

〔原著〕

地域助産師が行う『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』の 取り組みに関する研究

武田 順子 服部 律子

Research on the Measure of “Pregnant Women Support Program Which Elicits Initiative of Women” by Community Midwives

Junko Takeda, Ritsuko Hattori

要旨

本研究の目的は、先行研究において明らかになった、主体的な出産・育児に向けて女性の力を引き出す妊娠期の支援内容を基盤に、地域助産師の力を活かした『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』を作成、実践し、支援プログラムの効果と効果をもたらした要因を明らかにすることによって、より効果的な妊娠期の支援の方法を検討することである。

女性の主体性を引き出すために地域で必要とされている支援内容として明らかになった、①出産・育児への肯定的なイメージをもつ②赤ちゃんをイメージする③出産に向けての身体づくりができる④家族の支援が得られる⑤仲間づくりができる、の5つを基盤に『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』を考案し、A市で活動する地域助産師を中心に支援プログラムを実践した。子育て支援センターを会場とし、妊娠期3回、産後1回のシリーズで行った。支援プログラムの評価は、各回終了後の質問紙調査と継続して参加した妊婦および専門職への面接調査にて行った。

継続参加者への調査の対象は8名であり、調査内容は支援プログラムに参加しての感想などであった。データは半構成的面接により収集し、内容分析を行った。結果、支援プログラムの効果は【仲間ができたことによる心強さ】【地域助産師と出会えたことによる安心】【身近な地域で支援が受けられる喜び】【出産に向かう気持ちの変化】【家族で話すきっかけ】【疑問を解決できる場】【自分の出産について考える機会】【母乳育児の動機づけ】の8つに分類された。支援プログラムは、女性の主体性を引き出すことが示唆された。

さらに、支援内容と効果をもたらした要因とを考察した結果、支援内容に加えて、女性が安心できる環境づくりを行うこと、動機づけを促す情報提供や自己効力感を高める働きかけを行うなどの支援方法を工夫することによってより効果的に女性の主体性を引き出すことができると考えられた。

キーワード：地域助産師、主体性、妊娠期の子育て支援

I. はじめに

近年、児童虐待が深刻な社会的問題となっている。出産体験と産後1年以内の抑うつや虐待との関連が報告されており¹⁾、産後うつや虐待予防の観点からも出産への

支援は重要な課題といえる。妊産婦自らが主体的に行動することが肯定的な出産体験や育児への自信につながる^{2,3)}といわれており、助産師は女性とその家族が自らの持つ力を十分に発揮し、出産・育児に主体的に取り組めるよ

うに支援を行っていく必要がある。

厚生労働省の「健やか親子21」では、それまでの出産後の環境調整を中心とした子育て支援に加えて、出産前後の不安軽減といった心理的支援をも含むよう変化した⁴⁾。妊娠期からの子育て支援が着目され始めているのは確かである。しかし、妊娠期、育児期とそれぞれの時期に限定した支援プログラムに関する報告^{5,6)}や、育児サークルを活用した妊娠期の子育て支援に関する報告⁷⁾はされているものの、地域での妊娠期からの子育て支援に関するプログラムは見当たらず、さらに、地域助産師の力を活かした妊娠期からの支援プログラムの実践や効果についての報告はほとんどない。

そこで筆者らは、地域助産師の力を活かした『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』の考案を目指して調査を行い、現代の子育ての課題を捉えた地域助産師の視点と出産した女性の視点の両側面から、主体的な出産・育児に向けて女性の力を引き出す妊娠期の支援内容を明らかにした⁸⁾。

さらに本研究では、先行研究において明らかになった、主体的な出産・育児に向けて女性の力を引き出す妊娠期の支援内容を基盤に、地域助産師の力を活かした『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』(以下、支援プログラム)を作成、実践し、支援プログラムの効果と効果をもたらした要因を明らかにすることによって、より効果的な妊娠期の支援の方法について検討することを目的とした。

なお、本研究においては、主体的な出産・育児を「出産・育児を自分のものと自覚し、自分の思い描く出産・育児を行うには何をすべきか自ら考え、自身の行動を決定し、実践評価していくこと」とし、地域助産師を「日本助産師会の分類による、分娩を扱っている開業助産師と地域で活動する助産師」と定義する。

II. 方法

1. 『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』の作成および実施

1) 支援プログラムの作成および実施

A市におけるモデル的取り組みとして、地域助産師の力を活かした支援プログラムを作成し、実施した。

支援プログラムは先行研究において明らかとなった、

女性の主体性を引き出す妊娠期の支援内容である、①出産・育児への肯定的なイメージをもつ、②赤ちゃんをイメージする、③出産に向けての身体づくりができる、④家族の支援が得られる、⑤仲間づくりができる、の5つの支援内容を基盤として協力を得た地域助産師とともに作成した。

女性が専門家と仲間による妊娠期からの継続的なサポートを受けながら出産・育児に向けて主体的に取り組むことによって自己信頼心を高め、満足な出産を経験することができる。満足な出産がさらに女性をエンパワーメントし、育児への力となると考え、支援プログラムのねらいを、満足な出産と育児への問題解決能力を培うこととし、妊娠期から育児期までの継続したプログラムとした。伝えたい内容や、参加者がそれぞれ通院施設での出産準備教育にも参加することなどを考慮して妊娠期3回、産後1回の計4回を実施した。会場はA市子育て支援センターとし、A市およびその近郊に住む妊婦を対象とした。

