

## 大学を拠点とする子育て支援イベントに参加した母親の反応

高橋 順子・小川 佳代・近藤 彩・吉村 尚美  
石原 留美・三木 章代・新居アユ子・横関恵美子  
富田喜代子・中岡 泰子・前田 宏治・加藤 孝士  
兼間 和美・永井 知子

### Responses of Mothers Attending the College-Based Childrearing Support Event

Junko TAKAHASHI, Kayo OGAWA, Aya KONDOU, Naomi YOSHIMURA  
Rumi ISHIHARA, Fumiyo MIKI, Ayuko NII, Emiko YOKOZEKI, Kiyoko TOMIDA,  
Yasuko NAKAOKA, Koji MAEDA, Takashi KATO, Kazumi KANEMA, Tomoko, NAGAI

#### ABSTRACT

**Objective** : The present study aimed to evaluate the “College-Based Childrearing Support Event,” which was jointly implemented by 4 curriculums specializing in the study of childrearing support.

**Subjects & Methods** : The subjects were 106 mothers who attended the Childrearing Support Event, held eight times between February 2014 and July 2015, and consented to the survey. The study analyzed : (1) motives for attending and feelings following the event ; and (2) stress levels before and after the event, measured with a salivary amylase monitor (DM 3.1).

**Results** : The mothers were aged 25-44 years old, with an average age of 34.6 years. The number of children involved was 91 : 33 aged 1 year (36.3%), 20 aged 2 (22.0%), and 13 aged 3 and those older. The event was evaluated by the mothers as “Very good” (82 ; 82.0%) and “Good” (17 ; 17.0%), while there were comments such as “With a day-care service, I was able to relax ; I could leave my child.” With regard to the event at the Mamma Café, all attendees evaluated it as good : 56 mothers responding “Very good” (68.3%) and 26, “Good” (31.7%).

**Discussion** : With the aim of enabling mothers to take time to relax, nurses, midwives, nurses, and childcare staff designed a childrearing support event, where they applied their respective professional skills. The responses of mothers towards the event were very favorable, saying that by leaving their children in the care of professionals, they were able to enjoy time on their own. Moreover, at the Mamma Café, mothers could discuss their daily problems, sympathize with one another, and grow in self-confidence and satisfaction.

**KEYWORDS** : Childrearing support ; Mothers’ response ; Event

#### 【はじめに】

国は、母子の健康水準向上のための国民運動として、健やか親子21（第2次）において10年後の平成36年度までに目指す姿を「すべての子どもが健やかに育つ社会」とした<sup>1)</sup>。安定した母子関係の保持には、保育施設の確保や経済的な支援と同時に、育児ストレスからの解放感を導ける「ゆとりの時間確保」が重要であり、3つの基盤課題を設定した。その中には、社会全体で子どもの健やかな成長を見守り、子育て世代の親を孤立させないよう支えていく「子どもの健やかな成長を見守り育む地域づくり」

が挙げられた。

これまで研究グループでは、A県における実態調査から子育て支援ニーズや保育士からみた子育て支援ニーズの変容、助産師が考える子育て支援の課題などについて明らかにしてきた<sup>2)3)</sup>。これらの研究結果より、大学を拠点とし地域住民を取り込んだ新たな子育て支援システムの構築が必要であると考えた。そこで現在、SNSを活用した子育て支援や、総合大学の特徴を生かし、母子のケアにかかわる専門職者と学生ボランティアで、母親のリラクゼーションやママカフェによる交流を子どもと離れた環境で行う子育てイベントを開催している。

ここでは、子育てイベントに関する実施の経過を報告し、今後継続していくうえでの課題について考察する。

## 【目的】

子育て支援に関わる学問を専門とする看護学科、生活科学科、児童学科、幼児教育保育科の4学科が共同で実施している「大学を拠点とした子育てイベント」を評価する。

## 【調査対象及び調査期間】

調査対象：2014年2月～2015年7月の子育て支援イベント8回のいずれかに参加した母親のうち調査に同意した106名である。

調査内容：1. イベント参加のきっかけと参加後の気持ちについて（とても良かった～良くなかったの4段階評価）の回答を依頼した。2. イベント前後で唾液アミラーゼモニター（DM3.1）を用いてストレス状況を把握した。

## 【方法】

イベント開催の周知は、パンフレットの配布とインターネットへの掲載、受け付けはメール、電話で行った。イベント当日は、受付後に託児室で子どもを預かる。

母親はイベント60分に参加（ヨガ、エアロビクス、おもちゃ、リースづくり等）、終了後ママカフェ（情報交換）30分程度を実施した。

## 【倫理的配慮】

本研究に当たり、四国大学研究倫理審査専門委員会の承認を得た。調査に際しては、研究目的と方法、匿名性の保障、研究成果の公表、使用後のデータ破棄について文書と口頭で説明した。

