

〔研究報告〕

妊娠期に行政・医療機関・多胎児サークルが協働して行う多胎児教室の検討

名和 文香 服部 律子 布原 佳奈 武田 順子

Study of the Multifetal Expectant Parent Classes Organized in Cooperation
with the Government, Medical Institutions, and Support Group

Fumika Nawa, Ritsuko Hattori, Kana Nunohara, and Junko Takeda

要旨

本研究の目的は、妊娠中に行う「双子のプレママパパ教室」の評価と、その後の妊娠・育児にどのように活かされたのかを検討することである。対象は、教室に参加した妊婦11名で、妊娠期と育児期の2回調査した。調査内容は、妊娠期は「不安に思ったこと」「身体上のトラブル」、育児期は「育児中に困ったこと」「育児において工夫したこと」、妊娠期・育児期共に「親族の援助で望むこと」「医療・行政サービス、周囲の発言等で良かったこと・役立ったこと、嫌だと感じたこと」「あればいいと思う医療・行政サービス」であった。得られたデータは内容にしたがって分類した。

その結果、多くの妊婦が妊娠初期から「リスクが高いことについての不安」「正常に児が発育するかについての不安」を抱えていた。「妊娠中、医療・行政サービス等で良かったこと」では、多くの妊婦が「双子のプレママパパ教室」への参加を挙げており「妊娠、育児のイメージができた」など様々なメリットを感じていた。育児期では、困った時期は1～3ヶ月が最も多く「同時に泣き出すこと」などが挙げたが、教室で聞いたアドバイスを自分の育児に活かすことができていた。

「親族の援助で望むこと」として、両時期ともほとんどの母親が夫を頼りにしており、[育児の協力][家事の協力]が多かった。「あればいいと思う医療・行政サービス」では両時期とも「経済的支援」が多く、妊娠期では「双子の教室の開催」、育児期では「外出時の支援」などがみられた。

以上より、多胎児サークルメンバーとの交流会を設けた「双子のプレママパパ教室」を地域で妊娠中に行うことは、育児期へのイメージ作りにつながっており、体験談やアドバイスを育児に活用できていた。多胎妊婦と家族が抱える不安や負担を軽減できるよう、行政・医療機関・多胎児サークルが協働し継続的な支援を行う必要がある。

キーワード：双子、多胎児教室、妊娠期、育児期、協働

I. はじめに

不妊治療の普及によって、1991年より多胎出産率は増え続け2005年のピークには出産千に対し11.8であった¹⁾。2008年に日本産科婦人科学会は、移植胚数を原則1個とし胚移植数の制限を発表した。その後、多胎児出産率はやや減少しているが、2010年には9.7で依然としてまだ

高い。岐阜県が多胎児出産は、2010年には9.2で全国平均とほぼ同じであった²⁾。

多胎妊娠は、単胎妊娠に比べ異常の発生率、周産期死亡率も高い³⁾。また、多胎妊婦は妊娠期からの不安が高く、育児期には多胎児の育児の大変さから^{4,5)}、心身共にストレスが高くなる⁶⁾と言われている。さらに、多胎児

を育てる母親の育児不安については、初産婦と経産婦で差がみられ、初産婦の方が育児に対する不安も高く育児に自信が持てない⁷⁾とされている。父親も同様、妻と子どもたちに対し妊娠期から育児期まで様々な不安を抱えている⁸⁾、父親は育児の楽しさを感じていたが反面育児の大変さや戸惑いなど、ネガティブな気持ちを出していた⁹⁾とされている。

このように、多胎妊婦は、妊娠と同時に身体的・精神的負担を一気に抱え妊娠期を過ごしており、妊娠期に生じた問題が育児期へとつながる恐れがある。よって、妊娠期から妊婦のみならず家族を含めたサポートが重要となる。

岐阜県の多胎児支援は、ぎふ多胎ネットの発足（2006年）により活発になった¹⁰⁾。本学は、2002年より共同研究事業として多胎児支援に取り組んでおり、2005年には行政と病院、多胎児サークルが連携して「双子のプレママパパ教室」を開催し取り組みを進めてきた。多胎妊婦とその家族を対象とした教室は、岐阜県ではまだ実施されていなかった。2009年には「双子のプレママパパ教室」に参加した妊婦と家族を対象に質問紙調査を行い、教室のあり方について検討した¹¹⁾。その結果、参加者の満足度は高く、多くの参加者が、多胎妊娠や育児に対する疑問や不安について解消されたと回答していた。評価は概ね好評であり継続していくことが望まれた。この取り組みは評価され、現在、事業化されている¹²⁾。その後、他市においても、多胎児支援の重要性が話し合われ、多胎妊婦を対象とした教室が事業化されるなど行政の支援が広まってきている。

今回、妊娠中に行った「双子のプレママパパ教室」に参加した多胎妊婦に対し、妊娠期と育児期に調査を行い、「双子のプレママパパ教室」の評価と、その後の妊娠・育児にどのように活かされたのかを検討したので報告する。

