

2019 年度 「千代田学」 報告書

千代田区における  
妊娠期から育児期への継続支援の一方策  
～ペアレンツサロンの運営と評価

共立女子大学 看護学部

岸田 泰子  
ケニヨン 充子  
三里 久美子

家政学部児童学科

村上 康子

## 目 次

I 緒言	1 ページ
II 研究方法	1 ページ
III 結果および考察	4 ページ
IV 総合考察	23 ページ
V 結語	24 ページ
VI 謝辞	24 ページ
参考文献	25 ページ
成果発表	26 ページ
資料	巻末

・ペアレンツサロンリクルート用リーフレット

## I 緒言

千代田区において、妊娠・出産から子育て期に至るまでの切れ目のない支援の提供を目指し、千代田学の助成を受けて妊婦サロンを立ち上げ、3年が経過した。

初年度である2017年度は、活動のフィールドノート、参加した妊婦へのインタビューと質問紙調査から、妊婦サロンが、妊婦らに妊娠期の豊かな時間をもたらし、出産や育児期の準備の一助となっていることを確認した。また参加した学生のレポート分析から、妊婦サロンは学生にとって生きた母性看護学教育の場として機能し、学生らは生命の尊さを実感することができており、将来の看護職者としての展望につながる貴重な体験をしていることがわかった。核家族化が進行する都心部において、妊婦サロンのような場の提供は、妊産婦の孤立を防ぎ、育児期につながる仲間づくりと妊娠期からの児への愛着形成を促進し、シームレスな妊娠期から育児期へのケアとして育児不安の解消や虐待予防につながる可能性を有すると期待できた。

2年目となる2018年度は、初年度の内容に検討を加え、一層の妊婦同士の「仲間づくり」を意識し、夫にも積極的参加を促す内容とした。また妊婦サロンを終了した産後母子のフォローを実施し、妊娠期からの継続的参加のための工夫を凝らした。妊娠期の支援を地域で行うことのメリットは、育児期につながる「仲間づくり」にある(武田、2012)ことから、育児期(おおむね産後1年)まで継続し、その効果を検討した。

そして、3年目となる2019年度は、前年度に妊婦サロンに参加した母親が産後1年になるまでの育児期のサロン開催の回数をさらに増やし、妊娠期から得られた仲間と集い、ピアサポートできる場を提供した。同時に新たな参加者のリクルートによる妊婦サロンも続行し、妊娠期と育児期のサロンを同時に進行する合同サロンも計画し、妊娠期と育児期のカップルがともに集う企画を準備し、また、より一層のパートナーの参加を促すことを意識して、「ペアレンツサロン」とその名を改めて実施した。

本研究の目的は、今年度運営してきたペアレンツサロンを振り返り、その効果を検証することである。千代田区に存する共立女子大学において、地域貢献をも目指して、助産師である教員と看護学生とで工夫を凝らしながら運営を続けたペアレンツサロンの成果をここに報告する。

## II 研究方法

### 【研究方法】

助産師である看護学部教員および家政学部教員と看護学生がともにペアレンツサロンを運営し、その評価を行うアクションリサーチである。

### 【対象】

都心部(主として千代田区)に居住する妊婦を対象とし、千代田区を通してリクル

ートを行い、2019年度に参加協力の得られた妊婦13名とペアレンツサロンの運営協力をした看護学部3・4年生26名、さらに今年度はこれまで妊娠期からサロンに参加し、その後、育児期にも継続して参加したカップル4組も対象として調査を行った。

## 【ペアレンツサロンの概要】

### 1. 運営者

助産師である研究者3名、家政学部にも所属する研究者1名と看護学生がともに運営した。

### 2. 参加者（妊婦）のリクルート方法

千代田区役所地域振興部コミュニティ総務課の全面的な協力を得て、千代田区に居住する妊婦に対して、区役所から母子健康手帳の交付時、募集リーフレットを配布した。また区内の掲示板に募集ポスターを掲示するとともに、ホームページ広報にて募集した。

できる限り妊娠初期の妊婦で継続参加できる者が望ましいと考えたが、多くの妊婦が平等に参加できることのほうがメリットは大きいと考え、妊娠週数は制限せず、毎回の定員を満了すまで随時参加者を募集した。途中で出産に至った場合は、出産後落ち着いた時期に、産後の催しの案内を送り、再参加を促した。年度毎に企画運営することで、同学年もしくは年齢の近い児をもつ参加者が集えるよう設定した。

### 3. 開催回数

今年度は、2019年4月～12月（8月は休止）に妊娠期7回と産後6回開催した。また妊婦と産後の母子の交流をこのうち2回設定した。

### 4. 場所

共立女子大学3号館の第3実習室および多目的ホールを使用した。

### 5. 実施内容（プログラム）

妊娠期では、妊婦同士、また産後の母親との交流（談話）、簡単な健康診査、妊婦体操、保健相談、育児技術（児のだっこ、おむつ交換、沐浴）指導、マタニティヨガ、マタニティコンサート（演奏者による音楽会）、調理体験、出産後の仲間の話、小児科医による知識の提供などを企画した。

産後は、母子の交流、ベビーマッサージ、コンサートなどを企画した。小児科医による知識提供の回も設定した。

## 【評価・分析方法】

### 1. ペアレンツサロンに参加した妊婦への自記式質問紙調査の分析

調査項目は、参加前にその日の健康度自己評価(Visual Analogue Scale)0~100点で得点が高いほど健康度が高い、妊婦快適性尺度（武石ら、2011年）、妊娠期の妻への夫の関わり満足感尺度（以下、夫の関り満足度尺度）（中島ら、2013）、Schumm（1986）らが開発し、菅原ら（1997）により日本語版が作成された「Kansas Marital Satisfaction Scale」

(以下、KMS)とした。妊娠期快適性は、35項目で、得点が高いほど快適性が高いことを示す。夫の関り満足度尺度は胎動前、胎動後から妊娠27週まで、妊娠28週以降の3つの時期ごとに妻用と夫用の尺度に分かれ、それぞれ10～16項目より構成され、5段階のリッカートスケールで回答する、妊娠期の妻への夫の関りに対する妻の満足感を妻と夫の認識から測定できる尺度であり、得点が高いほど満足度が高いことを示す。KMSは、3項目より構成され7段階のリッカートスケールで回答する、夫婦関係に関する代表的な総合評価型測定尺度である。

参加後の測定項目は参加による目的の達成度(Visual Analogue Scale)0~100点で得点が高いほど達成度が高い、満足度(Visual Analogue Scale)0~100点で得点が高いほど満足度が高い、妊婦快適性尺度、自由記載などである。

## 2. 産後のサロンの参加者への自記式質問紙調査の分析

調査項目は、参加後に参加による目的の達成度(Visual Analogue Scale)0~100点で得点が高いほど達成度が高い、参加後の満足度(Visual Analogue Scale)0~100点で得点が高いほど満足度が高い、自由記載である。

## 3. 妊娠期から育児期に継続してサロンに参加したカップルへのインタビュー調査

妊娠期から産後に継続して参加し、育児期にも複数回参加したカップル4名に依頼し、インタビュー調査を実施した。内容は参加した目的と達成度、参加により得られたこと、行動の変化、満足度やニーズについて、などである。