2) データ収集および分析方法

各回終了後に参加者と協力した専門職にそれぞれ質問紙調査を行った。参加者は支援プログラムの時間内に記述する時間を設けた。専門職には、当日配布し、郵送による返信を依頼した。参加者への調査内容は「プログラム全体の満足度」およびプログラムの目的に対応した内容とした。満足度は選択式の回答を求め、さらに選択した理由や参加前後の変化については自由記載による回答を求めた。専門職への調査内容はプログラムの目的に対応した内容に加えて、「全体の進め方や参加者との関わりについて」「プログラムが出産・育児に向けて主体的に取り組むきっかけとなるか」など自由記載での回答を求めた。分析に関しては選択式の回答の場合は単純集計を行い、自由記載は記述を意味内容にしたがって、ひとつの意味内容はひとつのデータとした。類似するものをまとめてカテゴリー化し、意味内容を表す表題をつけた。分析は全過程において指導教員のスーパーバイズを受け、妥当性の向上に努めた。

2. 『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』の評価

第4回終了後、継続参加者に面接調査を行い、参加者からの評価を行った。その後、継続参加者の評価を基に

地域助産師との検討会を行い、支援プログラムの評価および主体的な出産・育児に向けた地域助産師の役割について検討した。また、子育て支援センター保育士、企画や広報活動に協力を得たA市保健師に支援プログラムの結果を報告し、意見を聴取した。

1) 継続参加者による評価

調査対象者は支援プログラムに継続して参加した女性とした。支援プログラムに参加したことが出産・育児にどのように影響したかを知ることを目的に、約1時間の半構成的面接を行った。データは対象の了解を得て録音し、逐語録を作成した。調査項目は、「出産を振り返った感想」「支援プログラムに参加しての感想」などである。逐語録を熟読し、支援プログラムと関連している部分を抜き出し、参加して良かった点と改善が必要な点という2つに分類した。意味内容を損なわないよう抽象度をあげて簡潔に表現しカテゴリー化した。分析に際して、本来の意味を損なわないよう、単語や文節ごとに細分化せずに、文脈単位で抜き出すように試みた。分析は全過程において指導教員のスーパーバイズを受け、妥当性の向上に努めた。

2) 地域助産師による評価

支援プログラムに協力した地域助産師6名を対象に集団面接を行った。調査内容は「支援プログラムに協力しての感想・意見」「支援プログラムを地域で継続していくための方策について」である。データは対象の了解を得て録音し、逐語録を作成した。逐語録を熟読し、支援プログラムの効果、支援プログラムの意義、今後の継続方法と課題、という視点から意味のある内容を抽出し、分類した。本来の意味を損なわないよう、単語や文節ごとに細分化せずに、文脈単位で抜き出すように試みた。

3) 保健師および保育士による評価

調査対象者は支援プログラムに協力した保育士1名と保健師2名とした。方法は、支援プログラム各回終了後の参加者質問紙調査および継続参加者への面接調査の結果を説明し、その後、それぞれに面接調査を行った。調査項目は「地域助産師の力を活かした支援プログラムに関する感想・意見」である。データは筆者がその場で記録した。語られた内容を保健師および保育士による評価としてまとめた。

3. 倫理的配慮

対象者に調査協力を依頼する際に、本研究の目的、結果は個人が特定される形で公表されないこと、調査への協力の自由、調査はいつでも中断できることなどを口頭と書面にて説明し同意を得た。面接調査に関しては開始前に再度、回答の自由などについてあらためて確認したうえで調査を開始した。対象者の氏名や住所などの個人情報とは分けて保管し、個人が特定できないように配慮した。本研究は岐阜県立看護大学看護学研究科論文倫理審査部会(21-A003-1)の承認を受けた。

III. 結果

1. 『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』の作成および実施

1) 支援プログラムの作成

支援プログラムはA市およびその近郊で活動する地域助産師とともに作成した。子育て支援センター保育士およびA市保健師には、支援プログラムの企画・運営に関し、A市の子育て支援に関わる立場からの助言を受けた。

先行研究において明らかとなった、女性の主体性を引き出す妊娠期の支援内容である、①出産・育児への肯定的なイメージをもつ、②赤ちゃんをイメージする、③出産に向けての身体づくりができる、④家族の支援が得られる、⑤仲間づくりができる、の5つの支援内容を具体化し、各回の目的とした。

支援プログラム開催時に工夫した点、各回のテーマと目的、目的に向けて意図して行った内容や関わりをプログラムの全体像として図1に示した。支援プログラムのキャッチフレーズは『めざせ！HAPPYお産・HAPPY子育て』とし、地域で行う特性を活かし、集団での支援とした。

2) 支援プログラムの実施

子育て支援センター、保健センターなどで支援プログラムの案内を配布または掲示し、参加者を募集した。さらに、A市保健師の協力を得て、母子手帳交付時、両親学級時に広報活動を行った。

支援プログラムの実施期間は平成22年2月～8月であり、各回の参加者および協力した専門職の属性は表1に示す通りであった。地域助産師はファシリテーターとして関わった。また、保育士には会場運営や託児への協力を得

《支援プログラムのねらい》

満足な出産と育児への問題解決能力を培う

《開催時に工夫した点》

- ・女性が興味を持てるような広報活動
- ・エンパワメントを促す参加型の集い
- ・参加者の行動変容を促す情報の伝え方
- ・地域助産師を知る機会となる
- ・母親同士の交流を促す
- ・家族の視点を含めた内容
- ・会場の雰囲気づくり