II. 方法

1. 「双子のプレママパパ教室」の紹介

「双子のプレママパパ教室」を開催した地域は、A保健所が管轄する5市からなり、その中のB市保健センターが主体となって、他市の保健センター、周産期母子医療センター及び多胎児サークルと協働し教室を開催した。対

象者への案内方法は、各市での母子手帳配布時や病院での妊婦健診時に個別に行った。

趣旨は、多胎妊婦と家族が妊娠中から正しい情報を得て分娩や育児をイメージできる、妊婦と家族同士が情報交換や交流を図り、ストレス軽減に努めることができる等である。

開催時期は6月と12月の年2回であり、開催曜日は土曜日または日曜日で、時間は午後の約1時間半～2時間であった。開催場所はB市保健センターで、スタッフは保健師3～5名、助産師1～2名、多胎児サークルメンバー4～5名、本学教員2～3名であった。参加者は夫婦（2～4組/回）での参加が多く、妊婦（1～2名/回）のみの参加もあった。進行は保健師が中心となり、行政サービスの紹介や相談に対応した。プログラムは、妊娠中の過ごし方や分娩と入院生活（40分：助産師と本学教員）、体験談や多胎児サークルの紹介（20分：多胎児サークルメンバー）、交流会（30分～1時間）であり、助産師による専門的知識の提供や当事者からの体験談を聞く機会を設けた。教材は本学が作成した双子用の冊子を使用した。

また、協力者の多胎児サークルは、多胎児の育児をしている約55家族（2009年）の会員で構成されている。

2. 調査対象および調査方法

2006年12月～2009年6月（開催回数：6回）に、「双子のプレママパパ教室」に参加した妊婦に対し研究の参加を依頼した。調査は、妊娠期と育児期の2回であり、妊娠期の調査では、教室終了直後に質問紙の送付及び面接調査の依頼を行った。育児期の調査では、産後3ヶ月頃に質問紙の送付及び面接調査の依頼を行った。回答方法は、調査依頼の際、郵送による質問紙調査または家庭訪問による面接調査のいずれかを対象者に選択してもらった。

3. 調査内容

妊娠期の調査項目（遡及的）は「妊娠中に不安に思ったこと及び時期」「妊娠中に起きた身体上のトラブル及び時期」、育児期の調査項目は「育児中に困ったこと」「育児において工夫したこと」、妊娠期・育児期共に、「親族の援助で望むこと」「医療・行政サービス、周囲の発言等で良かったこと・役立ったこと」「医療・行政サービス、周囲の発言等で嫌だと感じたこと」「あればいいと思う医療・行政サービス」であった。

回答方法は、2項選択法、自由記述法を用いた。面接時の回答は、質問者が項目に沿って質問し回答してもらった。得られた内容は質問者が項目毎にポイントを抜き出して記載したものを使用した。質問紙の自由記述での回答は、意味内容に沿って文のまとまりとして抜き出したものを使用した。

分析方法は、選択法の回答は単純集計を行い、面接及び自由記述で得られた内容は、内容に従って一意味データとし分類した。分析過程において研究者間で検討を行いスーパーバイズを受けながら妥当性の確保に努めた。本文中における大分類は【 】, 小分類および分類は[], 内容例は『 』で示した。

調査期間は、2006年12月～2010年7月であった。

4. 倫理的配慮

研究への協力は、自由意思であること、個人が特定されないようにまとめ報告することについて、文書を用い説明し同意書の提出により同意の有無を確認した。本研究は、岐阜県立看護大学研究倫理審査部会の承認を受けた（承認番号1903、2007年5月）。

Ⅲ. 結果

1. 対象の概要

「双子のプレママパパ教室」の参加人数は、1回目：妊婦2名、2回目：妊婦2名と夫2名、3回目：妊婦3名と夫2名、4回目：妊婦4名と夫3名、5回目：妊婦2名と夫2名、6回目：妊婦4名と夫4名で、計13組が夫婦での参加であった。17名の妊婦全員が同意したが、「双子のプレママパパ教室」で得られた情報が、どのように活かされたかを検討するため、両時期共に回答が得られた11名を対象とした。対象者が選択した回答方法および有効回答数は表1の通りである。

家族構成は核家族が10名、分娩回数は初産婦7名、経産婦4名、里帰り分娩は6名で産後の手伝いは全員がありと回答していた（表2）。

表1 対象者が選択した回答方法及び有効回答数

回答方法	妊娠期(人数)		育児期(人数)	
	選択した回答方法	有効回答数 [育児期も回答した妊婦の人数]	選択した回答方法	有効回答数
質問紙	14	12[8]	12	9
面接	3	3[3]	3	2
計	17	15[11]	15	11

表2 対象の概要 (n=11)