## 4. ペアレンツサロンに参加した学生が作成したレポートの質的記述的分析

母性看護学実習の一環として、テーマ学習においてペアレンツサロンに参加し、同意が得られた学生のレポートを用いて、質的分析を行った。

### 【倫理的配慮】

参加妊婦のリクルート時に、本研究の主旨を説明した文書を千代田区内で配布、また千代田区ホームページに掲載して妊婦の参加を促した。初回参加時に、もう一度、文書および口頭で同意を得、同意書に署名をいただいた。同意書とともに撤回書も手渡しておき、撤回はいつでも可能であること、撤回の場合は、撤回書を提出するかもしくは電子メールで連絡するよう説明した。

看護学部学生には、本研究の主旨を文書および口頭で説明し、母性看護学実習内で希望者にペアレンツサロンへの参加を呼びかけた。参加時には文書で再度本研究の主旨、倫理的配慮について説明し、同意を得、同意書へ署名を得た。参加学生には、感想レポートを求め、その分析を行うが、成績評価には無関係であることを説明し、その提供を依頼した。協力しない場合も不利益がないこと、撤回が可能であることを保障し、撤回の方法も説明した。

なお、本研究は共立女子大学・共立女子短期大学研究倫理審査を受け、承認を得て実施した。(承認番号KWU-IRBA#17115)

### Ⅲ 結果および考察

#### 1. 各回の実施と参加者の概要

表1に2019年4月～12月までの実施内容と参加者数を示した。

妊娠期は8回を企画したが、参加者の都合により（仕事の都合と切迫症状のため）10月のサロンは中止し、全7回を実施した。参加者の総数は妊婦13名であった。参加のべ人数は妊婦22名、夫8名、上子4名であった。産後は6回企画し、のべ18組の母子と夫1名、上子1名が参加した。看護学生の参加は、26名であった。

今年度は、産後の育児期につながる関係性を保つことを意識して、産後の開催回数を増やした。妊娠期の参加者は例年と変わらなかったが、産後の回数を増やし、また産後は前半（6月）と後半（11月）の開催に同じ顔ぶれでの参加が見られ、顔見知りとなっていることが感じ取れた。

表1. 2019年度の実施内容と参加者数

	4月20日	5月11日	5月16日	6月1日	6月27日	7月6日	9月14日	10月26日	11月9日	11月26日	12月7日	参加者のべ人数
妊婦参加者数	4名	3名 夫1名	/	6名 夫4名 上子2名	/	1名 上子1名	2名 夫1名 上子1名	中止	2名 夫1名	/	4名 夫1名	22+8(夫)+4(児)名
産後母子参加者数	/	/	4組	/	4組	1組 上子1名	/	/	3組 夫1名	3組	3組	18組 夫1名 上子1名
学生協力者数	3名	5名	6名	5名	なし	なし	なし	/	6名	なし	1名	26名
サロン実施内容	マタニティ ヨガ 分娩経過 談話	マタニティ ヨガ 談話	同窓会 ベビーマッ サージ 産後の栄 養(調理)	マタニティ コンサート 談話	小児科医 講話 産後の栄 養(調理)	先輩ママ との交流	マタニティ ヨガ 抱っこ 腰痛対策 談話	仕事の都 合、切迫 症状により 欠席連絡 有り、参加 者ゼロの ため中止と した	コンサート 談話	ベビーマッ サージ 談話	小児科医 講話 談話 妊娠期、 産後の交 流	

サロンの実施内容について、参加者のニーズを考慮し、マタニティヨガや小児科医の講話の回数や時期を柔軟に対応した。そのため、あらかじめ年間計画を立案することは難しく、前半（4～7月）、後半（9～12月）に分けての計画立案と短期間のリクルートとなり、新規参加者を得ることに繋がりにくかったと考えられた。妊婦と産後の母子の交流による相互の情報交換の会では、参加希望者が少なかった。今やSNSの普及により、多くの体験談を見聞きすることが容易であることから、このニーズは低いと考えられた。

小児科医の講話の回は例年参加者が多くあり、専門家から直接知りたい内容を知り得る機会は貴重であるとの感想からも、ニーズの高さが感じられた。またマタニティコンサートではカップルでの参加が比較的多くあり、生演奏による非日常的な体験を楽しむ様子が見られた。

妊娠期参加者13名のプロフィールを表2に示した。1名を除き、12名が千代田区在住であった。参加者の平均年齢は31.9±3.5歳であり、初妊婦は9名、経妊婦が4名であった。参加開始したときの妊娠週数は9週から38週であった。多くの参加者を得るため、ま

た週数の高い参加者から週数の低い参加者への経験談は有益であろうとの思いから今年度も各回の週数を限らずに運営をおこなった。

なお、参加者H氏は経妊婦であるが、初妊婦時にも妊婦サロンへ参加されており、初めてのリピーターであった。

表2. 妊娠期参加者のプロフィール

参加者	千代田区 居住者 (○)	初妊婦 経妊婦	参加開始時 妊娠週数
A	○	初	9週
B	○	初	16週
C	○	経	31週
D	○	初	30週
E	○	経	28週
F	○	経	18週
G	○	初	17週
H		経	38週
I	○	初	17週
J	○	初	21週
K	○	初	19週
L	○	初	25週
M	○	初	16週

次に各回の様子を画像で示す。



図1 マタニティヨガの様子



図2 マタニティヨガの様子

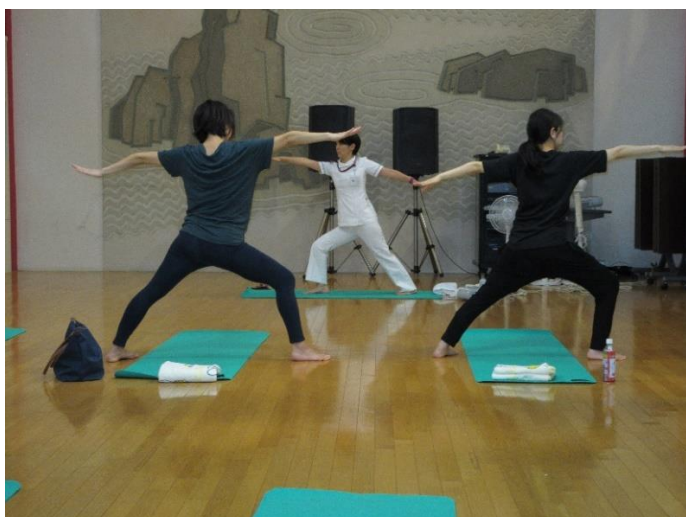


図3 マタニティヨガの様子



図4 ベビーマッサージの様子





図5 マタニティコンサートの様子



図6 産後母子のコンサートの様子



図7 小児科医の講話の様子

## 2. 参加者への質問紙調査の分析結果

### 1) 快適性、健康度、達成度、満足度

表3に、参加者のプロフィール（再掲）と参加回ごとの質問紙調査の結果をまとめて示した。それぞれの参加者が記載のある回に参加したことを示している。

各回の参加は初妊婦、経妊婦の偏りはなく、そのときどきの内容に興味を持った回に参加していたようで、個々のニーズが大きく異なることが伺えた。

13名の参加者の初回参加時には、参加の前後で妊婦快適性尺度によりその時点の快適の程度をたずね、前後での比較を行った。（参加者A氏、B氏は前年度から継続しての参加であるため、参加前データは前年度のデータを記載した。）A氏、B氏を除く11名の参加者の参加前の快適性平均点 $167.3 \pm 24.9$ 、参加後の快適性平均点は $176.5 \pm 27.1$ であった。参加前後の快適性得点の正規性を確認後、対応のある  $t$  検定により、参加前後の平均値の比較をしたところ、参加後の快適性が有意に高いことがわかった ( $p < 0.001$ )。つまり、ペアレンツサロンに参加したことにより、参加者の快適性が上昇したという効果が見られた。