## 【結果】

子育てイベントに参加した117名の内、同意を得た106名の母親の年齢は25歳～44歳で平均年齢34.6歳、30～39歳が70名、40～44歳が18名、25～29歳が16名であり、30代の参加者が全体の66%を占めていた（表1）。

表1 参加者の年代 n=106

年齢	人数	%
25-29	16	15.1
30-34	35	33.0
35-39	35	33.0
40-44	19	18.0
無回答	1	0.9

参加した母親の子どもの数は、1人が59名（55.7%）、2人が34名（32%）、3人が13名（12.2%）と半数は初めての子どもを育児中の母親であった（表2）。

表2 子どもの数 n=106

子どもの数	人数	%
1	59	55.7
2	34	32.1
3	13	12.2

託児した児91名のうち、最も多いのは1歳児33名（36.3%）、次に2歳児20名（22.0%）、続いて3歳児13名（14.2%）、0歳児11名（12.1%）の順であった（表3）。図1、図2

イベントを知ったきっかけは、パンフレットが50名（61.7%）と最も多く、次に友人・知人が28名（34.6%）（表4、図3、図4）、イベント参加への評価は、参加して「とても良かった」82名（82.0%）、「良かった」17名（17.0%）であり（表5）、自由記述には「託児がある」23名、「リラックスできた」17名、「子どもと離れることができる」16名、「普段できないことができた」14名、「体が動かせた」、「母

表3 託児した児の年齢 n=91

年齢	人数	%
0歳	11	12.1
1歳	33	36.3
2歳	20	22.0
3歳	13	14.2
4歳	8	8.8
5歳	2	2.2
6歳	2	2.2
7歳	1	1.1
8歳	1	1.1



図1 託児の保育風景2



図2 託児の保育風景1

表4 イベントを知ったきっかけ n=81

きっかけ	人数	%
パンフレット	50	61.7
友人・知人	28	34.6
子育てライン	3	3.7

**子育てライン「すだっち」主催のイベント案内**

イベント好評につき、今年度も「子育てママのリフレッシュ企画」を行います。  
今回は、作って楽しむ、見て楽しむ、夏の生活でフラワーアレンジメントを行います。作った  
フラワーアレンジメントは、持ち帰って帰ってみてください。当日は、保育コープを会場に選  
びますので、お子様と一緒においでください。フラワーアレンジメントの後で、ママカフェと育  
児相談コープを併催します。先着順で予約してください。

**子育てママのフラワーアレンジメント**

受講料：無料  
※材料等は、すべて準備いたしますので、手ぶらでお越しください。  
対象者：就学前の子どもをもつお母さん  
開催日時：平成27年7月11日(土) 9:30受付 10:00~11:00開催  
お子様がお帰れからお帰れまであります。時間中とりを待ってお越しください。  
開催場所：四国大学 152 教室  
持ち物：お子様の1部のおやつとお茶  
募集数：先着20名迄  
締切日：平成27年7月3日(金)  
講師紹介：高田 喜代子氏 (Kiyoko Tomida)  
四国大学生活科学部 児童学科 准教授  
問い合わせ先  
四国大学 学務課支援課  
TEL: 089-685-9909 FAX: 089-685-9037  
mail: konoeda@studshci.ed.shikoku-u.ac.jp  
※緊急な御用の場合、メールをお送りください。

申込は、下記の申込用紙にご記入の上、FAXでお申  
し込みください。または申込用紙にご署名をこ  
記入の上、その用紙を写真に撮りQRコードで読み  
取ったアドレスにメールでお送りください。

QRコード

152 教室 (児童教育館) 1階152号室の会場

※近所から一歩高みで  
進むと、途中にトイレ  
があります。

図3 パンフレット



図4 イベントヨガ

親同士で情報交換できた」がそれぞれ11名、「自分の時間が持てた」8名等があった(表6)。また、イベントへの要望には「イベント時間を長くしてほしい」11名の他、内容に関する記載があった(表7)。

ママカフェの反応は、「とても良かった」56名(68.3%)、「良かった」26名(31.7%)で回答者全員が良いと答えた(表8)。具体的には、「ママさん

表5 イベント参加後の反応 n=100

	人数	%
とても良かった	82	82.0
良かった	17	17.0
あまり良くなかった	1	1.0
良くなかった	0	0.0

表6 イベントの良かった点(自由記載, 複数回答)

