育児グループの形態別にみた育児不安と育児グループの効果に関する検討

沼　田　加　代[1)]

（2004年９月30日受付，2004年12月13日受理）

要旨：本研究の目的は，育児グループを行政主催型育児グループと自主型育児グループとに分け，母親の育児不安の内容と育児グループの効果を検討することである。

対象は，M市内の育児グループへの参加者のうち，乳幼児を持つ母親８名ずつの計16名である。研究方法は，対象者である母親に半構成的面接法を実施し，その内容を質的に分析した。面接内容は，基本属性，育児不安の内容，育児グループ参加の効果，子どもおよび母親の育児面の変化，専門職との関わり状況等である。

結果，母親の年齢は26～38歳，子どもの年齢は１～５歳であった。育児不安の内容は，「兄弟姉妹による育児の相違」，「夫や周囲からの協力不足」があげられた。育児グループ参加による効果については，行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通した内容は，「友達が増える場」であった。さらに，行政主催型育児グループのみにあげられた効果は，「相談ができる場」，「遊び場・機会の確保」，「遊びを教えてもらえる場」，「気を紛らわす場」などであった。自主型育児グループのみにあげられた効果は，「交流の場」，「作り物ができる場」，「情報が得られる場」，「視野が広がる場」などであった。

これらのことから，行政主催型育児グループは，保健師などの専門職との具体的な相談の場を求めており，自主型育児グループは，母親同士の交流をはかりながら自分たちの創作活動をする場を求めていたといえる。

キーワード：育児グループ，育児不安，育児支援

１．はじめに

育児は家族を中心に地域全体で行われるのが望ましいといえる。その育児を支える事業として，乳幼児健康診査，電話や訪問などによる育児相談，親子での遊びの教室，自主的なサークルの育成などがある。現状の育児環境をみると，核家族化や少子化とそれに伴う育児経験，知識の不足，育児の世代間伝承の弱化や，さらに，育児情報の氾濫に伴い，母親の育児不安や孤立化が増加している[1)]といわれている。このような状況下においては，地域での育児支援体制の充実をはかり，母親の育児不安の軽減や孤立化を防ぐ必要がある。

その中でも，育児グループは，交流や情報交換も含めた仲間づくりを活動目的の一つとしてあげ，「情報交換」，「遊ばせ方」，「絵本の読み聞かせ」などを内容とした活動[2)]が行われている。その意義は，子どもたちが少子化によって得られにくくなった集団で遊ぶ機会を得ることや各家庭では実施しにくい季節の行事などが経験できること[3)]などである。また，育児は，周囲からの協力のもと助け合いながらすることが理想であり，このような育児グループへの参加を通して，仲間と出会うことは，育児不安を軽減する一助であるといえる。これまで，育児グループの研究に関しては，保健師など専門職により行政が実施する育児グループに参加している母親の参加要因[4)]や子育てに及ぼす影響[5)]，母親自らが主体的に活動している育児グループが参加者メンバーにもたらす効果および地域にもたらす効果[6) 7)]，保健師など専門職による育児サークルの育成や支援方法[8)]に関する研究がなされている。しかし，保健師など専門職が実施する行政主催型である育

[1)]群馬大学医学部保健学科

児グループと母親自らが主体的に活動している自主型である育児グループの両者の観点から，それぞれの効果を明らかにした研究はない。

そこで，本研究では，育児不安の軽減に向けた支援体制を充実させることを目的に，「育児グループ」を形態別に，行政主催型育児グループと自主型育児グループの観点に分け，育児グループの効果を両グループによる比較検討から相違点を明らかにする。

II．対象と方法

1．用語の定義

本研究における用語の定義は，以下のようである。「育児不安」とは，育児に関して感じられる気がかりなことである。「育児グループ」とは，育児中の母親たちが子どもを連れて集まり，育児に関する教育や相談をうけることができるグループのことである。

育児グループの形態を，「行政主催型育児グループ」と「自主型育児グループ」の２種類とする。「行政主催型育児グループ」は，保健師など専門職により，市町村などの行政が運営し，そこに集まった育児中の母親たちが活動しているグループである。「自主型育児グループ」は，育児中の母親たちが自分達で自主的にグループを作り，他からの援助を受けることなく運営，活動しているグループである。

2．研究対象

対象は，育児グループに参加している乳幼児を持つ母親とする。以下に，形態別育児グループの対象と育児グループの概況を示す。

1）行政主催型育児グループ（M市保健センターの遊びの相談）に参加している母親８名である。

この育児グループは，M市における育児支援の一環として，０歳児から３歳児までの乳幼児とその保護者に対し，保育士，保健師が遊びの相談（指導）を行っている。活動は，毎月１回であり，参加人数は15名前後である。

2）自主型育児グループ（M市内の育児グループ）に参加している母親８名である。

この育児グループは，公民館などの場所において子ども達に劇を披露するために，紙で作った人形やぬいぐるみなどの作り物をしている。活動は，週１回であり，10名前後の母親が集まっている。保育士や保健師などの専門職はおらず，母親たちで活動を行っている。