初回には、参加前の健康度自己評価、参加後の達成度、参加後の満足度をたずねた。全妊婦の初回の健康度平均は $8.7 \pm 1.4$ 点（範囲6.0～10.0）でほぼ良好な健康状態であった。参加後の達成度平均点は $8.4 \pm 2.7$ 点（範囲1.0～10.0）、満足度は $8.6 \pm 3.1$ （範囲0～10.0）でいずれもほぼ高い評価が得られた。達成度、満足度が共に低かった参加者は上子を連れての参加であったが、上子がサロンの間、じっとできず、その世話に追われて、サロンの内容に集中できなかったためと考えられた。それゆえ、上子を連れての参加者のために、この回の後、保育の担当者を準備して対応した。

2回以上の複数回に継続して参加した妊婦は8名（62%）であった。この8名の2回目以降の参加後の達成度の平均値は $9.4 \pm 1.6$ 点（範囲5.3～10.0）、満足度の平均値は $9.5 \pm 1.4$ 点（範囲5.9～10.0）であり、継続参加による達成度、満足度は高いものであった。

### 2) 夫の関わり満足度、KMS

今年度は、サロン名称を変更し、当サロンは父親も対象とし運営していることがより周知されたことにより、父親参加が前年度に比べ増加することが予測された。そこで、ペアレンツサロンに継続参加することにより妊娠期の妻への夫の関りや夫婦関係の変化を測定し、サロン参加の効果を明らかにするために、夫の関り満足度およびKansas Marital Satisfaction Scale（KMS）を新たに使用し、調査した。

その結果、妻9名、夫5名より調査への協力が得られた。そのうちサロンへ2回参加した者は、妻3名、夫1名の計4名のみであり、両尺度による2回の測定結果は、ほぼ変化を認めなかった。このことから、2回の継続参加では、妊娠期の妻への夫の関りや夫婦関係への変化は認められなかった。よって今後は、妊娠の安定期から出産までに月1回のペースで計4～6回参加した場合の効果測定を検討していくことを考えたい。しかし、妊娠期の妻は、妊娠時期により身体および精神面の生理的变化や勤労妊婦、里帰り出産等

の場合、社会面の変化も伴うため、それらの因子や妊娠期の異常の有無が影響することも考慮すると、両尺度により測定できる夫や夫婦関係についての満足度は直線的な上昇ではなく、上昇、下降を繰り返し、最終的には妊娠のスタート時点より上昇している結果となることを目指す必要性があるかもしれないと考える。

調査開始当初に目的とした継続参加による効果測定には至らなかったが、14名の当サロン参加者の夫婦関係の現状について、次のことが明らかとなった。KMS平均得点は、初妊婦17.8点、初妊婦の夫19.0点、経妊婦14.5点、経妊婦の夫11.5点であり、ベルスキーら（1995）の先行研究同様、子どもを儲けると夫婦ともに夫婦関係満足度は低下している結果であった。しかし、事例ごとにみていくと、1名のみ経妊婦であっても夫の関り満足度尺度およびKMS得点が非常に高い者がいた。今後はこのような事例を詳細に分析することにより、妊娠期の夫の関りや夫婦関係、妊婦の快適性向上を目指す支援の手がかりを得ていきたいと考える。

表3. 2019年度ペアレンツサロン参加者の参加回と参加前後の評価

プロフィール				参加月の評価						
参加者	千代田区 居住者 (○)	初産 経産	参加開始時 妊娠週数	4月20日	5月11日	6月1日	7月6日	9月14日	11月9日	12月7日
A	○	初	9週	【前】(前年度) 快適性156 【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 205	【後】 達成度 9.5 満足度 10 快適性 207	【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 204 夫達成度 10 夫満足度 10				
B	○	初	16週	【前】(前年度) 快適性140 【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 181	【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 177					
C	○	経	31週	【前】 健康度 10 快適性 197 【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 206		【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 202				
D	○	初	30週	【前】 健康度 8.8 快適性 178 【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 204	【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 203					
E	○	経	28週			【前】 健康度 10 快適性 177 【後】 達成度 8.9 満足度 6.8 快適性 183 夫達成度 7.8 夫満足度 9	【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 163			
F	○	経	18週		【前】 健康度 10 快適性 147 【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 170	【後】 達成度 5.3 満足度 5.9 快適性 182 夫達成度 3.6 夫満足度 5.2		データなし		
G	○	初	17週			【前】 健康度 6 快適性 139 【後】 達成度 8 満足度 8 快適性 141 夫達成度 8.2 夫満足度 8.3				
H		経	38週			【前】 健康度 6.3 快適性 154 【後】 達成度 1 満足度 0 快適性 161				
I	○	初	17週					【前】 健康度 8.3 快適性 127 【後】 達成度 8.9 満足度 10 快適性 130		
J	○	初	21週					【前】 健康度 8.3 快適性 196 【後】 達成度 8.5 満足度 10 快適性 199		
K	○	初	19週							【前】 健康度 10 快適性 172 【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 181
L	○	初	25週					【前】 健康度 9 快適性 200 【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 209 夫達成度 8.4 夫満足度 8.8	【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 207 夫達成度 9.4 夫満足度 10	
M	○	初	16週					【前】 健康度 8.9 快適性 153 【後】 達成度 8.6 満足度 10 快適性 157	【後】 達成度 10 満足度 10 快適性 167	

### 3. 産後のサロンの参加者への自記式質問紙調査の結果

表1のとおり、産後のサロンは6回開催し、18組の母子と夫1名、上子1名が参加した。各回のベビーマッサージ、コンサートの回では、参加者全員の満足度が満点の10点であった。ベビーマッサージの回の自由記載では「ベビーマッサージでは児とのふれあい方を知ることができた」、「同じ月齢のママたちと情報共有できてよかった」、「助産師に悩みを相談できてよかった」などの感想があり、児への接し方についての新たな発見、同じ月齢の子を持つ母親らとの交流という時間は、新鮮だったようで、高い満足度が得られたようである。コンサートの回では「児に生演奏をきかせてあげられ貴重な体験ができた」、「子どもがピアノの音色に反応していた」、「気分転換になった」など母子ともにリフレッシュできる時間を持つことができていた。

夫の感想には「他の方と産後の話ができて、妻も有意義だったと思う」など、仲間を得て有意義な時間を過ごす妻の姿が記載されていた。夫婦にとっての豊かな時間が過ごせたものと考えられる。

#### 4. 妊娠期から育児期に継続してサロンに参加したカップルへのインタビュー調査

インタビューへの協力が得られた3組の夫婦と1名の母親は、初産2組、経産2組であり、月齢8～16か月の乳幼児を育児中であった。協力者の概要を表4に示した。

**表4 インタビュー協力者の概要**

	初経産	年齢	職業	夫の年齢	児の月齢	母親の健康状態	児の健康状態
A	初産	30代前半	会社員 (育休中)	40代後半	8か月	概ね良好 疲れやすい	良好
B	初産	30代後半	無職	30代後半	8か月	良好	良好
C	経産	40代前半	無職	40代前半	16か月	良好	概ね良好
D	経産	30代後半	自営業	30代後半	8か月	良好	良好