項目	内容
年齢	31.3±4.0歳
家族構成	核家族 10名 拡大家族 1名
分娩回数	初産婦 7名 経産婦 4名
分娩週数	36.3±1.1週
分娩様式	経膈分娩 2名 帝王切開術 9名
出生体重	第1子 2241.5±340.1g 第2子 2249.2±346.6g
里帰り分娩の有無と期間	あり 6名 産前1～4ヶ月・産後2～4ヶ月 なし 5名
産後の手伝いの有無と続柄	あり 11名 実母 7名 義母 1名 実子 1名 無回答 2名
回答時期	妊娠期 26.9±4.5週 20～25週(5名) 26～30週(3名) 31～35週(3名)
	育児期 5.7±2.3ヶ月 2～4ヶ月(4名) 5～7ヶ月(4名) 8～10ヶ月(3名)

2. 妊娠期の調査

1) 妊娠中に不安に思ったこと及び時期

不安に思った時期は、妊娠初期に7名が7件、妊娠期全期を通して6名が8件の記述をしていた。分類別記述数は[リスクが高いことについての不安](5件)、[正常に児が発育するかについての不安](5件)、[自分の身体についての不安](2件)、[育児についての不安](3件)であった(表3)。

2) 妊娠中に起きた身体上のトラブル及び時期

10名がありと回答した。妊娠初期が多く腹部緊満、出血などの切迫流産の症状や、つわり、腰痛などのマイナートラブルが挙げられた。

3) 妊娠中、親族の援助で望むこと

妊婦が望む援助者の内訳は、夫9名、実父母8名、義父母4名、実子1名、親族全員1名であり、記述数は[育児の協力](16件)、[家事の協力](9件)、[心の支え](2件)、[外出時の付き添い](2件)、[入院中の援助](2件)であった(表4)。

4) 妊娠中、医療・行政サービス、周囲の発言等で良かったこと・役立ったこと

良かったこと・役立ったことの自由記述については10名から回答があり、項目は4つに分類し大分類とした。

表3 妊娠中に不安に思ったこと及び時期

(n=11) 複数回答

時期(人数)	分類(記述数)	内容例
妊娠初期 (7)	リスクが高いことについての不安 (3)	・流産のリスクが高いと聞いたため、安定するまで不安 ・病院で、単胎妊娠よりリスクが高いことを説明され、多胎についてネットや本を買い調べた
	正常に児が発育するかについての不安 (2)	・無事に二人とも育ってってくれるか不安 ・今はやめたが、たばこを吸っていたことが影響しないか
	自分の身体についての不安 (2)	・出血が続いたため、流産するのではないかと心配 ・つわりがひどく、いつまで続くのか
妊娠期全期 (6)	リスクが高いことについての不安 (2)	・早産の危険性が高いと言われた ・トラブルがあった際の搬送の可能性について
	正常に児が発育するかについての不安 (3)	・障害をもっていたらどうしよう ・出血したとき、このままダメになったらどうしよう、早く産まれたりしないか ・二人とも元気に生まれてきてくれるのか
	育児についての不安 (3)	・授乳がどうなるか不安、想像がつかない ・生まれてから、育児を昼間一人でやっていけるのか ・育児にかかる費用がどれくらい必要なのか

表4 妊娠中、親族の援助で望むこと

(n=11) 複数回答

援助者(人数)	分類(記述数)	内容例
夫 (9)	育児の協力 (8)	・育児全般の協力をしてほしい ・自分の親ではなく、夫と子育てを協力していきたい ・おむつ、ミルク、お風呂の手伝いをしてほしい ・上の子の面倒を見てほしい
	家事の協力 (4)	・少し家事をしてほしい ・休日の家事をしてほしい
	心の支え (1)	・心の支えになってほしい
	外出時の付き添い (1)	・出かける時、手伝ってほしい
実父母 (8)	育児の協力 (3)	・双子の面倒を見てほしい ・子どもの入浴や、遊びなどをやってほしい ・上の子どもの園への送迎をしてほしい
	家事の協力 (4)	・買い物をしてほしい ・里帰り中の家事をしてほしい
	入院中の援助 (2)	・管理入院中の世話をしてほしい ・面会にきてほしい
義父母 (4)	育児の協力 (4)	・仕事を続けるので、育児の協力をお願いしたい ・沐浴などを手伝ってほしい
	家事の協力 (1)	・買い物をしてほしい
	外出時の付き添い (1)	・健診に付き添ってほしい
実子 (1)	育児の協力 (1)	・沐浴後の着替えを手伝ってほしい
親族全員 (1)	心の支え (1)	・普段通りで良いが気を遣ってほしい

【双子のプレママパパ教室の参加】は全員が回答していた。大分類の記述数は【双子のプレママパパ教室の参加】(14件)、【近隣者からの支援や発言】(7件)、【居住する自治体が行うパパママ教室の参加】(3件)、【病院スタッフの対応】(2件)であった。【双子のプレママパパ教室の参加】の小分類は5つで、記述数は「体験談を聞くことができた」(6件)、[気持ちが悪くなった] (3件)、[妊娠、育児のイメージができた] (2件)、[多胎妊婦と知り合うことができた] (2件)、[配布された冊子が役