託児がある (23)
リラックスできた (17)
子どもと離れることができた (16)
普段できない事ができた (14)
ヨガができた・体が動かせた (11)
母親同士で情報交換できた (11)
自分の時間を持てた (8)
楽しかった (4)
ストレス値がわかる (2)
準備など全てしてくれてありがたい (1)
親と子に託児に対する自信がついた (1)
子供にとっても私にとってもはじめての経験ができた (1)
少しの間でもリラックスを心がけて子どもと接して いきたい (1)
子どもにとって、ママと離れる練習になり、いい機 会でした (1)
久しぶりにお花を触った (1)

たちとお話ができ、[「同じ子育て中の人と情報交換ができた」、[「ママ同士のおしゃべりが楽しかった」、[「ゆったりとした時間の中で、いろいろなママさんとお話ができ」とママ同士で会話の時間を  
持つ楽しさを語った。

自由記述による感想は「楽しかった」20名、「また参加したい」9名、「託児がありがたかった」6名「イベントの企画をもっとしてほしい」5名等があった(表9)。

表7 イベントへの要望 (自由記載, 複数回答)

イベントの時間を長くしてほしい (11)
イベントの運営に対する要望(所要時間, 申し込み方法, 託児のおもちゃの種類, 集合場所の案内方法など) (5)
子どもが心配であった (2)
専門家の方に育児相談ができる時間が欲しい (1)
ヨガ教室ではたくさんのポーズを教えて欲しい(1)
ヨガ中の人出入りが気になった (1)
ヒーリング音楽を流すとよりリラックスできた(1)
藍住でイベントを開催して欲しい (1)
リトミックの最初のステップは難しかった (1)
来館時、学生さん皆さんがたくさんあいさつしてく れたのが、子どもはびっくりしたようである (1)

表8 ママカフェの反応 n=82

	人数	%
とても良かった	56	68.3
良かった	26	31.7
あまり良くなかった	0	0.0
良くなかった	0	0.0

#### イベント前後のストレスの状況

イベント実施前後のストレスの変化を見た91名の  
アミラーゼ値において、測定の前後比較ができた76  
名の内、36名(47.4%)が下降、34名(44.7%)が  
上昇していた(表10)。

ストレスの度合いを示す区分で比較すると、アミ  
ラーゼ値0~30の「ストレスがない」割合の増加率  
が良いのはヨガ・フラワーアレンジメント、クリ  
スマスリース作りであり、イベント実施前より、ヨ  
ガは11.1ポイント、フラワーアレンジメントは8.3  
ポイント、クリスマスリース7.1ポイントの人が増  
えていた。一方ストレス状況が増すのはエアロビッ  
クス、おもちゃ作り、クリスマスリースであった  
(表11)。

表9 感想・意見

---

楽しかった (20)
また参加したい (9)
託児がありがたかった (6)
イベント企画をもっとして欲しい (5)
子どもと離れることができて良かった (3)
子どもの事が気になった (2)
休日に開催して欲しい (2)
学生の方, ボランティアの方?の対応もとても丁寧で気持ちが良かった (1)
講師の先生との相性に関しては仕方ないと思った (1)
参加完了メールが欲しかった (1)
親子で体を動かす教室があるといい (1)
ママだけ, 親子でもっと体を動かしたい (1)
汗をかくぐらい体を動かす講座が欲しい (1)
無料でこんなステキな体験が出来るなんて本当にうれしい (1)
とても集中できた1時間で気分転換になった (1)

---

考察およびまとめ

少子化社会対策白書では2013年の出生年齢は、初産平均年齢30.4歳、第2子出産32.3歳である<sup>4)</sup>。本学イベント参加者の保育児91名の半数が0～1歳児であり、2歳児が2割であることから、出産後3年以内と考えられ、30代の参加者が7割弱を占めるこ

とは社会情勢と一致している。

また、本学ママカフェに参加した全員が参加してよかったと応えており、一人きりの子育てにストレスを感じている母親にとって、専門職集団の保育と、母親へのイベントはニーズに沿ったイベントとして評価できる。

1. 職種の異なる専門家が共同で育児支援を実施する効果

今回、看護学科、児童学科、生活科学科、幼児教育保育科が共同で育児支援を行った。それぞれの専門家が共同でイベントを実施することで、子どもの保育がスムーズで母親も安心して子どもの保育を託すことができていた。

託児した児の70.4%は子ども中心の生活を強いられる0～2歳児の母親であり、イベント参加者の99%、ママカフェは参加者全員が良かったと回答しており、満足度が高い結果であった。