開催時期	テーマ (所要時間)	目的	目的に向けて、意図した内容・関わり
妊 第1回 2月	おなかの 赤ちゃんを 感じてみよう (120分)	<ul style="list-style-type: none"> ・赤ちゃんを感じ、赤ちゃんの力について知ることができる ・おなかの赤ちゃんをイメージすることで、今後の妊娠・出産が楽しみになる ・赤ちゃんの存在を感じ、赤ちゃんの力を知ることによってセルフケア行動を促す 	<ul style="list-style-type: none"> ・おなかに触れる、話しかける、など身体感覚を用いて赤ちゃんをイメージ ・赤ちゃんの生まれてくる力に焦点を当てて出産を説明 ・赤ちゃんを育む母親の力を認める関わり ・テキスト「母親編」配布
娠 第2回 3月	お産のときの からだところ (120分)	<ul style="list-style-type: none"> ・お産についてイメージすることができる ・お産に対する肯定的なイメージをもつことができる ・どんなお産がしたいか、そのために自分に何ができるかを考えることができる ・お産に向けてのからだところの準備について自分ができることを見つけることができる ・夫婦や家族で、お産について考えるきっかけとなる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ラベルセッション「どんなお産がしたい？」望む出産とそこに向かうためには今、何ができるかを助産師とともに話し合う ・家族で赤ちゃんを迎えることについて話す ・肯定的な表現を用いて出産・育児を説明 ・テキスト「父親編」配布
産 第3回 4月	スバラシキ 母乳育児 (120分)	<ul style="list-style-type: none"> ・母乳育児についてイメージでき、母乳育児をしてみたいと思える ・母乳育児の利点について知ることができる ・母乳育児の方法を知ることができる ・楽しい育児のイメージができ、妊娠中の準備について知ることができる ・母乳育児について家族で考えるきっかけとなる 	<ul style="list-style-type: none"> ・母乳育児に関するニーズを聴く ・アイスブレイク ・母乳育児の利点をゲーム感覚で説明 ・先輩ママからのお話、授乳シーンの様子をみってもらう ・テキスト「おじいちゃん・おばあちゃん編」の配布
後 第4回 8月	BABYとの タッチ コミュニケーション (120分)	<ul style="list-style-type: none"> ・それぞれのお産について振り返ることができる ・他の母親と話すことにより、悩みを共有し、不安を軽減することができる ・タッチコミュニケーションにより「触れること」による効果を知ることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ベビーマッサージで触れることの大切さを伝える ・生まれてきてくれた赤ちゃんが無事に出産した自分の力を認められるような関わり

図1 支援プログラムの全体像

た。各回の開始前および終了後には専門職と話し合いの場を設け、課題について検討を繰り返しながら開催した。各回12~14名の参加があった。参加者の約半数がA市在住であり、初経別は約半数ずつであった。出産場所は診療所を選択していた者が最も多かった。

(1) 支援プログラムの満足度と参加前後の変化

参加者への質問紙調査の結果より、支援プログラムの満足度と参加前後の変化に焦点を当てて結果の一部を報告する。抽出された内容を分類したものは【 】, 調査内容は〈 〉で、実際の表現は「 」で表した。

参加者53名のうち52名の有効回答を得た。支援プログ

ラムに対する満足度の項目においては、参加者のうち94%が〈満足〉もしくは〈やや満足〉と回答していた。第1回終了後の調査において、赤ちゃんをイメージすることができたと回答した10名のおなかの赤ちゃんをイメージすることで考えた具体的内容は表2に示した通り【赤ちゃんにママの気持ちや意思が伝わる】【赤ちゃんの様子を具体的にイメージする】【赤ちゃんとのコミュニケーションをとりたい】【赤ちゃんのために自分の身体を大事にしたい】の4つに分類された。また、第1回参加前後の出産・育児に関する印象の変化は、表3に示した通り【怖い気持ちや不安の軽減】【赤ちゃんと一緒に頑

表1 支援プログラム参加者および協力した専門職の属性

		第1回	第2回	第3回	第4回
専門職	助産師	5	5	5	2
	保育士	1	1	1	2
参加回数別参加者	1回目	12	4	3	3
	2回目	—	9	3	2
	3回目	—	—	8	4
	4回目	—	—	—	5
初経別	初産	6	7	5	6
	経産	6	6	9	8
出産場所	病院	2	2	2	3
	診療所	9	10	11	11
	助産所	1	1	1	0
年齢	26~30	3	4	4	7
	31~35	5	5	4	1
	36~40	4	4	6	6
妊娠週数	~15	4	2	—	—
	16~27	2	4	5	—
	28~	6	7	9	4
	出産後	—	—	—	10

張りたい】【食生活を見直したい】の3つに分類された。第2回終了後の調査においては、回答を得た13名すべてが自分の出産や、出産に向けて妊娠中にできることについて考えることができた」と回答した。第2回参加前後の出産へのイメージや出産に向かう気持ちの変化は、表4に示した通り【肯定的な気持ちの芽生え】【自分だけではなく家族と一緒に頑張る気持ち】【お産を楽しみたい

という思い】【自分でも頑張るって産めるという思い】【産まれてくるという実感】の5つに分類された。第3回終了後の調査においては、回答を得た14名すべてが母乳育児についてイメージすることができたと回答した。参加前後の母乳育児に関するイメージや気持ちの変化としては「母乳のできるかな」が「母乳で頑張るぞ」になった」「母乳がいいとは思っていたが、具体的にどういいのか分かり、2人目は是非母乳で育てようと思った」などがあつた。また、第4回終了後に行った調査では回答した14名すべてが支援プログラムの継続を希望した。支援プログラムの継続を希望する理由は【母親同士の交流ができる】【不安が軽減する】【出産や育児に関するイメージがわく】の3つに分類された(表5)。