##### 1) 参加目的と達成度

サロンの参加目的について、17のコードを抽出し、5個のサブカテゴリーを生成し、【知識の獲得】【漠然とした不安への対処】【交流を求める】の3個のカテゴリーに分類し、表5に示した。以下、カテゴリーを【 】, サブカテゴリーを《 》、コードを「 」、実際の語りを「斜体」で記載する。

**表5 サロン参加の目的**

カテゴリー	サブカテゴリー	コード番号
知識の獲得	知識の獲得を目的にサロンへ参加する 妊娠生活を有意義に過ごしたい 経妊婦でも参加できる場であった	A2, B4, B5, B6, B7, C4 D3, D5, D6 D4
漠然とした不安への対処	漠然とした不安への対処を目的にサロンへ参加する	A2, B2, B3, D8
交流を求める	交流を求めてサロンへ参加する	C4, D7, C17

A氏は、「不安なこととか、少しでもよい環境とか、気を付けたほうがよいこととか、子どもにとって良いこととか、そういうのを知りたかった。」と語り、D氏は、「3年たってだいぶ忘れてしまって、ちょっと不安だったので」と語り、経妊婦であっても数年経過すると忘れていくことが多いと自覚し、【知識の獲得】を目的に参加していた。

【漠然とした不安への対処】は、2名の初妊婦より抽出された。初産のB氏は、「とにかく初めての妊娠で、何にもこう色んな事がわからなくて、食べ物とか、気をつけることとか、やっていいことと悪いこととか、結構心配性で心配だったので、そういうのが教えてもらえたらいいなって」と語った。

【交流を求める】は2名の経妊婦より抽出された。すでに育児経験があり、身近に育児を行う同じ境遇のママ友の存在があると考えられる経妊婦であっても、新たな妊婦と

の交流を求めて参加していたことは大変興味深い。

目的達成度および満足度は、3組が非常に高く、1組が50%程度であった。サロン参加により達成したことや得られた効果に関する語りから、27のコードを抽出し、14個のサブカテゴリーを生成し、【正しい知識の獲得】【夫婦間コミュニケーションの促進】【母親と胎児の愛着形成】【育児行動・セルフケア行動の獲得】【心の安寧とエンパワーメント】【サロンで得た貴重なママ友】の6カテゴリーに分類し、表6に示した。

**表6 サロン参加による効果**

カテゴリー	サブカテゴリー	コード番号
正しい知識の獲得	正しい知識を得る	A8
夫婦間コミュニケーションの促進	夫婦で共感でき心強い サロンの内容を夫婦で共有する	A34 D25, D26
母親と胎児の愛着形成	胎児のことだけを考える時間を過ごす 話すことで気が楽になる ゆったりした時間を過ごす	D19 D12 D18
育児行動・セルフケア行動の獲得	サロンで得たことを自宅で実践する 妊娠期から十分準備ができた	A33, A35, A36, A37, A38, B19, B20, B25, C12, C13, D22, D23 A83
心の安寧とエンパワーメント	主催者や学生たちに見守られ、安心感につながる 話を聞き元気づけられる サロンで他の参加者の発言に共感する	A17 A16 C50
サロンで得た貴重なママ友	サロンの仲間とSNSでつながっている ママ友のロコミは重宝する ママ友はサロンの仲間だけである	D31 D40 B27, B28

D氏は、「妊娠中に、育休とろうと思うんですって参加してたお父さん方が言ってたので、で、なんか、育休とるのなんて俺だけじゃないって言ってたので・・・(中略)、1週間くらいとろっかなあって人、けっこういたよーって話しをして、それはけっこう心が楽になったみたいですね。」と語り、《サロンの内容を夫婦で共有する》ことにより、【夫婦間コミュニケーションの促進】につながったと考えられる。また、C氏は、「ヨガっていうか柔軟とか、うちでやってたかな。」と語り、《サロンで得たことを自宅で実践する》ことにより、出産に向けてセルフケア行動に結びついていた。これらの結果から、参加者は概ね目的を達成できたと言える。さらに、サロン参加により知識を獲得しながら、夫婦間コミュニケーション、愛着形成やセルフケア行動の促進につながっていたことは、結果的に参加者にとって付加価値を伴った。また、地域での仲間づくりのきっかけとなった点は、育児期の孤立予防に貢献できたと考える。

興味深い点として、C氏は、「あわよくば、仲間を得たいとは思ってたけど、エリアもちがうし、復職されるかたがいらしたので。すぐ復職って考えられてることも、ちがってて。仮にお友達になったとしても、合わないなって。」と語り、自分と住むエリアが近く、価値観の合う仲間を得たいと考えていた。一方、D氏は、「同じ地域の児童館とかで一緒するお母さんとかには聞きづらい事とかも、BさんもAさんもけっこうおうちが離れているので、普段、生活圏が重複していないので、そういう方にしか相談できないことってあるじゃないですか、ていうお母さんとお知り合いになれたことはすごい

収穫だったなと思います。」と語り、あえて異なる生活圏の母親との交流を求めている。

育児経験のある母親であっても、さらに学び、交流したいという思いがあることや同様の価値観をもつママ友を求めていることが明らかになり、初妊婦のみならず、経妊婦へも十分な支援の場を設けることや母親の考えの独自性を考慮した産前教育のあり方を検討していく必要がある。

## 2) 参加者の満足度とニーズ

ペアレンツサロンで満足した内容に関する語りから、51コードを抽出し、22個のサブカテゴリを生成し、【興味深いプログラム内容】【育児技術・知識の習得】【専門職である助産師、教員への信頼と安心】【小さな不安や疑問を気軽に相談できる】【妊婦への配慮がある心地よい空間】【他の妊婦や看護学生との交流】【母子が向き合う時間】【貴重な心の準備期間】の8個のカテゴリに分類し、表7に示した。

表7 サロンで満足した内容

カテゴリー	サブカテゴリー	コード番号
興味深いプログラム内容	毎回楽しみに参加する	A31
	もっと参加したいと思う	B15, B16, C8, D21, D20, D42, B47
	興味あるプログラムに無料で参加できてうれしい	B11, D17
	プログラムが興味深い 有意義である	A13, A27, B8, D24, D100, D15, C31 B17
育児技術・知識の習得	医師の話が良い	A10, A28, A29
	沐浴練習ができて良い	A11, A12
専門職である助産師、教員への信頼 と安心	専門知識のある助産師と直接関わることができて 良い	A6, A7, A18, B12 A23, B21, B23, B24
	大学という安心感と期待がある	B22
	専門職という安心感がある	D13
	サロン外での継続支援に感動する	
小さな不安や疑問を気軽に相談できる	ちょっとした不安を気軽に相談でき心強く有意義である	A9, A30, B14
妊婦への配慮がある心地よい空間	会場の環境が妊婦に優しい	D10, D28, D29
	参加しリフレッシュできる	C10
	参加者が少ない分ゆったりできる	D27
	ヨガや音楽を通じてゆっくり過ごす	B10, D16
他の妊婦や看護学生との交流	他の妊婦と交流でき良い	D11
	看護学生と話して色々な考えを知る	C7, C28
母子が向き合う時間	赤ちゃんと一緒に楽しめる	B18
	胎児のことを想像する	B9
	胎児心音をきけて良い	A14, A15
貴重な心の準備期間	夫婦ともに貴重な心の準備期間となる	A32