立った] (1件)であった。【近隣者からの支援や発言】の小分類は3つで[友人からの声かけなど] (5件)、[職場での声かけ] (1件)、[近所での声かけ] (1件)であった(表5)。

5) 妊娠中、医療・行政サービス、周囲の発言等で嫌だと感じたこと

4名がありと回答した。周囲の発言では、不妊治療についての質問などが挙がった。行政の対応では『市に問い合わせたら情報がなくわからないと言われた』、病院

表5 妊娠中、医療・行政サービス等で良かったこと・役立ったこと

(n=10)

大分類(記述数)	小分類(記述数)	内容例
双子のプレママパパ教室の参加 (14)	体験談を聞くことができた (6)	・サークルのママ達から色々と生の声が聞けたこと ・実際に出産されて育児をされているご夫婦のお話を聞けたことが役に立った ・周りに双子の人がいないので、経験のある人の話が聞けて良かった ・サークルの紹介をしてもらった
	気持ちが楽になった (3)	・気持ち的に参加することで楽になれます ・気持ちが楽になった ・サークルの方からの言葉が良かった
	妊娠、育児のイメージができた (2)	・妊娠、育児のイメージがわいた ・寝かしつける時にバウンサーを使ったり、いつ頃ベビーカーを買えばよいかイメージできた
	多胎妊婦と知り合うことができた (2)	・同じように双子を妊娠している方と知り合うことができて良かった ・多胎妊婦と知り合えた
	配布された冊子が役立った (1)	・双子専用の冊子もらった
近隣者からの支援や発言 (7)	友人からの声かけなど (5)	・友人が気にかけてくれる ・「ラッキーね」と言われた ・本をプレゼントしてくれた ・友達が気にかけてくれる ・ベビー用品のおさがりをもらった
	職場での声かけ (1)	・会社の先輩に「子どもが沢山いると、将来行くところがたくさんあって頼もしいよ」と言われた
	近所での声かけ (1)	・近所の人に「いつでも言ってね」と言われた
居住する自治体が行うパパママ教室の参加 (3)	教室での妊娠・育児の話 (2)	・人形を使って沐浴を見せてくれわかりやすかった ・妊娠中の料理についての話を聞くことができた
	教室での多胎妊婦の紹介 (1)	・保健師に多胎妊婦を紹介してもらった
病院スタッフの対応 (2)		・通院中の病院は、ほとんどが助産師なので、色々と話をよく聞いてくれる ・気軽に話を聞いてくれ、アドバイスをしてくれた

の対応として『診察時間が短く聞きにくい』などがあつた。

6) 妊娠中、あればいいと思う医療・行政サービス

10名から自由記述の回答があり、項目は5つに分類された。分類別記述数及び内容は「経済的支援」(5件)では『健診費の無料化』、[双子の教室の開催] (2件)では『双子の教室の開催回数を増やす』、[双子に関する情報の提供] (2件)では『多胎児教室開催などの情報を得る機会の提供』、[環境の整備] (2件)では『出かけやすい街作り』、[医療施設の充実] (1件)では『多胎妊娠を管理する病院の増加』などであった(表6)。

3. 育児期の調査

1) 育児中に困ったこと

全員があつたと回答した。時期別にみると、1～3ヶ月が8名、4～7ヶ月が4名、出生～継続中が2名であった。1～3ヶ月の分類別記述数は「同時に泣きだすこと」(5件)、[人手不足] (1件)、[外出時の大変さ] (1件)、[授乳が上手いかないこと] (1件)であった(表7)。

2) 育児において工夫したこと

8名が工夫したと回答した。分類別記述数及び内容は「同時授乳を行う」(5件)では『教室で聞いた同時授乳を参考にした』、[育児方法を工夫する] (4件)では『便

表6 妊娠中、あればいいと思う医療・行政サービス

(n=10)

分類(記述数)	内容例
経済的支援 (5)	・健診費の無料化 ・健診の助成回数を増やす ・チャイルドシートの無料貸出し ・医療費助成制度の延長
双子の教室の開催 (2)	・双子の教室の開催回数を増やす ・双子用のマタニティヨガ等の教室の開催
双子に関する情報の提供 (2)	・多胎児教室開催などの情報を得る機会の提供 ・双子のサークルの紹介や参加について
環境の整備 (2)	・出かけやすい街作り ・制度をうまく活用できる職場
医療施設の充実 (1)	・多胎妊娠を管理する病院の増加 ・聞きたいことを聞くことのできる時間を作ってほしい

利グッズのフル活用』、[時間の確保に努める] (1件) では『なるべく自分が休めるよう時間を作っている』、[家事を工夫する] (1件) では『家事に時間が割けないため、食事は生協を利用している』、[心がけをする] (1件) では『パパ大好き子になるように声かけをしている』であった (表8)。