(2) 協力を得た専門職への質問紙調査からの意見・課題
協力を得た専門職に配布した22枚の質問紙調査のうち17枚の回答が得られ(回収率77.2%)、有効回答数は17枚であった(有効回答率100%)。<支援プログラムは主体的に取り組むことができるきっかけになると思うか>という問いに対して、専門職のうち94%が<はい>と回答した。その理由としては「一人ひとりがお産について自覚できる場となり、情報交換や意見交換をしながら、育児や母親に対して前向きな言葉も出ていて主体性をもつ

表2 おなかの赤ちゃんをイメージすることで考えた具体的内容

(n=10)

分類(記述数)	回答内容の例
赤ちゃんにママの気持ちや意思が伝わる(3)	赤ちゃんにママの気持ちや意思が伝わる事がわかった。 赤ちゃんはママとつながっていて、赤ちゃんはママの気持ちを理解しているのだと考えた。
赤ちゃんの様子を具体的にイメージする(3)	赤ちゃんもおなかの中で楽しくいきているのだと思った。 赤ちゃんはかわいい。
赤ちゃんとのコミュニケーションをとりたい(3)	今までよりおなかの赤ちゃんに話しかけていこうと思った。 まだ4か月で妊娠の実感があまりなかったが、自分から積極的に赤ちゃんとのコミュニケーションをとろうと思った。
赤ちゃんのために自分の身体を大事にしたい(1)	赤ちゃんが安心して過ごせるように、心に余裕をもっていたい、身体のケアも大事にしたい。

表3 第1回参加前後の出産・育児に関する印象の変化

(n=11)

分類(記述数)	回答内容の例
怖い気持ちや不安の軽減(7)	出産は怖いと思っていたけど、大丈夫かもと思えるようになった。 陣痛に対して怖いという思いが強かったが、赤ちゃんの力などを知り、軽減された。 お産に不安が大きかったが、不安よりも赤ちゃんにたくさん話しかけてリラックスしようと思ひ、不安が軽くなった。
赤ちゃんと一緒に頑張りたい(2)	お産に向けて、赤ちゃんの力もかりて一緒に頑張りたいと思った。 出産は赤ちゃんとの共同作業という意識。
食生活を見直したい(2)	栄養のとり方を見直すようにしたい。 栄養バランスと調理方法を学べて良かった。

表4 第2回参加前後の出産へのイメージや出産に向かう気持ちの変化 (n=13)

分類 (記述数)	回答内容の例
肯定的な気持ちの芽生え (6)	怖い、痛い、不安という気持ちがたくさんあったけど、今は赤ちゃんが産まれることがすごく楽しみ。 不安な気持ちが和らぎ何とかなると安心感とか自信が持てた。
自分だけではなく家族と一緒に頑張る気持ち (2)	“自分で頑張る”から、“家族みんなで迎える”という感じになった。 夫とお産を一緒に楽しもうと思った。
お産を楽しみたいという思い (2)	やっぱりお産を楽しむことができたならなとさらに強く感じた。
自分でも頑張って産めるといふ思い (1)	自分でもがんばって産めると思えるようになった。
産まれてくるという実感 (1)	「もうすぐ産まれてくる」と改めて実感した。上の子にかまけて意識が薄くなっていたので。
無記入(1)	

表5 支援プログラムの継続を希望する理由 (n=14)

分類 (記述数)	回答内容の例
母親同士の交流ができる (7)	1人であるのはさみしいし、友達や仲間、つながることはとてもママにとって大事な要素だと思う。 なかなか同じ状況の人と会うことがないのでこれはすごく大切。 ママの不安や悩みが少なくなり、気持ちもリフレッシュした。
不安が軽減する (5)	孤独から解放されるから、是非是非あるといい。妊娠するといろいろ不安になるから、話して少しでも楽になるといい。
出産や育児に関するイメージがわく (2)	これから自分がどうなっていくかイメージがわく。相談も気軽にでき、いろんな経験を聴くことができる。 生の声で聴けるのでイメージがしやすいし、意識することができた。

て行動できるだろうと感じた」などが挙げられた。課題に関しては、時間配分や初めて参加した妊婦への配慮などが挙げられた。

2. 『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』の評価

1) 継続参加者からの評価

妊娠期から育児期へと継続することに意義がある支援プログラムであるため、対象は妊娠中に2回以上、産後に1回の計3回以上継続して参加した9名のうち、調査への同意の得られた8名とした。4回継続参加者が5名、3回継続参加者が3名であり、初産婦4名、経産婦4名であった。調査期間は平成22年8月～9月であった。支援プログラムに参加して良かったこと、改善が必要な点の2つの視点から結果を示す。本文中ではカテゴリーは【 】、実際の表現は「 」で表した。

(1) 支援プログラムに参加して良かったこと

支援プログラムに参加して良かったことは【仲間ができたことによる心強さ】【地域助産師と出会えたことによる安心】【身近な地域で支援が受けられる喜び】【出産に向かう気持ちの変化】【家族で話すきっかけ】【疑問を解決できる場】【自分の出産について考える機会】【母乳