参加者全員にとって、《毎回楽しみに参加する》《もっと参加したいと思う》場であったことから、マタニティヨガ、ピアノコンサート、小児科医師の講話、妊婦食の調理実習等、今年度のテーマは、【興味深いプログラム内容】であったと考えられる。一方、希望するプログラム内容として、ツボ押し、マッサージ、祖父母向け教室、産後うつについてのはじめ、ニーズの多様性が明らかとなったことから、個別的なニーズへの対応も重要であった。この点は、参加者が10名以下の比較的少人数であったことから、



参加者のニーズを引き出しながらサロンを進行できた部分もあったのではないかと考えられる。

ペアレンツサロンへの参加により、人形での沐浴体験や新生児の事故予防やスキンケアに関するアドバイスを具体的に学び、「沐浴は人形と本物は違うが、やらないよりやっておいた方がよかった」「近所の小児科受診時に聞きたいことはたくさんあるが、時間がとれないため、あの企画はよかった」等の語りがあったことから、参加目的としても語られていた【育児技術・知識の習得】の一助となっていた。また、出産予定の病院や地域の公的機関で開催されている産前教室へも参加している者が複数おり、それらの内容と本学でのペアレンツサロンの内容を比較し、「他の産前教室では企業の人や先輩ママが多く、きちんとした知識のある人がいるのはこのサロンしかなかった。」「一般の所でやると、結局その、勧誘とか入るじゃないですか、大学ならそういうのもないだろうみたいなのがありましてね。」と語り、「興味あるプログラムに無料で参加できてうれしい」と感じる者もいた。

A氏(夫)は、「・・・そういうなかで大学という、安心感がありますよね。営利的な事務的などところと違う。教えていただけそうな気がする。」と語り、B氏(夫)は、「大学だとやっぱ安心感というか、民間の普通の所より、大学だから、看護師さんとか、教授とか、助産師の資格を持っている人がいるっていうのが、結構安心感がありました。」と語った。これらの語りから、参加者は、「専門知識のある助産師と直接関わることができる場」に、「大学という安心感と期待」や「専門職という安心感」を抱き、【専門職である助産師、教員への信頼と安心】のもとに参加していた。

また、A氏の「不安に感じること、ちょっとお腹痛いとか、夜眠れないとか、そのときどきでいろいろあったと思うんで、そのときに気軽に聞ける、ちゃんと知識のある助産師の方に相談できたので良かったです。」という語りから、参加者にとって【小さな不安や疑問を気軽に相談できる】場であり、比較的少人数で気軽に発言しやすく、妊娠期や育児期に日常的に抱くちょっとした疑問や不安をタイムリーに相談し、正しい知識に基づいたアドバイスを得ることができたと考える。

さらに、B氏は、「産後の会もコンサートとか、マッサージとか、赤ちゃんと一緒に楽しめたので良かったです。」と語り、D氏は、「マタニティヨガとコンサートは、私も参加してすごい印象に残っていて、なかなかゆっくりヨガやったり、コンサート聴いたりする機会がなかったので、・・・(中略)すごくゆったりした時間を過ごせて、ほんとに何かお腹の中の子のことだけを考える時間だったので、すごいいい時間になったなって思いますね。」と語った。このようにピアノコンサートやベビーマッサージは、参加者にとって、「赤ちゃんと一緒に楽しめる」時間であり、とくに経妊婦は上子の世話や仕事などで忙しい日常において、「胎児のことを想像する」一時となり、貴重な【母子が向き合う時間】となっていた。

これらのことからペアレンツサロンへの満足度は非常に高かったと考えられる。さらに、知識や経験を備える助産師ならではの身体の保温へ配慮した環境づくり、ノンカフェ

エインの飲み物の提供、妊婦、乳児や母親に対する細かな気配りにより、参加者は心地よい空間で過ごすことができ、満足度のさらなる向上につながったことが予測される。

### 3) 妊娠期、育児期の体験

妊娠期および育児期の体験に関して、多くの語りが得られた。妊娠期の体験については33コードを抽出し、12個のサブカテゴリーを生成し、【夫婦で学びを得る努力】【経産婦だからこそサロンへ参加したい】【連続する不安】【妊娠期の身体的変化への不快感】の4個のカテゴリーに分類し、表8に示した。

**表8 妊娠期の体験**

カテゴリー	サブカテゴリー	コード番号
夫婦で学びを得る努力	不妊治療を乗り越え家族を作るという思いは夫婦共通で、自ら学びを得ようとする	A70, A71, A72, A73, A74, A80, A81, A82
	定期的なサロンがペースメーカーとなる	A75, A76, A77
	サロン以外の産前教室へも参加する	B46, D50, A19, A20
	夫の同意を得て参加する	C51
	父親向けの産前教室の内容に不満を感じたことがある	D54, D55, D56
連続する不安	過去に妊娠期の異常の既往があったが改善した	A67, A68
	胎児の異常の有無を心配する	A78, A79
	妊娠中は不安が多い	B41, B42, B43, B44
	妊娠中に不安や疑問を尋ねる場を頻繁に望む	B45
妊娠期の身体的変化への不快感	妊娠期の身体的変化に不快を感じる	C62
経産婦だからこそサロンへ参加したい	第2子の時は参加できる講座が少ない	D51, D52
	上子中心となりやすく、胎児のことを思う機会がない	D49, D53

妊娠期に《ペアレンツサロン以外の産前教室へも参加する》ことにより知識の習得や確認をするなど、参加者全員が【夫婦で学びを得る努力】を自ら行っていた。経産婦であるD氏は《上子中心となりやすく、胎児のことを思う機会がない》と自覚し、【経産婦だからこそサロンへ参加したい】という思いがあった。

また、「パパが参加してみようなんてのもあったりするんですけど、そういうところののだと、けっこう初歩的なことをやるのが多くて、あやすときにはこういう風にあやすとか、ママのフォローはこういう風にするとかっていうのが、え、なんで、わざわざそんなこと言われなくちゃいけないのってのがあるみたいで・・・(中略)・・・ほんとに来たがっていましたが、ここに。」という語りから、過去に参加した父親を対象とした産前教室に物足りなさを感じていた父親もいた。ペアレンツサロンへ参加した夫婦は、【夫婦で学びを得る努力】というカテゴリーが示すように、妊娠、出産、育児について積極的に学び、父親の知識レベルが高いが故に物足りなさを感じた可能性がある。昨今、父親を対象とする産前教室は増加しており、当サロンも夫婦を対象に実施しているが、あらためて父親に対する教育内容を精練しながら、夫婦で学びたいニーズへ答えられるようサロンを進行していく必要があると考える。

育児期の体験については93コードを抽出し、43個のサブカテゴリーを生成し、【順調に感じる育児】【社会資源の活用と勧め】【有効なインフォーマルサポート】【日常生活

活に即した育児の不安や疑問】【子どもと一緒にいる安心感】【予期せぬ状況への対処】【育児期の母子の身体的・精神的不調】【産後のイメージとの相違】【育児の現状と信念】の9個のカテゴリーに分類し、表9に示した。