3) 育児中、親族の援助で望むこと

母親が望む援助者の内訳は、夫9名、義父母6名、実父母4名、親族全員1名であり、分類別記述数及び内容は[育児の協力] (15件)、[家事の協力] (4件)、[外出時の付き添い] (2件) では『予防接種や健診時、買い物に行く時などついてきてほしい』、[生活費の考慮] (2件) では『双子の場合、普通以上にお金がかかるので生活費を考えてほしい』、[見守り] (1件) であった (表9)。

4) 育児中、医療施設・行政サービス、周囲の発言等で、良かったこと・役立ったこと

良かったこと・役立ったことの自由記述については10名から回答があり、項目は4つに分類し大分類とした。大分類の記述数は【行政の支援】(9件)、【近隣者からの支援や発言】(5件)、【多胎児サークルメンバーからのアドバイス】(3件)、【病院スタッフの対応】(3件) であった。小分類および記述数は【行政の支援】では[保健師による指導など] (3件) など、【近隣者からの支援や発言】では[友人からの支援や声かけ] (3件) などであった (表10)。

5) 育児中、医療・行政サービス、周囲の発言等で嫌だと感じたこと

5名がありと回答した。外出時の大変さとして『保健センターで行われた教室や予防接種の際、手伝いがなく

表7 育児中に困ったこと

(n=11) 複数回答

時期(人数)	分類(記述数)	内容例
1～3ヶ月 (8)	同時に泣き出すこと (5)	・一人で見ている時、二人同時に泣き出したときは困る ・二人が一緒に大泣きをして、抱いても泣き止まなかったり、夜、別々に泣いて寝なかったときは困った
	人手不足 (1)	・赤ちゃんが小さいと特に大変で、普通と違うので人手が足りない
	外出時の大変さ (1)	・予防接種は一人ではいけない為、夫に休みを取ってもらった
	授乳が上手く行かないこと (1)	・おっぱいを嫌がったり、上手に飲めなかった。トラブルもあり泣きました
4～7ヶ月 (4)	外出時の大変さ (2)	・予防接種の時、近所の方と一緒にいってほしい、やっと思うことができた ・一人で二人を病院へ連れて行った時に困った
	人手不足 (2)	・まだまだ人手不足で寝る暇がない、疲れる ・一人しかいないので目が離せない
出生～継続中 (2)	外出時の大変さ (2)	・気軽に外出できない ・外出時、人手がないので不便
	人手不足 (1)	・お風呂を1人で三人入れるのは大変
	同時に泣き出すこと (1)	・一人でいるときに二人同時に泣かれると困る
未記入 (1)	同時に泣き出すこと (1)	・二人一緒にぐずり、自分しかいない時は一人を泣かせればなしでかわいそうだった

表8 育児において工夫したこと

(n=8)

分類(記述数)	内容例
同時授乳を行う (5)	・教室で聞いた同時授乳を参考にした・二人同時に授乳したい時、哺乳瓶を立てかけて哺乳瓶を持ちながら授乳をした ・一人が泣いて起きた時、もう一人も起こして授乳する ・一人を授乳枕に寝かせてタオルなどで哺乳瓶を支え、もう一人におっぱいをあげる
育児方法を工夫する (4)	・便利グッズ(バウンサー、プレイジム等)のフル活用 ・着替えや育児用品をできるだけたくさんもらった ・昼と夜の部屋を変え、時間で区別をつけ、夜は暗く静かに ・授乳は添い寝をメインにしている
時間の確保に努める (1)	・なるべく自分が休めるよう時間を作っている
家事を工夫する (1)	・家事に時間が割けないため、食事は生協を利用している
心がけをする (1)	・「パパ大好き子」になるように声かけをしている

大変だった』や、児との面会時の対応として『面会時間に遅れた際、明日から早く来てと言われた』などが挙げられた。

6) 育児中、あればいいと思う医療・行政サービス
6名から自由記述の回答があり、項目は5つに分類された。分類別記述数及び内容は「経済的支援」(4件)では『保育料の負担を減らしてほしい』、「地域での支援」(4

件)では『新生児から乗れるベビーカーをスーパーに設置してほしい』、「外出時の支援」(3件)では『予防接種時の手伝い』、「家庭訪問の充実」(2件)では『育児相談の定期的訪問』、「医療施設の整備」(1件)では『病院スタッフの人手不足の解消』であった(表11)。

表9 育児中、親族の援助で望むこと

(n=11) 複数回答

援助者(人数)	分類(記述数)	内容例
夫 (9)	育児の協力 (6)	・育児全般の手を貸してほしい ・休日の子どもの世話をしてほしい ・一人では無理なことが多いので協力してほしい ・子どもの世話を任せて外出させてほしい
	家事の協力 (2)	・家事を協力してほしい
	外出時の付き添い (1)	・予防接種や健診時、買い物に行く時など、ついてきてほしい
	生活費の考慮 (1)	・双子の場合、普通以上にお金がかかるので、生活費を考えてほしい
義父母 (6)	育児の協力 (4)	・育児全般を手伝ってほしい ・一人では無理なので協力してほしい ・大変な時、疲れた時に手助けしてほしい
	生活費の考慮 (1)	・生活費を考えてほしい
	見守り (1)	・温かく見守ってほしい、口出しをやめてほしい
実父母 (4)	育児の協力 (4)	・上の子の登園時の世話をしてほしい ・たまに、双子や上の子を預かってほしい ・子どものお風呂を手伝ってほしい ・出かける際、子どもを見ていてほしい
	家事の協力 (1)	・時々、掃除などしてほしい
	外出時の付き添い (1)	・予防接種や健診時など、付き添ってほしい
親族全員 (1)	育児の協力 (1)	・とにかく、手を貸してほしい
	家事の協力 (1)	