育児への動機づけ】の8つに分類された (表6)。

(2) 改善が必要な点

改善が必要な点としては【一人での参加のしづらさ】【いつでも支援が受けられるような仕組みの必要性】の2つが挙げられた。

2) 地域助産師からの評価

対象は支援プログラムに協力した地域助産師6名のうち調査への同意の得られた5名であった。調査は平成22年10月に行った。語られた内容を支援プログラムの効果、支援プログラムの意義、今後の継続方法と課題という3つに分類した。支援プログラムの効果は「参加者が“楽しい”と感じておりセルフケア行動につながりやすい」「教材の工夫をしたことで参加者が惹きつけられていた」「赤ちゃんと一緒に頑張るといふ視点は心の準備につながりやすい」などが挙げられた。支援プログラムの意義は「出産施設に自分の希望を伝えられた人がいたことは妊娠期に関わった意義が大きい」「仲間の力で支え合っている発展的な取り組みである」などが挙げられた。今後の継続方法と課題は「育児中など潜在助産師の力を活かせると良い」などが挙げられた。

表6 支援プログラムに参加して良かったこと

分類(記述数)	語られた内容の例
仲間ができたことによる心強さ (14)	リアルタイムに同じ相談が、悩みが分かり合える人たちがいるのがすごい心強い。 妊娠期から集えるといい。自分だけじゃないというのが心強い。 みんな一緒ってわかって、よし頑張ろう！という気持ちになれた。
地域助産師と出会えたことによる安心 (9)	助産師も沢山いて、ちゃんと答えが返ってくるっていうのがいい。 参加したら助産師さんだから聴けるって思って。なかなか聞ける人って母親くらいしかいないので。だから助かった。
身近な地域で支援が受けられる喜び (7)	地域で妊婦の集える場所があったらいい。プレママのこういう集いとかがもっと地域であるとうざい良いなって思う。 子育て支援センターの場所もすごく良かった。育児ってつながっていくものなので、そういう流れがみえたのが良かった。
出産に向かう気持ちの変化 (7)	お産は母親のみが頑張るという意識が強く、お腹で赤ちゃんが回転して出てくるとか、頭を小さくして産まれてくるとかそういう知識がまったくなかったので、本当に1人だけの重労働だと思っていたが、赤ちゃんの頑張りがあってこそ、母親との二人三脚であった。 紹介された「出産のときに、赤ちゃんと一緒にいれるのは今日が最後、一緒に頑張ろうね、自分だけじゃない」という詩が頭に残っていて、出産当日はそういう気持ちでいたいと思いきなり涙が溢れ出た。お産の考え方や、望む姿勢に励まされた。
家族で話すきっかけ (5)	母には昔と違うこともあるからテキスト(おじいちゃん・おばあちゃん編)を読んでもらった。 夫婦の会話のきっかけにもなる。話を聞いてくれ、それをなんとなく夫が覚えてくれているのも嬉しかった。
疑問を解決できる場 (4)	他の人がどう思っているかをきいて、そうすればいいのかとか、自分の疑問をその場で解決できてきれいに消化できた。 疑問を解消したりとか、じっくり時間をとってみんなで進めていくというのがすごく良かった。
自分の出産について考える機会 (4)	病院と、保育園をかりて開催するのでは空気が違う。聞く時に緊張感がなく、リラックスして、周りの目を気にせずに、聞きたいことを包み隠さずにすぐに聞いた。 参加することでお産のことを考える機会になる。 おなかに赤ちゃんがいて、生まれてくるということに参加するたびに思う事ができた。
母乳育児への動機づけ (3)	1人目に苦労したので母乳に対して不安が強かったが、参加していた助産師さんに話していたのもあって、「大丈夫！大丈夫だ！」っていう安心というか、多分すぐ出るという安心があった。 病院でなるべく自律授乳でしたいと希望を伝えることができた。

3) 保健師・保育士からの評価

A市保健センター保健師2名と子育て支援センター保育士1名に面接調査を行った。調査期間は平成22年11月～12月であった。語られた内容を保健師および保育士による支援プログラムの評価としてまとめた。「助産師だからこそ伝えられることがある」「女性が出産についてじっくり考える機会は他にないので続くとよい」「ゆったりした雰囲気の中で自分の経験を話し、相談できることが良い」「意欲のある人の参加に限られることが課題」などが挙げられた。

IV. 考察

1. 支援プログラムの効果

継続参加者への面接調査の結果において、支援プログラムに参加して良かった点として分類された8つのカテゴリーに含まれる要素から支援プログラムの効果について検討すると【仲間ができたことによる心強さ】【地域

助産師と出会えたことによる安心】【身近な地域で支援が受けられることへの喜び】に表わされるように、支援プログラムが参加者にとって安心できる環境であったと考えられる。そのような環境で行われた支援プログラムは参加者が【自分の出産について考える機会】【疑問を解決できる場】となり、出産・育児を自分のものと自覚し、考える場として捉えられていたといえる。また、【出産に向かう気持ちの変化】【家族で話すきっかけ】【母乳育児への動機づけ】は支援プログラムによってもたらされた、出産に向けての気持ちの変化や自分の思い描く出産・育児に向けての行動であると考えられた。これらの結果より、5つの支援内容を基盤とした支援プログラムは女性の主体性を引き出すことが示唆された。

支援プログラムは、女性の生活の場である地域において、女性が仲間や地域助産師との関係性の中で、自らの出産・育児について考える機会となる点、自分の疑問を解決できる場となる点、様々な価値観にふれることで出

産に向けての気持ちに変化する点、自分の思い描く出産・育児への行動へとつながる可能性がある点において効果的であったと考えられる。

2. 支援プログラムが効果をもたらした要因

参加者が捉えた支援プログラムの効果から得られたカテゴリー間の関係性を示し、さらに支援プログラムが効果をもたらした要因を図式化した(図2)。

参加者が捉えた支援プログラムの効果から考えると、支援プログラムが女性にとって安心できる環境であったことが、自身の出産・育児について自覚し、考える機会となり、出産・育児に向けての気持ちの変化や行動につながったといえる。女性が安心できる環境づくりが、支援プログラムが効果をもたらした要因の一つであると考えられる。