**表9 育児期の体験**

カテゴリー	サブカテゴリー	コード番号
順調に感じる育児	準備をしたおかげで育児は順調に進んでいる	A84, A85
	離乳食の摂取量が増加する	B49
	卒乳には苦労しない	B51
	夜中に起きても添い寝でまた寝る	B55
社会資源の活用と勧め	産褥入院を利用する	D60, D62, D67, D69, D70
	保健所、児童館、企業の相談窓口を利用する	B31
	他の褥婦へ産後ケア施設利用について勧めたい	D61, D71, D72
有効なインフォーマルサポート	夫や実母のサポートを得る	D76, D96, B30, B34, D91, B33
	夫婦で協力し支え合う	B32, B33, C67, C68
	身近なママ友に助けられる	C58, C59
	産後早めに身近に同じ境遇の子育て仲間がいた方がよい	C55, C56, C57
日常生活に即した育児の不安や疑問	乳児期の飛行機利用に心配する	A91
	第1出産後はわからないことが多い	D73
	上子から乳児への感染の覚悟と心配	D93, D92
	第1子と第2子では異なることもある	D77
	夜泣きへの不安がある	B57
	健診では問題ないがミルク量の不安がある	D79, D80, D81
子どもと一緒にいる安心感	頭の変形が少し改善する	A87
	児の様子をかわいそうに思う	B54
	子どもを他人へ預けるのはまだ怖い	B35, B36, B37
	子どもと離れるのが心配である	B38
予期せぬ状況への対処	乳児が大人のベッドから転落のため救急受診し心配する	A88, A90, A89
	母子分離のため直接授乳の開始が退院時である	D68
育児期の母子の身体的・精神的不調	母子で胃腸炎に罹患する	B48, B50
	第1子出産後に産後うつに罹患する	D63, D65, D66
	産褥期は十分な養生が必要である	D83, D84, D85, D86, D87, D88
	産後6か月頃に一時的に疲労を強く感じる	D94, D95
産後のイメージとの相違	思い描いていた産後のイメージが異なる	D74, D75
	祖父母は初孫に没頭する	D64
育児の現状と信念	混合栄養を継続する	B52, B53
	小さい頃に母親の愛情をしっかり感じてほしい	B58
	次子をもうけることを考えている	D82
	年齢を考え、次子は考えていない	C64
	保育園入園に備え哺乳瓶に慣れさせる	D78
	6か月くらいまでは抱っこで寝かせる	B56
	母乳育児は父親が代わってできない	D89, D90
	休日は父親と子どもは一緒に過ごすのがよい	C69, C70
	上子を優先に考える	D99, D45, D30
	父親が子どものことを話す友人は少ない	A58, A59, C61
	父親の育休取得は難しい	A60, A61, A62
	父親が妊娠・出産・育児について勉強するのは難しい	A24, A25, A26, C66
	が必要である	C60
育児雑誌を読む(夫)	D97, D98, A63, A64	
夫婦で役割分担を明確にしている		

安定期に入ってから毎回のサロンへ夫婦で参加したA氏は、「事前にもいろいろ勉強し

たから、育児は意外にスムーズにいったかな。」と語り、育児期には、カテゴリーに示されたように多くの対処を必要とする要素を認めたが、妊娠期における月1回のサロン参加により、育児への適応がよりスムーズに進行したと考えられる。

育児期の【日常生活に即した育児の不安や疑問】と、妊娠期の【連続する不安】というカテゴリーが示すように、参加者は妊娠期も育児期もあらゆる不安や疑問を常に抱いて過ごしていた。とくに初妊婦は、「(他に疑問を聞く場は) なかなかないですね。で、やっぱり、あの、妊婦健診も最初のころは1か月に1回じゃないですか。そうすると、その1か月がすごい長くて、その間に、心配なことがいろいろ山ほど出てきて、そういう感じだったんで、心配性で、いっぱいメモして、それを次の健診の時、看護婦さんに聞く感じだったんで。なんか、こういうの(ペアレンツサロンのような場)が頻繁にあるとすごいいいなって思いました。」と語り、妊娠期の【連続する不安】に対し、不安や疑問を尋ねる場を頻繁に望んでいた。

育児期には、《乳児期の飛行機利用への心配》、《上子から乳児への感染の覚悟と心配》など【日常生活に即した育児の不安や疑問】があった。A氏は「出産した後でフォローアップとかあったのはよかった。小児科の先生とか。皆さんたぶん聞きたいことがたくさあって。近所の小児科とか忙しくってお時間取れないから、あんな形はよかった。」と語り、日常的に湧いてくる不安や疑問を身近な医療や育児の専門家へ相談できる場を望んでいた。

以上のように、ペアレンツサロンは妊娠期、育児期ともに日常的な不安や疑問を身近な専門家へ相談できる場として機能しており、参加者の育児への適応を促進する一助となったと言える。公的機関や一部企業等で、電話や対面による育児相談事業等は増加しているが、利用者は、妊娠期から関係性を成立、維持し、確実な信頼性をもつ相手との相談の場をより望んでいるのではないか。地域では、実際そのような場は限られており、当サロンのように専門家が妊娠期から育児期へ連続して家族を支えていけるような体制をさらに整えていきたいと考える。

## 5. ペアレンツサロンに参加した学生が作成したレポートの分析結果

これまでの2年間の報告では、参加した学生がどのような学びを得たか、学生がサロンの効果や機能をどのようにとらえていたか、についてレポートから分析した。

今年度は、レポート内容を繰り返し読み、対象者がペアレンツサロンに参加したことによって得られた「看護師・助産師の役割」および「将来の自分自身のライフコース」に関する内容に着目しながら、データの理解を行なった。得られた内容から、対象者が参加によって得られたと記述した内容を抽出しコード化し、意味ある内容毎に分類しサブカテゴリー化、カテゴリー化を行なった。

### 1) 対象者の概要

対象者の学年は、4年生9名、3年生7名であった。全員が母性看護学に関する講義・演習を収め、母性看護学実習において妊産褥婦、新生児の看護を実際に経験した上でレポートの作成を行った。学生たちが、参加したペアレンツサロンの内容は、「マタニティヨガ」「マタニティコンサート」「小児科医の講話」であった。

サロンの開始前に、レオポルド触診法により子宮の触診を行い、児心音の聴取を実施した。さらに、参加した妊婦や家族に寄り添い、サロンのメニューに参加した。

### 2) 看護師・助産師の役割について

レポートを分析した結果、「看護師・助産師の役割」に関する68のコードを抽出した。それらのコードから27個のサブカテゴリーを生成し、【知識・技術・情報の提供】【不安・悩みに寄り添う】【交流の場の提供】【サポート資源の紹介】【地域貢献】【妊娠経過の正常の判断と声掛け】【肯定的な支持】【個別性に配慮した関わり】【マタニティライフへのサポート】【出産に向けた関わり】【妊娠から子育てまでの継続的支援】の11個のカテゴリーに分類した(表10)。以下、カテゴリーを【 】, サブカテゴリーを《 》、学生のレポートの記述を「 」で示した。

学生のレポートからは、「適切な情報の提供やアドバイスを行う」や「誰でも生活の中に取り入れやすい工夫を紹介する」などといった記述がみられ《効果的な指導やアドバイス》が専門職の役割として重要であると学んでいた。また、「妊婦や家族の方々の悩みを少しでも解決できるよう知識の提供が必要」、「専門的な知識で母親の不安を軽減する」など《知識の提供》や「正確で安全安楽な技術を提供する」といった《技術の提供》が役割であるとして挙げた学生が多かった。