また、ママカフェでは、ママ同士の会話とあわせ、妊娠から育児まで一連の課題に対応できる専門家に質問をすることができるため、母親自身が日常の育児の不安解消の場としていた。

健やか親子21(2次)では、10年後すべての子どもが健やかに育つ社会の実現に向けて「切れ目のない妊産婦・乳幼児への保健対策」を基盤課題としている<sup>1)</sup>。助産師・保健師・看護師・保育士それぞれが専門性を発揮する事で母親の相談に即対応でき、開催者への信頼があるため、母親自身が不安なく、

表10 イベント前後の唾液アミラーゼ値モニター (DM3.1) 値の増減者

---

	下降	変化なし	上昇	合計 (人)
ヨガ	9	3	6	18
エアロビックス	5	0	3	8
おもちゃづくり	4		8	12
フラワーアレンジメント	11	3	10	24
クリスマスリース	7		7	14
合計人数	36	6	34	76
率	47.4	7.9	44.7	100

---

表11 イベント前後の唾液アミラーゼ値モニター（DM3.1）の段階別ストレス状況

内容		ヨガ		エアロビクス		おもちゃづくり		フラワーアレンジメント		クリスマスリース	
人数		18		8		13		24		14	
		前	後	前	後	前	後	前	後	前	後
アミラーゼ テスト	0～30	77.8	88.9	62.5	37.5	58.3	41.7	62.5	70.8	64.3	71.4
	31～45	16.7	5.6	12.5	25.0	16.7	33.3	20.8	16.7	21.4	0.0
	46～60	0.0	5.6	12.5	37.5	16.7	16.7	12.5	8.3	7.1	21.4
	61以上	5.6	0.0	12.5	0.0	8.3	8.3	4.2	4.2	7.1	7.1
	合計(人)	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100	100	100.0	100.0

解放感を味わうことができていると考えられる。

## 2. イベントの内容評価：ストレスとの関係

イベントの内容決定時に優先したことは、①安心して子どもを託せる専門家による保育と②母体の心身の健康回復、リラクゼーションと気分転換である。その効果を見るため、イベント前後のストレスを把握することとした。その際、母親の負担が少なく短時間で測定できる、唾液アミラーゼモニター（DM3.1）を用いてストレス状況を把握した。

母親のイベント前後のストレス測定値は、イベントの内容により2種類に分かれた。癒し効果が高いのは、ヨガ、フラワーアレンジメント、クリスマスリースであり、母親自身に、興奮をもたらすエアロビクスとおもちゃづくりはストレス解消効果が低かった。

マタニティヨガの効果については国内外で報告されている。川西は妊娠中のヨガの有効性に関する文献的考察において発表論文の分析を行い、ヨガは妊婦の腰痛改善の他に精神的症状、身体的症状などが改善する可能性も高いことが示唆されたとしている<sup>5)</sup>。また森田他は、マタニティヨガを高齢者のQOL向上に利用できるとし、ヨガ前後の高齢期女性のストレスを日本語版POMSで測定し、実施前後の血圧・脈拍変動と合わせ評価した結果、ヨガは高齢女性を活動的な気持ちにさせ一定のリラックス効果があると述べている<sup>6)</sup>。育児イベントに参加した母親の癒し効果は最も高く、イベントのテーマとしては適正と言える。

エアロビクスとおもちゃづくりはストレス解消効果が低かったものの、母親のおもちゃづくりに対する反応は「普段できない手芸を楽しめた」、「ママたちと話げできた」、「子どものこと以外で集中できた」。エアロビクスは「楽しかった」、「子どもを預けて体を動かす時間がないので楽しかった」といずれも、母親自身が積極的に楽しんでおり、気分転換が図られているといえる。

## 結論

今回、看護師、助産師、保健師、保育士が専門職機能を発揮し子育て支援イベントを企画した。その目的は母親のリラクゼーションを支援することである。イベントに対する母親の反応は好評であり、イベントの時間を長くしてほしいなど、専門家が子どもを預かることで、安心して自分の時間を楽しんでいた。

ママカフェでは、日頃の疑問や悩みを話すことで共感し、自信と満足感を得ており、健やか親子21(第2次)の社会全体で子どもの健やかな成長を見守り、子育て世代の親を孤立させないように支えていく地域づくりに貢献していると言える。また、母親のリラックス効果を最も高めたイベントは、ヨガであった。一方で、子どもへのプレゼントとして親子で楽しめることを狙いとした「おもちゃづくり」や、運動量が多い「エアロビクス」は、自由記述による感想から楽しさにはつながったものの、母親の身体的・心理的興奮が生じ、唾液アミラーゼモニターによるス