さらに、協力した専門職が捉えた評価から考えると、支援方法に関する評価が得られた。動機づけを促す情報提供や自己効力感を高める働きかけといった支援方法の工夫も女性が出産・育児を自身のものと自覚し、考えることにつながり、女性の主体性を引き出す要因となったと考えられる。

支援プログラムが効果をもたらした要因として挙げられた、女性が安心できる環境づくりと支援方法の工夫の2つの視点について考察する。

1) 女性が安心できる環境づくり

本研究において、参加者にとって安心できる環境とは、仲間の存在、地域助産師の力、身近な地域での妊娠期の支援の3つであると考えられた。

【仲間ができたことによる心強さ】にあるように、参

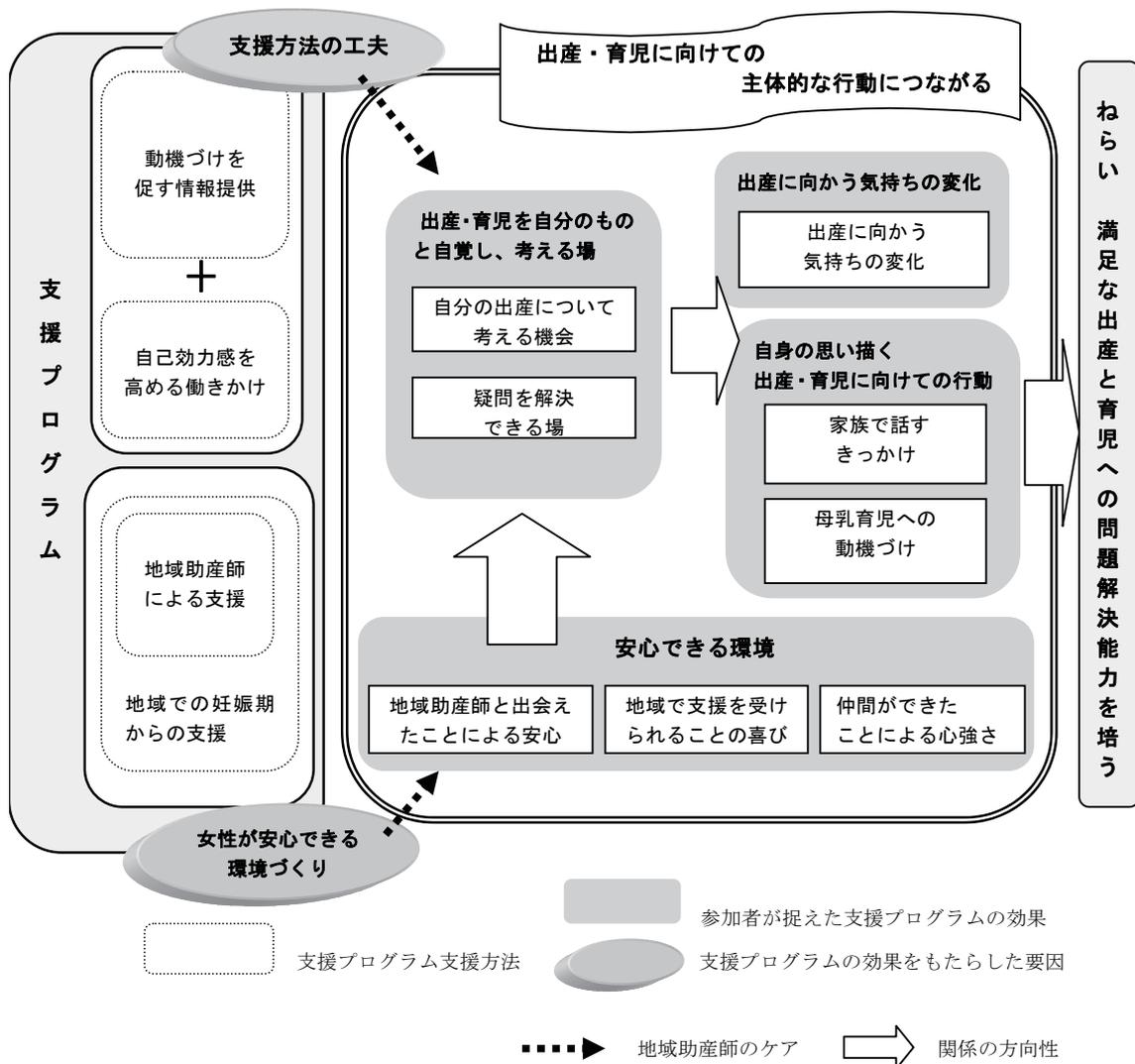


図2 参加者が捉えた支援プログラムの効果と支援プログラムの効果をもたらした要因

加者は仲間との出会いにより、“安心”や“心強さ”“自分も頑張ろうという気持ち”を実感しており、参加者同士の相互作用であるピア・エンパワメントが働いていたと考えられる。仲間づくりを促し、仲間の力を活かすことによって、不安や心配を抱え自分に自信をなくしていた状態が、みんなも同じであるという状況に気づき、自分への自信を取り戻していくことが可能となる。仲間づくりを促すことは、仲間との相互関係のなかで出産・育児に対する自己効力感を高めるという意義があると考えられる。