表10 育児中、医療施設・行政サービス等で、良かったこと・役立ったこと

(n=10)

大分類(記述数)	小分類(記述数)	内容例
行政の支援 (9)	保健師による指導など (3)	・予防接種の指導をしてもらった ・市から保健師さんが来てくれて、赤ちゃんの体重を測ったり、いろいろ話をしてくれた
	施設や制度の利用 (2)	・上の子を託児所に預けることができた ・単胎に比べ、+10日以上ヘルパーを派遣してくれた
	経済的支援 (2)	・小学校6年生まで医療費が免除になる(当時) ・ヘルパーに、低価格で週1~2回、1~2時間でも手伝ってもらおうと助かった
	母親同士の仲介 (1)	・健診時、双子のお母さんがいたので、連絡先を聞きたいと思っていたら、間に入って話しかけてくれた
	情報提供 (1)	・サークルの紹介など、市から双子の情報がある場合、パンフレットが送られてきた
近隣者からの支援や発言 (5)	友人からの支援や声かけ (3)	・友達も双子を産んでいるため、些細なことでも聞いたり相談でき心強く、先が見え、不安にならない ・お揃いの服もお下がりでくれるので助かる ・精神的にまいっていた時、友人が会いに来てくれた
	外出時の声かけ (2)	・外に出た時、声をかけてもらえる ・お店などで、「頑張ってるね」と双子の方や、おじいちゃんおばあちゃんに言われたこと
多胎児サークルメンバーからのアドバイス (3)		・サークルの座談会での先輩お母さんの言葉で、私にもできると思わせてくれる ・「自分を大切に」という助言がもらえ、体調を気遣うことができた
病院スタッフの対応 (3)		・困った時、NICUスタッフが電話で対応してくれる ・大丈夫かなと思うとすぐに病院に行くことができる

表11 育児中、あればいいと思う医療施設・行政サービス (n=6)

分類(記述数)	内容例
経済的支援 (4)	<ul style="list-style-type: none"> ・保育料の負担を減らしてほしい ・妊婦健診費の助成 ・子どもの医療費免除をもっと長く ・ヘルパーや交通費等、色々申請できるようにすると良い
地域での支援 (4)	<ul style="list-style-type: none"> ・乳児健診を増やしてほしい ・新生児から乗れるベビーカーをスーパーに設置してほしい ・保育園に預ける際の柔軟な対応
外出時の支援 (3)	<ul style="list-style-type: none"> ・予防接種時の手伝い ・保育園等などで行われるサークルへ参加する際、援助してほしい
家庭訪問の充実 (2)	<ul style="list-style-type: none"> ・育児相談の定期的訪問 ・もっとつらい時期に来てほしい
医療施設の整備 (1)	<ul style="list-style-type: none"> ・病院スタッフの人手不足の解消

IV. 考察

1. 妊娠中に行う「双子のプレママパパ教室」の検討

妊娠・分娩に関する説明は、助産師と教員が行っている。「双子のプレママパパ教室」に関する2009年の調査では、専門職から直接説明を受けることや質問ができるという点で評価が高かった¹³⁾。妊娠中、10名が身体上のトラブルを抱えており、不安に思ったことでは、妊娠初期に不安が集中していた。妊娠早期に不安を少しでも軽減できるよう、正しい知識と予防策、異常時の対応などを知ることは妊婦にとって心強いものであるといえる。

10名の妊婦が「双子のプレママパパ教室」の参加が役立ったと答えており、体験談を聞くことによって気持ちが楽になり、妊娠・育児のイメージができた等、様々なメリットを感じていた。ピアサポート支援の研究では、妊娠・出産から育児にかけての情報を実際の経験者から得ることで、より確かな将来の見通しを持つことができ悩みを相談できたことで不安な気持ちが軽減していた¹⁴⁾、また、看護者の支援の研究では、母親が出産施設で欲しかった情報・保健指導の内容は双子の育児方法に関する具体的なものであり、経験者からの助言を求めている¹⁵⁾とある。当事者である多胎児サークルメンバーから、妊娠中に体験談を聞くことは育児のイメージ作りにつながっていた。