ストレスの低下につながらなかったと推測される。今後のイベント内容の工夫やリラクゼーション効果を測定する方法について検討する必要がある。

## 引用・参考文献

- 1) 厚生労働白書平成26年度版：厚生労働省編，p263-275, 2014.
- 2) 中岡泰子・小川佳代・富田喜代子・前田宏治・加藤孝士・高橋順子・石原留美・尾崎八代・中澤京子・三木章代・吉村尚美・江口実希・富田真佐子：徳島県における子育て支援ニーズに関する調査研究 その1ー子育ての悩みやストレス解消法の地域比較を通じてー，四国大学紀要 人文・社会科学編，40，p1-12, 2013.
- 3) 小川佳代・中岡泰子・富田喜代子・前田宏治・加藤孝士・高橋順子・石原留美・尾崎八代・中澤京子・三木章代・吉村尚美・江口実希：A県における子育て支援ニーズに関する調査研究 その2ー育児ストレスの因子構造ー，四国大学紀要 人文・社会科学編，40，p13-19, 2013.
- 4) 少子化社会対策白書平成27年版：内閣府，p10, 2015.
- 5) 川西康之，SharonJ/B/Hanley，他6：妊娠中のヨガ（マタニティ・ヨガ）の有効性に関する文献的考察（システマティック・レビュー），日本公衆衛生誌，62，5，21-231, 2015.
- 6) 森田婦美子，山本純子，福山智子：高齢期女性にマタニティ・ヨガを用いたストレス軽減効果の研究，大成学院大学紀要，14，55-160, 2012-03.
- 7) 五島史行，中井貴美子：唾液アミラーゼ測定を用いた自立訓練法，カウンセリングによる急性ストレス変化の客観的評価の試み，日本心療内科学会誌13，2，79-83, 2009.
- 8) 加藤千恵子，寺田信幸他4：企業の休息時におけるヨガ療法ストレス軽減効果の検討-アミラーゼ活性を用いたストレス度測定-，人間工学，46，2，95-101, 2010.
- 9) 前田宏治・加藤孝士・小川佳代・中岡泰子・富田喜代子・高橋順子・石原留美・尾崎八代・中澤京子・三木章代・吉村尚美・江口実希：A県における養育者のインターネットに関する意識-年齢・地域差に着目して-，四国大学紀要 人文・社会科学編，41，p87-95, 2013.
- 10) 富田喜代子，中岡泰子，小川佳代，前田宏治，加藤孝士，高橋順子，石原留美，尾崎八代，中澤京子，三木章代，吉村尚美，江口実希：A県における子育て支援ニーズに関する調査研究（その3）-保育士からみた子育て支援ニーズの変容について-，四国大学紀要 人文・社会科学編，42，p83-93, 2014.
- 11) 石原留美・江口美希・小川佳代：（総説）乳幼児を育てる母親の育児ストレスに関する文献レビュー-育児ストレスの要因から育児支援の課題を考える-，地域環境保健福祉研究，16，1，p1-8, 2014.

本研究は四国大学学際的研究助成を受けて行ったものである

## 抄 録

【目的】子育て支援に関わる学問を専門とする4学科が共同で実施している「大学を拠点とした子育てイベント」を評価する。

【実践内容】対象は2014年2月～2015年7月の子育て支援イベント8回に参加した母親のうち調査に同意した106名である。調査内容は、1. イベント参加のきっかけ、参加後の気持ち、2 イベント前後で唾液アミラーゼモニター（DM3.1）を用いたストレス度測定

【結果】母親の年齢は25歳～44歳で平均年齢34.6歳、保育した児は91名であり、1歳児33名(36.3%)、2歳児20名(22.0%)、3歳児13名他であった。イベント参加への評価は、参加して「とても良かった」82名(82.0%)、「良かった」17名(17.0%)であり、自由記述には「託児がある、リラックスできた、子どもと離れることができる」等があった。ママカフェの評価は、「とても良かった」56名(68.3%)、「良かった」26名(31.7%)で回答者全員が良いと答えた。具体的には、母親同士の情報交換、自信が持てた等があった。

【考察】今回、母親のリフレッシュタイムを支援することを目的として、看護師、助産師、保健師、保育士が専門職機能を発揮し子育て支援イベントを企画した。イベントに対する母親の反応は好評であり、専門家が子どもを預かることで安心して自分の時間を楽しんでいた。また、ママカフェでは日頃の疑問や悩みを話すことで共感し自信と満足感を得ていた。

キーワード：子育て支援、母親の反応、イベント