「積極的に妊婦に今困っていることや悩みを聞き出す」「母親が持つ悩みや心配事を傾聴する」など《悩みの傾聴》や「今抱える悩みについて遠慮せずなんでも相談してよいことを伝える」といった《相談に乗る》など【不安・悩みに寄り添う】という役割を抽出した。さらに、「皆がリラックスしながら参加できるように会話をリードする」「母親同士の交流を深める」「妊婦や助産師との交流を図ることのできる場を設ける」といった《場の雰囲気づくり》や《交流の場を設ける》などの役割があることも学んでいた。

講義や演習などでは、個別性に応じたケアが重要であると説明しているが、実際のペアレンツサロンでの体験から、「初産婦か経産婦か、社会的背景、年齢などその人によって妊婦の悩みや考え方もそれぞれであることを踏まえて接する」「妊婦の身体的特徴に十分に配慮しながら関わる」など【個別性に配慮した関わり】が看護師・助産師の役割として重要であることを身をもって体験していた。また、地域で生活する妊婦の生活を実際に妊婦本人の話から聞くことにより、「頑張りすぎていっぱいいっぱいになったり、他者の手を借りることができるよう孤独の状態とならないようにソーシャルサポートを利用・参加することを勧める」「対象が住む地区やその近辺で実施されている母親学級・両親学級・妊娠期の対象が交流できるイベントがあることを伝える」などすぐに使える【サポート資源の紹介】などが重要な支援となることを学んでいた。

ペアレンツサロンでは、主に妊婦とその家族を対象として開催しているが、「妊婦がより良いマタニティライフを送るサポート（が重要）」といった《マタニティライフのサポート》、「妊婦の健康の維持」や「妊娠期の母親に特化した関わり」などの【マタニティライフのサポート】だけに限らず、「安心した出産に向けた生活を送れるように支える」「妊婦とその家族全員が満足した出産を経験できるように医療者が支援していく」など【出産に向けた関わり】、「出産してから子育てまでの支援を行なう」「母親が妊娠、出産だけでなく、その後の育児も安心して乗り越えていけるように支援していく」「地域の母親や子どもが健康に過ごす支援」といった《出産から子育てまでの継続的な支援》や「出産後の生活を想像できるよう働きかける」「具体的に（産後の生活を）考える機会を作る」など《産後の生活を考える働きかけ》といった【妊娠から子育てまでの継続的支援】も看護師・助産師の役割として重要であることを学んでいた。

### 3) 自身のライフコースについて

レポートでは、ペアレンツサロンでの学びやサロンの役割、看護師・助産師の役割について考察している学生が多くみられた。一部の学生のレポートには、「自分自身が妊婦となった際は今回の学びを活かし胎児に積極的に声を掛け音楽でリラックスを図っていきたい」といった「マタニティコンサート」で学んだことを活かしたいという感想や「いつか妊娠した際にも（学んだことを）活かしていきたい」といった内容も見られた。

また、「サロンは参加者が少ないこともあるが交流がとても密で盛んにおこなわれているため、妊婦の困ったときに頼りにできる存在」であると感じた学生もおり、「看護師の立場として（ペアレンツサロンに）参加することを対象者に勧めたい」「一人で悩みこまないようにペアレンツサロンの存在を教えたい」「助産師や同じ経験をした妊婦や母親がいてコミュニケーションをとれることができる環境があることを伝えたい」など、周囲へも勧めたいとペアレンツサロンの存在を妊婦への1つのツールとして捉えられている学生もおり、妊婦への支援の場所や存在が病院だけではないことを学んでいた。

さらに、「母となる立場になった際にはぜひともに（ペアレンツサロンに）参加した

いと思う貴重な体験となり、学びの場となった」「自分もいつか妊娠したら、地域で行われる事業に積極的に参加してみたい」と自分自身が妊婦になった際に参加したいと感じた学生もおり、実際の妊婦を通して、自分自身の将来に対しても思いを馳せるなど、ペアレンツサロンでの経験が自分自身の「母性」を考えるきっかけとなったことが伺えた。

**表10 学生のレポートから抽出した「看護師・助産師の役割」**

カテゴリー	サブカテゴリー
知識・技術・情報の提供	効果的な指導やアドバイス
	知識の提供
	技術の提供
	情報の提供
不安・悩みに寄り添う	相談に乗る
	悩みの傾聴
	不安の軽減
交流の場の提供	場の雰囲気づくり
	交流の場を設ける
サポート資源の紹介	ソーシャルサポートの利用を促す
	イベントの紹介
	SNSの利用の紹介
地域貢献	事業の企画
	地域での支援
妊娠経過の正常の判断と声掛け	正常な妊娠経過であることを判断し伝える
	児の健康状態を伝える
肯定的な支持	肯定的な支持を行う
	妊娠を肯定的に受け止めるような関わり
個別性に配慮した関わり	個別性に応じた関わり
	身体的特徴に配慮した関わり
マタニティライフへのサポート	妊娠期に特化した関わり
	マタニティライフのサポート
	妊婦の健康の維持
出産に向けた関わり	出産に向けた生活・心身の準備
	満足できる出産への支援
妊娠から子育てまでの継続的支援	産後の生活を考える働きかけ
	出産から子育てまでの継続的な支援

## 5. 3年間の参加者数と実施内容

サロン立ち上げから3年が経過した。各年度末に報告書を作成しているが、簡単に3年間の振り返る。3年間の開催回数と参加者数を表11に示した。

表11 3年間の開催回数と参加者数

	2017年度	2018年度	2019年度
妊娠期 開催回数	7回	10回	7回
産後 開催回数		4回	6回
参加者数 (延べ人数)	妊婦28名 夫2名 上子1名	妊婦28名 夫8名 上子5名	妊婦22名 夫8名 上子4名
産後母子 参加者数 (延べ人数)		19組 夫1名 上子3名 祖母1名	18組 夫1名 上子1名
学生 協力者数	26名	35名	26名

2年目の2018年度が妊娠期の回数はもっとも多く10回の開催を行った。当初の計画では5月～12月の月1回のペースでの開催予定であった。2年目から3年目には前年度に妊婦だった参加者の産後フォローを行って、産後サロンを実施したことで、妊娠期から育児期へつながる支援として機能したと考えている。夫の参加についてはそれほど増加させることができなかった。千代田区を通してのPR活動は行ってきたが、なかなか実数には結びつかなかった。しかし、これまでの結果でも述べてきたように、少人数で開催することのメリットとして、多人数には提供できない密接な関わりや参加者のニーズを深く掘り下げて柔軟に対応することができ、参加者から一定の評価が得られていることから、今後もこのペースを維持していきたいと考えている。

学生の協力者数は、ほぼ一定で年間に30人前後の参加が得られた。本学部の1学年の学生定員は100名であることから3割程度の学生が参加したことになる。学生に課したレポートからは、毎年、学生の多くの学びが得られていること、産科施設では得られない、妊娠期の深い家族理解につながっていること、看護職者としての地域での活動のあり方や学生自身の将来像を思い描く姿が読み取れた。さらに、看護学生をサロンに参加させることにより、妊婦や産後の母子と学生との間には互酬性が得られ（菊島ら、2018）、本学部の母性看護学の一環として非常に有意義な活動であったと考える。