【地域助産師と出会えたことによる安心】において参加者は、地域助産師に出会えたことによる安心や、妊娠中に地域助産師に不安なことを話せ、何となく大丈夫と思えたなど、地域助産師の支援による効果を感じていた。また、「参加したら、助産師さんだから聴ける」「ちゃんと答えが返ってくる」という参加者の声にあるように女性は地域助産師を妊娠・出産について相談できる身近な存在として感じていたと考えられる。女性の力、赤ちゃんの力を信じている地域助産師であるからこそ、妊娠期から女性が自分の力に気づけるように働きかけ、見守り、認めるといった継続した関わりの中で女性のもつ力を引き出すことができると考えられる。

【身近な地域で支援が受けられることの喜び】にあるように、参加者は“地域に密着した支援”を受けられたことに対する喜びを感じていた。子育て支援センターという場所において、妊娠期から育児期までの継続した支援を受けられたことは、子育てのサポート体制に見通しが立ち、安心できるという意味があったと考えられる。また、地域で身近な仲間ができることは心強い支えとなると考えられる。

生活の中にあるゆったりとした環境の中で出産を控えた女性達が“井戸端会議”のような感覚で気兼ねなく、自由に安心して話ができる場を提供すること、嬉しい気持ちも不安な気持ちも共有できる仲間づくりを支援すること、地域助産師をはじめとした子育てに関わる専門職と出会い妊娠期から育児期まで困った時には頼れる人がいるという安心を感じることで、というような女性が安心できる環境づくりが、女性の主体性を引き出すことにつながるということが明らかになった。

2) 支援方法の工夫

女性の主体性を引き出すことができた要因と考えられる支援方法として、主体的行動への動機づけを促す情報提供と、自己効力感を高める働きかけの2点が挙げられる。

(1) 主体的行動への動機づけを促す情報提供

動機づけを促す情報提供として効果的であった方法として、一つ目には、肯定的なメッセージを伝えて出産・育児への肯定的イメージをもてるように働きかけたことが挙げられる。支援プログラムでは「感情」をエネルギーとして行動は変容していく⁹⁾という考え方に基づき、出産・育児に肯定的なイメージを持てるように情報の伝え方を工夫した。第1回参加前後の出産・育児への印象の変化から抽出された【怖い気持ちや不安の軽減】【赤ちゃんと一緒に頑張りたいという思い】、第2回参加前後の出産に対するイメージや出産に向かう気持ちの変化から抽出された【肯定的な気持ちの芽生え】【お産を楽しみたいという思い】【自分でも頑張っ産めるという思い】から、参加者は出産・育児への肯定的なイメージをもつことができたと考えられる。

二つ目には、身体感覚を活用して赤ちゃんをイメージできるように働きかけたことが挙げられる。自分や他の妊婦の腹部に触れるなど赤ちゃんを“感じる”内容を多く取り入れた結果、参加者はおなかの赤ちゃんをイメージすることができていた。赤ちゃんをイメージすることで考えた具体的内容を分類して得られた4つのカテゴリーには【赤ちゃんの様子具体的なイメージ】【赤ちゃんにママの気持ちや意思が伝わるという認識】という参加者自身の気づきと【赤ちゃんとのコミュニケーションをとりたい】【赤ちゃんのために自分の身体を大事にしたい】という妊娠中の具体的な行動への意欲の2つの要素が含まれた。赤ちゃんを“感じる”という身体感覚を用いて、妊娠している自分や胎児への意識を高めることは、出産に向けての女性の主体的な取り組みを促すための手法として効果的であったと考えられる。

三つ目には、教材、媒体の工夫によって身体づくりなどセルフケア行動を促したことが挙げられる。地域助産師の評価にあるように、視覚に訴える教材は、参加者の興味を惹きつけ、セルフケアを促す上で効果的な方法であったと考える。さらに、教材の工夫に加え、テキスト

を作成して配布した。媒体を活用することは、“やってみよう”という動機づけを高め、女性の行動変容につながるるとともに、継続参加者による評価の【家族で話すきっかけとなった】にあるように、家族への働きかけにもなっていた。

(2) 自己効力感を高める働きかけ

動機づけを促す情報提供に加えて、女性が自分に自信が持てるような働きかけ、つまり、女性の自己効力感を高める働きかけを行ったことが支援方法の特徴である。“赤ちゃんの生まれてくる力”や“女性の産む力”について情報提供に留まらず、新しい命を育む女性をまるごと認める内容も取り入れたことが、女性の自尊感情や出産や育児に対する自己効力感を高め、行動変容につながったと考える。質問紙調査の結果からは、参加前後の出産への印象の変化として【赤ちゃんと一緒に頑張りたいという思い】【自分でも頑張るって産めるという思い】が抽出されており、支援プログラムによって、女性の出産に対する自己効力感が高まっていることが分かる。自己効力感が高いことは育児ストレスや育児不安、産後の抑うつを軽減させるといわれている¹⁰⁾。少子化や核家族化により身近な役割モデルを見る機会や子どもと接した経験がなく、親になるイメージが持ちにくい時代であり、女性が出産や育児に自信がもてるように意図的に関わりをもっていく必要があると考えられる。

先行研究によって明らかとなった女性の主体性を引き出す妊娠期の支援内容の5つと支援プログラムが効果をもたらした要因とを検討すると、主体性を引き出すと考えられる支援内容を具体化して目的とすることに加えて、女性にとって身近な地域の中で地域助産師や仲間の支援を受けられるという、安心できる環境づくりを行うこと、さらには動機づけを促す情報提供と自己効力感を高める働きかけ、といった支援方法の工夫がより効果的に女性の主体性を引き出すことにつながると考えられた。

