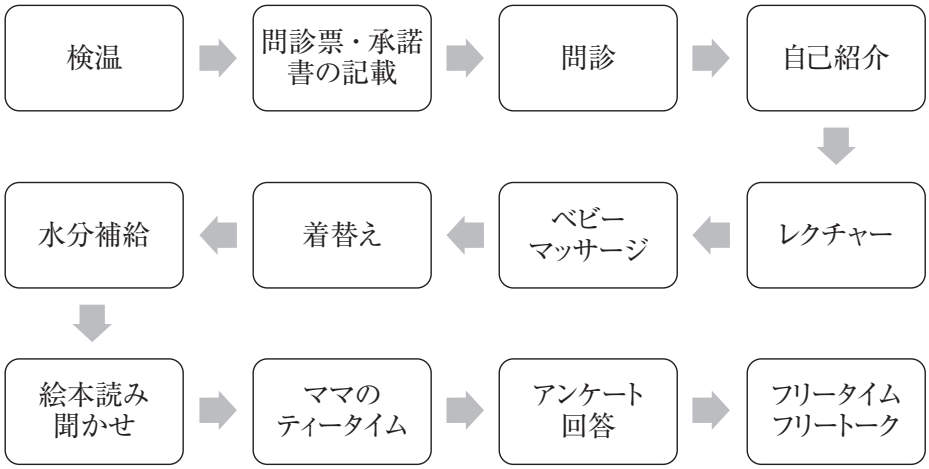

図1　ベビーマッサージの流れ

写真1

写真2

参加者に促した。

4. 結果及び考察

(1) 関心のあるベビーマッサージ効果と感想

図2は,「症状別にみた関心」を示したものである。「ベビーマッサージの効果のうち一番関心のあったものは何ですか」の問いに,「おなかの調子が悪い時のためのストローク」に関心があると答えた人が14人（46.7%),次に多いのが「ストレス・夜泣きのためのストローク」11人（36.7%）であった。「おなかの調子が悪い時のためのストローク」と答えた人に具体的な状態を聞き取ると,全員「便秘がち」と答えた。つまり関心があるということは，そのことが問題であるということであった。「便秘」「ストレス・夜泣き」と答えた人は全体の83%であり，この2つの子どもの体調についてが，多くの参加者の悩みであることが明らかになった。「便秘」「ストレス・夜泣き」を改善できれば，育児負担がずいぶん軽減されることが示唆された。

図3は,ベビーマッサージに参加しての「リフレッシュ感」について聞いた結果である。「とてもそう思う」と答えた人が21人(70%),「少しそう思う」が9人（30%）であった。

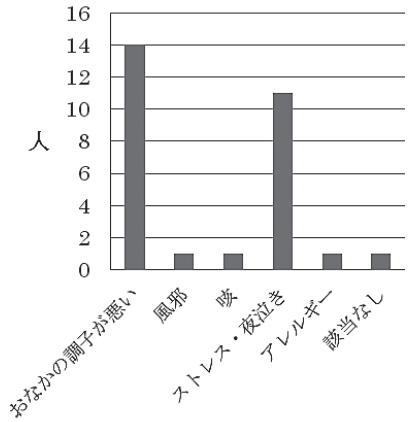

図2　症状別にみた関心

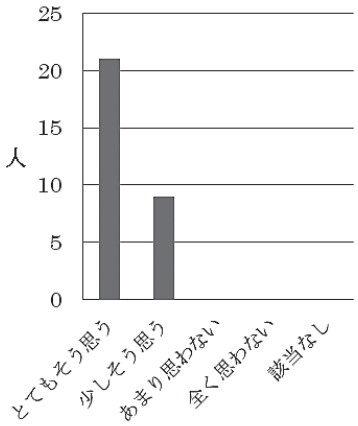

図3　リフレッシュ感

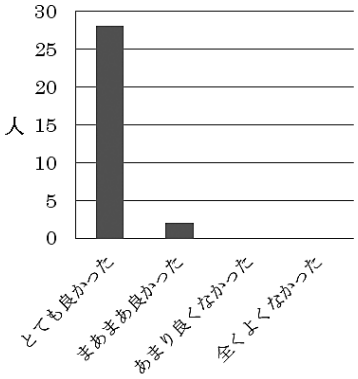

図4　参加しての満足度

また図4は「参加しての満足度」について示したものである。「とても良かった」と答えた人が28人(93.3%),「まあまあ良かった」と答えた人が2人（6.7%）で，全員おおむね満足しているとの評価であった。しかし,「少しリフレッシュできた」が9人（30%),「まあまあ良かった」と答えた人が2人（6.7%）おり，とても満足ではなく少々満足できなかった部分があると回答した人の理由について次に検討する。

(2) 満足感に影響を与える条件

ベビーマッサージ企画に参加して「少しリフレッシュした」と答えた人が9人（30%）おり，「とてもリフレッシュした」と回答した21人（70%）とどのような点で意識が異なるのか,「リフレッシュ感」の度合い別に「赤ちゃんが喜んでいると感じた」,「赤ちゃんに触ることが楽しいと感じた」,「ママ同士の会話ができた」,「悩みが話せた」との関係を検討した。