妊娠中の集いや教室については、双子を対象とした教室が望まれていた。また、現行の1年に2回の開催では参

加ができない場合も考えられるため、回数についても検討することが必要である。

育児中に困ったことがあったと全員が回答しており、8名が育児の工夫をしたと回答していた。困った時期は1～3ヶ月に集中しており、この時期の支援が特に重要であることがわかった。困った内容や育児の工夫については、当事者から体験談として聞いた内容やアドバイスが多くみられ、妊娠中に体験談やアドバイスを聞くことで、育児の様子をイメージし活かすことができていたと考えられる。

育児中の医療施設・行政サービスで役立ったこととして、多胎児サークルメンバーからのアドバイスが挙げられているが、育児期に多胎児サークルへ参加することを躊躇する母親も多く、妊娠中からの情報提供と参加を促すことが、育児のストレス軽減や孤立を防ぐことに役立つと考える。

さらに、「双子のプレママパパ教室」を地域で開催することにより、専門職同士が同じ課題に向き合い協働できたこと、そして、参加者と地域の保健師の面識ができ、専門職が協働したサービスを受けることができたというメリットにつながったと考えられる。

2. 妊娠期～育児期の家族への支援

親族に望む援助では、両時期において多くの母親が夫を頼りにしており、育児の協力や家事の協力が多かった。育児中に困ったことでは人手不足や外出時の大変さが挙げられている。母親の精神的健康度を調査した研究では、双子の母親は単胎児の母親に比べて有意に健康状態が悪く、特に育児期では母親の心身の負担を軽減するような援助が必要である¹⁶⁾とあり、単胎に比べると多くの人手が必要であり、育児や家事に追われるばかりか、目が離せない状況にあることもストレスとなっている。母親一人だけでは負担が大きいため、育児や家事を実際に行う親族の支援が必要である。

また、父親の家事育児行動は、双子の父親の方が全般的に家事育児に協力的であった¹⁷⁾、多胎児をもつ父親は、自分の生活の改革を迫られる家事・育児の分担が変化していた¹⁸⁾とあるように、双子をもつ父親は妻をサポートし積極的に育児を行う傾向がある。「双子のプレママパパ教室」には毎回多くの父親が参加しており、育児に対する関心も非常に高い。妊婦と同様、家族も妊娠中から

育児をイメージすることによって、サポートすべき内容を把握し実際に即した家事・育児行動が行えると考える。よって、家族の参加の促しも必要である。

また、実父母や義父母に対する要望も育児の協力が多。産後の手伝いについては、全員があると回答しており、育児が始まってすぐの期間は協力が得られるが、その後の育児は主に夫が支えなければならない。母親にとって、実父母や義父母の支援がある期間は育児に慣れる時期でもあるが、どの程度の支援が必要なのか前もって話しあう必要がある。その際、「双子のプレママパパ教室」の参加や行政からの情報提供が有効になる。

3. 行政・医療機関における継続的な支援の必要性

あればいいと思う医療・行政サービスでは、両時期共に経済的支援が最も多く、妊娠・育児にかかる費用の負担軽減を望んでいた。様々な育児支援への取り組みは急速に進んでいるが、ハイリスク妊娠や2倍かかる育児費用負担への対応は不十分であり急務である。

行政に望む支援として、外出しやすい環境作りが挙げられた。乳幼児健診時の希望として、圧倒的に人的サポートがほしいが多かった¹⁹⁾とあり、外出時、一人で双子を見るのは大変なため二人を連れての外出ができず引きこもる傾向にあり、ストレスや孤立につながる恐れがある。家族の付き添いのみならず、外出時に困らない環境や支援に取り組む必要がある。

医療機関に望む支援として、質問できる時間の確保やスタッフの人手不足の解消など、母親に寄り添う環境や時間を求めている。医療機関では、多胎妊娠のリスクや対応について説明しているが、内容の理解についてのフォローや寄り添う時間を確保する必要がある。医療者は、多胎の母親同士や病院と地域をつなぐ「橋渡し」的な役割がある²⁰⁾とあるように、医療機関と行政、多胎児サークルが担う役割を妊婦が活用できるよう、妊婦には「双子のプレママパパ教室」の紹介や多胎児サークルの情報提供を行ったり、行政と協働しハイリスク事例のフォローを行うなどの調整が必要である。

V. まとめ

妊娠中に行う「双子のプレママパパ教室」について検討した結果、専門家による知識の提供及び当事者との交流会を設けることが、多胎妊娠や育児のイメージ作りに

つながっていた。また、家族にとっても参加することで、妊娠中から育児のイメージをすることができサポートすべき内容を把握できる効果が期待できる。

「双子のプレママパパ教室」は多胎児支援の一部である。妊娠期からの途切れのない継続した行政・医療機関、多胎児サークルによる支援が求められるため、今後さらなる協働体制を検討していきたい。

謝辞

本研究にご協力いただいたお母様方にお礼申し上げます。双子のプレママパパ教室の開催にあたりご協力いただきました岐阜県立多治見病院、多治見市保健センター、東濃保健所、多胎児サークルみど・ふあどの皆様に深く感謝申し上げます。