V. 研究の限界と今後の課題

研究の限界としては、支援プログラムの参加者が自ら参加しようという意思で参加した者であったということ、ローリスクの女性が対象であったことが挙げられる。継続参加者からの評価においても【一人での参加しづらさ】【いつでも支援が受けられるような仕組みの必要

性】が課題として挙げられた。地域の中で孤立しそうな家族への妊娠期からのアウトリーチを取り入れた予防的な支援などさらなる検討が必要である。また、社会のニーズは多様化しており、すべての妊婦に本研究における支援プログラムが活用できるわけではない。今後は、様々な対象のニーズに合った方法の模索が必要であると考える。

VI. まとめ

先行研究で明らかとなった、女性の主体性を引き出す妊娠期の支援内容を基盤に、地域助産師の力を活かした『女性の主体性を引き出す妊娠期の支援プログラム』を作成、実施した。

支援プログラムは、女性が安心できる環境をもたらし、出産・育児を自分のものと自覚して考える場となっていた。また、女性の出産・育児に向けての気持ちの変化や自分の思い描く出産・育児に向けての行動につながり、女性の主体性を引き出すことが示唆された。

先行研究により明らかになった主体性を引き出すと考えられる支援内容を具体化して目的とすることに加えて、女性が安心できる環境づくりと支援方法の工夫を行うことが、より効果的に女性の出産・育児に向けての主体性を引き出すことにつながると考えられた。

謝辞

本研究にご協力いただきました対象者の皆様、地域助産師の方々に深く感謝申し上げます。また、本研究をご指導いただいた諸先生方には心より感謝申し上げます。

本研究は平成22年度岐阜県立看護大学大学院看護学研究科の修士論文の一部に加筆し修正を加えたものである。

文献

- 1) 竹原健二, 野口真貴子, 嶋根卓也, 他: 豊かな出産体験がその後の女性の育児に及ぼす心理的な影響, 日本公衆衛生誌, 56(5); 312-321, 2009.
- 2) 三砂ちづる, 竹原健二: いいお産とはどのような体験か, 助産雑誌, 63(1); 29-31, 2009.
- 3) 松島京: 親になることと妊娠・出産期のケアー地域医療と子育て支援の連携の可能性ー, 立命館産業社会論集, 39(2); 19-32, 2003.

- 4) 厚生労働省：「健やか親子21」, 2010.
- 5) 浦山晶美：心理学的アプローチとして「美德・教育プログラムの方法」(Virtues Approach)を取り入れた「マタニティークラス」の編成とその効果について, 母性衛生, 50(4); 620-627, 2010.
- 6) 清水嘉子, 関水しのぶ, 遠藤俊子, 他：母親の育児幸福感を高めるコースプログラムの実施と評価, 日本助産学会誌, 25(2), 215-224, 2011.
- 7) 木村恭子, 刃根洋子, 鈴木祐子, 他：妊娠期における子育て支援—親役割行動の獲得・育児不安解消に育児サークルを活用して—, 日本ウーマンズヘルス学会誌, 2; 112-115, 2003.
- 8) 武田順子：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, 2012.
- 9) 宗像恒次：行動の動機づけ, 感情と行動の大法則, 第1版; 16-19, 日総研, 2008.
- 10) 川崎佳代子, 小林慎子, 北條恵美子：育児感情・育児行動の実態及び関連する要因, 母性衛生, 41(1); 158-169, 2000.

(受稿日 平成24年 9月20日)

(採用日 平成25年 2月 5日)

Research on the Measure of “Pregnant Women Support Program Which Elicits Initiative of Women” by Community Midwives

Junko Takeda, Ritsuko Hattori

Nursing in Children and Child Rearing Families, Gifu College of Nursing

Abstract

The purpose of this study was, as has been revealed in the previous study, to investigate the effectiveness of the "Pregnant women support program which elicits initiative of women" by leveraging the power of community midwives by practicing the said program making use of the power of community midwives based on supports during pregnancy which elicit initiative of women, as well as to clarify factors that contribute to such effects.

"Pregnant women support program which elicits initiative of women" was proposed based on the five support frameworks as stated below which have been clarified as needed in local communities in order to elicit initiative of women: 1) Help pregnant women embrace positive images toward childbirth and parenting, 2) Help pregnant women image a baby, 3) Help pregnant women prepare childbirth physically, 4) Help pregnant women obtain supports from the family members, 5) Help pregnant women make friends who are in the same situation.

We have practiced the support program along with community midwives working in the city A. Said supports were provided three times during pregnancy, and once after giving birth at the child care support center. Evaluation of the support program was carried out by means of questionnaires at the end of each session as well as by interviewing the pregnant women and professionals who participated in the entire sessions.

We had 8 women who participated in the support program continuously, and their comments about their having participated in the support program were studied. The data was collected by semi-structured interviews, and later analyzed. As a result, the effects of the support program were divided into eight groups, namely, [It served as an opportunity to think about own childbirth], [It changed my attitude towards childbirth], [It served as a place to resolve questions],[It served as an opportunity to discuss with the family], [It motivated me to breastfeed], [It served as a place to make new friends, which gave me strength], [It gave me a chance to get to know community midwives, which made me feel secure], and [It made me aware that we can receive assistance in local community near-by]. Thus, it is suggested that the support program elicits initiative of women.

Further, we studied the services we provided and the way we implemented the program so as to figure out factors that contributed to such effects out of the support program. The result revealed that there were four factors; provision of information which helps motivate the participants to act proactively, implementation of the support program that enhances self-efficacy, initiatives making use of the power of community midwives, and provision of community supports from the period of pregnancy.

Keywords: community midwives, initiative, support expectant mothers in parenting