#### IV 総合考察

妊娠期のカップルへの支援として、特に夫の参加を意識して「ペアレンツサロン」と名称を改め、2019年4月から12月までの9ヶ月にわたり、千代田区居住の妊娠期カップルを中心にリクルートした13名の妊婦を対象としたサロンを7回と産後の母子を対象とした回を6回開催し、その評価を行った。また看護学生は26名が参加して妊婦とその家族へのケアを提供し、母性看護学における幅広い学びを得ることができた。今年度は、昨年度に比べ、一層、育児期の支援を手厚く実施した。多人数の参加者の確保や継続参加を促すことには至らなかったが、量的データからは、参加前後において妊娠期の快適性を高める効果を確認できた。また質的データからは、妊娠期から育児期に継続して参加したカップルからの貴重な意見を得て、専門職が関わることの意義、妊娠期から育児期にかけて、地域の中で同じ環境の仲間と過ごすひとときと快適で心地よい空間の提供、も確認できた。

千代田区の特徴として、勤労妊婦が多い。勤労妊婦は快適性を阻害されることがわかっている（小川ら、2015年）ことや、産後の母親は多忙であり、友人との交流の満足感が減少することでQOLが低下するとの報告（野原、2012）があるが、妊婦の快適性を高め、月齢の近い子どもをもつ母親らが集うことのできる本サロンの存在は、この地区の母子にとって有効な支援の一方策と成り得るものとする。母親の支えは多ければ多いほど良く、また子どもだけでなく、母親も大事にされる必要がある（佐山、2015）。子どもの誕生は、新たな母親の誕生でもあるし、母親自身が豊かな気持ちを持たねば、豊かな子育てにはつながり得ないであろう。その意味では、本サロンは妊娠期から産後の母親を見守りながら、快適な時間と場を提供できたのではないかと考えている。

サロン運営上の問題として、昨年度の反省からPRに力を注いだにも関わらず、参加者が増えなかったこと、そのために評価指標のデータ数が少なかったことがあげられる。しかし、この点については前述のように、少人数開催であることのメリットとして、深い関わりや妊娠期から育児期への継続した関わり、さらに参加者の個々のニーズに応じやすく、柔軟な対応が可能であるということの本サロンの特徴として思考を転換し、現状を維持して活動を継続したい。またアウトカム指標については苦慮したところで、毎年様々な調査を行ってきた。量的調査における決定的なアウトカム指標をとらえることができず、十分な結果が得られたとは言い難いが、質的データによる補完ができたことは今年度の重大な成果である。

また、看護学生にとって本サロンは、母性看護の学びの場として一定の効果を上げている。学生の学習成果が向上することは大学で実施することのメリットを感じられる結果であり、さらに今回参加者のインタビューから、大学で実施するサロンであることがカップルにとって安心して参加できたと語られたことは、大学として地域貢献に通ずる成果であると感じた。今後も細々とこの活動を継続していこうと考えている。

## V 結語

妊娠・出産から子育て期に至るまでの切れ目のない支援の提供を目指し、サロン運営を開始して3年目が終了した。3年目の活動評価は、量的データ分析に加え、長期参加していただいた参加者へのインタビューによる質的分析により、参加者へ豊かな時間と場の提供ができていること、看護学生にとっての効果的な母性看護を学ぶ場であることが確認できた。

少人数の参加者への支援ではあるが、微力ながらも地域に貢献でき得る方略であることを自負し、今後も工夫を凝らしながらより良い活動を追求したい。

## VI 謝辞

本研究に御協力いただきました妊婦の皆様、産後の母子の皆様と御家族の皆様、看護学生の皆様に感謝申し上げます。

また、対象者のリクルートおよび本研究への助言、尽力いただきました千代田区保健福祉部健康推進課舟木課長様、井上保健相談係長様、千代田区役所地域振興部コミュニティ総務課の小原係長様、橋本様に深謝申し上げます。

最後に、本研究活動は3年間にわたる「千代田学」の助成によって展開してきました。千代田区への感謝の意を表するとともに、本学教務課 社会連携センター 大石裕理子氏には「千代田学」への応募時から助成後の諸々の連絡や千代田区との調整を含め、多大なる支援をいただきました。心より御礼を申し上げます。

## 参考文献

- ・武田順子（2012）．主体的な出産・育児に向けて地域助産師が行う妊娠期の支援に関する研究，岐阜県立看護大学紀要，12(1)，3-15.
- ・武石陽子，他（2011）．妊娠期の快適性に関する尺度の開発，日本母性看護学会誌，11(1)，11-18.
- ・中島久美子，他（2013）．「妊娠期の妻への関わり満足感尺度」の信頼性・妥当性の検討，日本助産学会誌，27(1)，16-28.
- ・Schumm, W. R., Paff-Bergen, L. A., Hatch, R. C., Obiorah, F. C., Copeland, J. M., Meens, L. D. & Bugaighis, M. A. (1986) : Concurrent and discriminant validity of the Kansas Marital Satisfaction Scale. *Journal of Marriage and the Family* 48, 381-387.
- ・菅原ますみ，他（1997）．夫婦間の親密性の評価—自記入式夫婦関係尺度について—，季刊 精神科診断学，8(2)，155-166.
- ・Jベルスキー・Jケリー（1995）．安次嶺佳子訳，子供をもつと夫婦に何が起こるか，草思社.
- ・菊島勝也，他（2018）．子育て支援グループ活動のソーシャル・キャピタルとしての機能—参加者と学生スタッフの自由記述の分析—，母性衛生，59(1)，154-161.
- ・小川彩，他（2015）．就労妊婦における妊娠期の快適性の特徴，母性衛生，56(2)，292-300.
- ・野原真理（2012）．妊産婦のQOLの縦断的研究，小児保健研究，71(6)，828-836.
- ・佐山圭子（2015）．妊娠・出産・産後を通した母子の健康サポート，チャイルドヘルス，18(7)，519-522.

## 成果発表

I 令和元年度のペアレンツサロン運営と得られたデータについて、日本看護科学学会および East Asian Forum of Nursing Scholars で発表を行った。

- 岸田泰子, ケニヨン充子, 三里久美子, 梶谷由希子 ,  
都心部における妊婦サロンの運営と評価,  
第 39 回日本看護科学学会学術集会, 示説発表(2019 年 11 月 30 日～12 月 1 日,  
金沢市開催)
- Y Kishida, M Kenyon, K Misato,  
Effects of “Parents Salon” operated by teaching staff of nursing faculty  
and nursing students for pregnant women and their families on maternal  
nursing education,  
23th East Asian Forum of Nursing Scholars, Poster presentation (Jan. 10-  
11. 2020. Chiang Mai)

II 研究活動として学術雑誌に投稿した。

- 岸田泰子, ケニヨン充子, 都市部における妊婦サロンの運営と評価,  
家族療法研究, 36(3), pp266-272, 2019年.
- 三里久美子, ケニヨン充子, 岸田泰子,  
妊娠後期における妊婦の快適性の現状と支援の検討,  
共立女子大学看護学雑誌, 7, 43-50, 2020年.

III 令和元年度 看護学部卒業研究

共立女子大学看護学部母性看護学領域の令和元年度ゼミ生1名がペアレンツサロンによる活動をもとに、卒業研究に取り組んだ。

- 学籍番号16J095 柳下瑞帆  
研究テーマ 妊娠・出産・育児情報に関する妊婦のインターネット利用に  
ついての実態調査