本研究は、2006～2009年に共同研究事業として実施したものである。また、本研究の一部は第50回日本母性衛生学会にて発表した。

文献

- 1) 財団法人母子衛生研究会：単産-複産(複産の種類)にみた年次別分娩件数及び割合(平成7年～平成22年)、母子保健の主な統計、母子保健事業団；58, 2011.
- 2) 前掲1) 57.
- 3) 佐藤郁夫：双胎妊娠・分娩管理マニュアル、産婦人科の実践別冊；31-33, 金原出版株式会社, 2005.
- 4) 服部律子：乳児期の双子を持つ母親に関する分析と考察、ペリネイタルケア, 21(8)；78-84, 2002.
- 5) 藤原由美子, 藤原由美, 須山由梨子：多胎児をもつ母親の育児に関する産前・産後の悩み事, 日本看護学会論文集母性看護, 35；137-139, 2004.
- 6) 尾前沙織, 谷尚子, 安代晋吾, 他：双生児を育てる母親の生活実態の検討, 藍野学院紀要, 19；59-66, 2006.
- 7) 服部律子：双子の母親の育児不安に影響する要因—不妊治療と育児の実態—, 母性衛生, 48(1)；38-46, 2007.
- 8) 富安俊子, 山下早苗, 吉留厚子, 他：多胎児を持つ父親の体験, 周産期医学, 37(11)；1475-1479, 2007.
- 9) 渡邊佳子, 島田友子：双子をもつ父親の気持ちと育児の現状、求める支援, 日本助産学会誌, 25(1)；57-66, 2011.
- 10) 多胎育児サポートネットワーク：多胎育児支援地域ネットワーク構築事業報告書, 独立行政法人福祉医療機構；2007.

- 11) 名和文香, 服部律子, 布原佳奈, 他: 妊娠期から地域・病院・多胎児サークルが協働して行う多胎児支援, 岐阜県立看護大学紀要, 9(2); 35-42, 2009.
- 12) 前掲11) .
- 13) 前掲11) .
- 14) 大高恵美: ピアサポート支援を受けた多胎児の母親の思い, 秋田県母性衛生学会雑誌, 24; 23-27, 2010.
- 15) 大塚沙織, 浅見恵梨子: 双生児の母親に対する医療機関の看護者の支援に関する研究, 奈良県母性衛生学会雑誌, 22; 33-34, 2009.
- 16) 服部律子: 双子の母親の精神健康度に関与する要因の分析, 母性衛生, 48(1); 142-151, 2007.
- 17) 前掲16) .
- 18) 前掲8) .
- 19) 大木秀一, 志村恵: 乳幼児健診に対する多胎児の母親の意識調査, 北陸公衆衛生学会誌, 36(1); 25-31, 2009.
- 20) 前掲15) .

(受稿日 平成24年 9月20日)

(採用日 平成25年 2月 5日)

Study of the Multifetal Expectant Parent Classes Organized in Cooperation with the Government, Medical Institutions, and Support Group

Fumika Nawa, Ritsuko Hattori, Kana Nunohara, and Junko Takeda

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

Abstract

The purpose of this study is to reveal how the “Twin expectant mama and dad class” was utilized to the subsequent period of pregnancy and child rearing. We had 11 pregnant women as subjects who participated in the parent class. The subjects were investigated longitudinally during the stage of pregnancy and child-rearing. We have investigated on [what their concerns are], and [what physical troubles they faced] during pregnancy, and [what caused them trouble] and [what ideas they have employed] during child-rearing period, and [what support they expect from relatives], [what was found good, useful or hateful in medical/government services provided or remarks received from people around], [what medical/government services are wished for] and others during both pregnancy and child rearing period.

As a result, many pregnant women were found having anxiety from their early pregnancy about [high-risk pregnancy] and [growth of the fetuses]. As for advantages of medical/government services during pregnancy, many pregnant women cited various merits gained by participating in the “Twin expectant mama and dad class”, for example, [It made me picture images of pregnancy and child-rearing], and others. Meanwhile, the most difficult period during child-rearing is between 1-3 months for most mothers for reasons which includes [The babies starts crying at the same time] and others, but they were able to make use of advices provided during the parents class into their child-rearing.

With regard to “What assistance they expect from relatives”, most mothers rely on their husbands in terms of [Involvement of childcare] and [Involvement of housework] in both stages. As for medical/government services they wish for, many mothers wish for [Financial support] in both stages, and [Holding twin expectant parent classes] during pregnancy, and [Assistance during outing] and others in the stage of child-rearing.

From the feedback as above, it was found that “Twin expectant mama and dad class” in which the exchange meeting with a circle member were carried out for expectant mothers has led to the creation of images of child rearing, and the participants made use of experiences of others and advice to their child rearing. In order to help multifetal expectant mothers and their families reduce anxiety and burden, it is necessary that government, medical institutions and multifetal expectant parent circles work together and provide continuous support in the future.

Keywords: twins, multifetal expectant parents class, during pregnancy, child-rearing period, work in cooperation