図5「リフレッシュ感別にみた赤ちゃんが喜んでいる認識」をみると，リフレッシュしたと感じている人で，赤ちゃんが喜んでいると「とても感じた」人は14人（66.7%),「少しそう思う」人は7人（33.3%)，それに対し少しリフレッシュしたと感じた人で赤ちゃんが喜んでいると「とても感じた」人は1人（11.1%),「少しそう思う」7人（77.8%),「あまり思わない」1人（11.1%）であった。

図6は「リフレッシュ感別にみた赤ちゃんに触れることが楽しいの認識」を示したものである。リフレッシュしたと感じた人で赤ちゃんに触れることが「とても楽しい」と感じた人は21人（100%）であったのに対し，リフレッシュできたと「少し思った」人で赤ちゃんに触れることが楽しいと「とてもそう思う」人は5人（55.6%),「少しそう思う」人は4人（44.4%）であった。

図7は「リフレッシュ感別にみた赤ちゃんのことをかわいいと認識」である。リフレッシュしたと「とても感じている」人で赤ちゃんのことを「とてもかわいいと感じた」人は21人（100%）であるのに対し,「少しリフレッシュした」と感じた人では赤ちゃんを「とてもかわいい」と感じた人は6人（66.7%),「少しかわいいと思った」人は3人（33.3%）であった。

図5・図6・図7より，赤ちゃんが喜んでいると感じられなくても赤ちゃんに触れることが楽しいと感じられれば，気分がリフレッシュしたと感じていた。しかし，少しリフレッシュできない気持ちがある人は，赤ちゃんが喜んでいると感じられていなかったり，かわいいと感じられなかったりする人が多い。負担感を感じやすい人は，赤ちゃんの状態に影響を受けやすく，逆にリフレッシュしたと感じている肯定派は，子どもの様子に影響を受けにくいことが明らかになった。

次に図8は「リフレッシュ感別にみたママ同士の会話の有無」である。リフレッシュできたと感じている人でママ同士話せて「とて

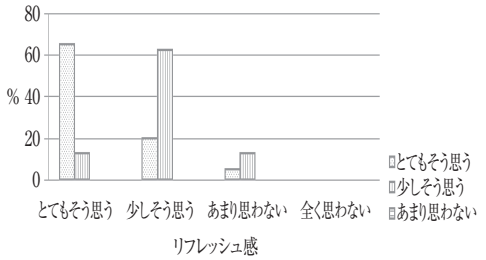

図5　リフレッシュ感別にみた赤ちゃんが喜んでいる認識

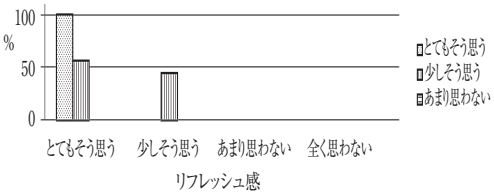

図6　リフレッシュ感別にみた赤ちゃんに触れることが楽しいと認識

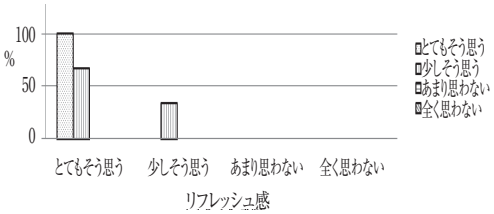

図7　リフレッシュ感別にみた赤ちゃんのことをかわいいと認識

も良かった」という人は17人（85％），「少しそう思う」人は1人（5％），「あまり思わない」1人（5％）であった。少しリフレッシュできた人では，ママ同士話せて「とても良かった」人が3人（37.5％），「少しそう思う」が5人（62.5％）だった。

次に「リフレッシュ感別にみた悩みの相談の有無」を図9に示した。リフレッシュが「とてもできた人」のうち，悩み事を話せて「とても良かった」と感じた人は13人（65％）であったが，「少しそう思う人」は4人（20.0％）だった。一方リフレッシュが「少しできた」人では，悩み事が話せて良かったと「とても思った」人は1人（12.5％），「少しそう思う」が5人（62.5％），「あまり思わない」1人（12・5％）であった。

図8・図9よりママ同士の会話や悩み事を話せることがリフレッシュ感に影響を与えていると考えられる。

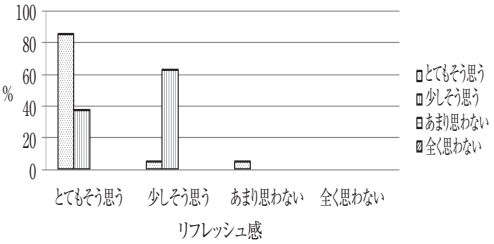

図8　リフレッシュ感別にみたママ同士の会話の有無

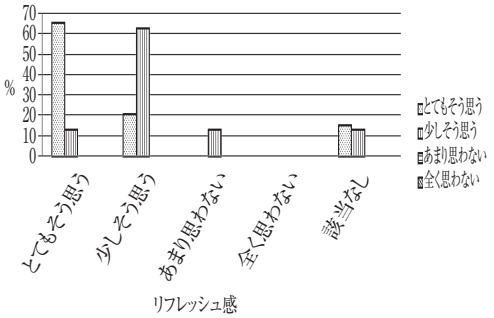

図9　リフレッシュ感別にみた悩みの相談

(3) アンケートの自由記述

表1は「全体を通しての意見・感想」欄に書かれた自由記述を，内容によって分類しまとめたものである。意見･感想を分類すると，①マッサージ効果についての知識の獲得②指導の態度・雰囲気の良さ③構成④交流⑤意欲⑥子どもの変化の6項目に分けることができる。6項目のうち，本企画の実施方法に関連する項目は①マッサージ効果についての知識の獲得②指導の態度・雰囲気の良さ③構成④交流の4項目である。

①マッサージ効果についての知識の獲得は，マッサージそのものをわざわざ学びに来ているということからも重要な意義となっている。BMインストラクターは，ベビーマッサージを実施する時に，各マッサージの効果について，楽しくわかりやすく指導している。知識の獲得ができるということは，参加者の学習意欲や自尊心を満たす効果があると考えられる。

②指導の態度には，参加者自身に対してのスタッフの気配りが感じられることが良い評価につながっていた。それはBMインストラクターや教員でだけでなく，学生スタッフの温かい対応も満足度に影響を与えている。

③企画の構成・条件は，1）ママと赤ちゃんだけで過ごすのではなく，スタッフが一緒におり，2）少人数であることにより孤立しないで話しやすい環境が構築できたと思われる。

また，最後のお茶の提供は退行を生み，構えや緊張をほぐし，リラックスする効果をもたらしたと思われる。お茶タイムの後自由な会話が増え，参加者同士の話がはずみ，悩みを話す場面も見られた。

④交流では，ママ同士の交流，赤ちゃん同士の交流，スタッフとの交流ができたことを高く評価している。また，スタッフに赤ちゃ

表1　全体を通しての意見・感想

分類項目	感想
マッサージ効果についての知識の獲得	ベビーマッサージを通じて、子どもの心の状態を知ることができると知った。
	どこをマッサージすると良いかわかりやすかった。
	寝つきが良くなると聞いて、ぜひ家でもマッサージをしたいと思った。
指導の態度、雰囲気の良さ	温かい雰囲気の中で、楽しくできた。
	先生方や学生に手厚くしてもらって、気持ちよく参加できた。
	先生の説明が、とてもわかりやすかった。
	丁寧に教えてもらえて良かった。
構成	ママ・ベビーだけの集まりより楽しかった。
	少人数でゆったり教えてもらえるのがいい。
	最後のママ向けのティタイムがありがたかった。
交流	他のお母さんや赤ちゃんと交流できて良かった。
	いつも2人きりの生活なので、学生さんに相手をしてもらえて良かった。
	他の赤ちゃんと交流できて良かった。
意欲	気楽に始めてみようと思った。
	これからもマッサージをしようと思う。
	動くようになってからのマッサージを知りたい。
子どもの変化	リピーターです。子どもが慣れてきた様子がわかって良かった。

んの相手をしてもらえたことで，赤ちゃんと少し離れることができたことに満足が認められた。誰かと話し，赤ちゃんと少しでも離れることができることは，精神衛生の健康を保つ鍵になることがここでも明らかになった。

5. 結論

子育て支援の多くは，赤ちゃんを預かることや相談に乗ること，情報の提供が中心である。しかし参加者は，少々子どもが泣いても気兼ねなく参加でき，交流がスムーズにできる場を求めている。ママが求め，しかもリフレッシュにつながる支援の方法をまとめると以下のようである。

①参加者と交流ができる
②悩みを相談できる。
③知識を獲得できる。
④スタッフがそばにいる。
⑤温かい雰囲気がある。
⑥少人数（6人）である。
⑦お茶タイムがある。
⑧学生が子どもの相手をしてくれる。
⑨赤ちゃん同士の交流ができる。

参加者は一生懸命子どもを育てている健康な母親である。しかし子どもの便秘や夜泣きに悩むなど，多くの参加者は問題を抱えていた。悩みが全くないという方がマイノリティであり，育児に悩むことの方がマジョリティであるということは，むしろ悩みを抱えていると感じている方が健全とも言える。個々の悩みは，それを受容，共感するだけで解決されることも多く，少人数で構成された自由で安全な雰囲気のアゴラが求められていると思われた。

大人数の子育て支援企画を苦手と感じる人は多く，たとえ孤立しがちな参加者であっても，小グループになれば他者との実距離が短くなり，交流しなければならない環境を作ることができる。小さなグループの支援は，多くの人が参加できない効率の悪さがある。しかし，問題を抱えている人が特別な人ではないことを考えると，非効率であっても少人数定員でスタッフが傍にいる企画が多彩に展開されることが望ましい。

引用・参考文献

1)　内閣府，子ども・子育て白書，2012
2)　木澤光子　三輪聖子　梶浦恭子　馬渕知子，子育て支援「ママパパの宝もの」の取り組み，岐阜女子大学紀要，第41号，2012, pp. 151−158