3．研究方法

本研究のデザインは，育児グループの効果について，量的分析を行うための仮説を導きだす質的記述研究である。

1）データ収集の方法

育児グループを開催するM市には，事前に研究の趣旨を説明し，研究協力の同意を得た。研究者自身も当日行われている育児グループに参加し，育児グループに参加している母親一人一人に研究協力を依頼した。研究同意が得られた後に，半構成的面接を実施した。面接の時間は，20～30分程度とし，面接中は許可を得てメモを取り，面接内容はICレコーダーにて録音した。

2）データの内容

面接内容は，基本属性，育児不安の内容，育児グループ参加による効果（参加してよかったこと），子どもおよび母親の生活面・育児面の変化，行政主催型育児グループのみ専門職との関わり状況などについてである。

3）データ分析の方法

面接内容の逐語録を作成して質的データとし，育児不安の内容および育児グループ参加による効果を具体的な記述から抽出しコード化と命名を行った。なお，データの分析にあたっては，質的研究に熟練した学識経験者のスーパーバイズを受けた。

4．調査期間

調査期間は，平成15年９月から平成16年１月である。

III．結　果

1．対象者の概要

対象の概要は，表１に示した。対象者数は，行政主催型育児グループ８名と自主型育児グループ８名の計16名であった。母親の年齢は，行政主催型育児グループは26～38歳，自主型育児グループは28～38歳であった。育児グループへの参加対象である子どもの年齢は，行政主催型育児グループは２～３歳，自主型育児グループは１～５歳であった。また，表１には育児グループへの参加対象の子どもとその兄弟姉妹の年齢と性別も示した。

2．育児不安の内容

日頃の育児について，不安に思っていることや気がかりなことについて，具体的な内容は，表２に示した。行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通

表１　育児グループの形態別にみた対象者の概要

グループ形態	母親の年齢	子どもの出生順位と年齢，性別
行政主催型育児グループ	36歳	第１子　３歳の男児
	38歳	第１子　２歳８ヶ月の男児
	28歳	第１子　３歳の男児
	28歳	第１子　３歳の男児
	30歳	第１子　３歳の女児 第２子　６ヶ月の男児
	31歳	第１子　３歳９ヶ月の女児 第２子　１歳６ヶ月の女児
	33歳	第１子　４歳11ヶ月の女児 第２子　２歳11ヶ月の女児
	26歳	第１子　２歳７ヶ月の女児 第２子　４ヶ月の女児
自主型育児グループ	33歳	第１子　１歳８ヶ月の女児
	30歳	第１子　３歳11ヶ月の男児
	28歳	第１子　３歳９ヶ月の男児
	33歳	第１子　５歳11ヶ月の男児 第２子　２歳11ヶ月の女児
	38歳	第１子　９歳の女児 第２子　４歳の男児
	35歳	第１子　７歳の男児 第２子　５歳の男児
	34歳	第１子　６歳の男児 第２子　２歳の男児
	28歳	第１子　４歳の男児 第２子　２歳３ヶ月の女児

にみられた内容については，カテゴリーの部分を網掛けで示した。さらに，カテゴリー間の関連性から，育児不安は『母親を取り巻く社会環境への育児不安』，『子ども側の因子に関する育児不安』，『母親側の因子に関する育児不安』の３つに分類した。

その結果，行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通にみられた内容は，「夫からの協力不足に対する不安」，「周囲からの支援不足に対す]る不安」からなる『母親を取り巻く社会環境への育児不安』，「兄弟姉妹による育児の相違」からなる『子ども側の因子に関する育児不安』，「家事と育児との両立ができないことへのストレス」からなる『母親側の因子に関する育児不安』であった。

行政主催型育児グループのみにみられた内容は，「子どもの性格に対する不安」，「アトピーなどの疾患からくる育児への不安」からなる『子ども側の因子に関する育児不安』，「これでいいのかという現状の育児に対する不安」，「平らな気持ちで接することの困難さ」，「育児からくる疲労」からなる『母親側の因子に関する育児不安』があげられた。

自主型育児グループのみにみられた内容は，「悪い情報・情報過多に対する不安」からなる『母親を取り巻く社会環境への育児不安』，「自分の時間が取れないことへのストレス」からなる『母親側の因子に関する育児不安』があげられた。

３．育児グループ参加による効果

育児グループに参加しての感想およびよかったことについて，具体的な内容は，表３に示した。行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通にみられた内容については，カテゴリーの部分を網掛けで示した。さらに，カテゴリー間の関連性から，育児グループ参加の効果は，『情緒面の効果』，『実際面の効果』，『情報面の効果』の３つに分類した。

表２　育児グループの形態別にみた育児不安の内容

カテゴリー		具体的な内容
行政主催型育児グループ		
母親を取り巻く社会環境への育児不安	夫からの協力不足に対する不安	夫の帰宅が遅くて，すべて自分がやらなければいけない。第１子の幼稚園も，朝が早いために，疲れる。
	周囲からの支援不足に対する不安	そばに頼る人がいない。
子ども側の因子に関する育児不安	兄弟姉妹による育児の相違	１人目は，よく寝て，ぐずりもしなかったが，２人目は，少し手がかかった。
		片方をあやしていると，片方が泣いたり，片方が泣くと，片方も泣いたりと，どちらも見なくてはいけないところが大変。
	子どもの性格に対する不安	やきもちで，友達とけんかしてしまう。
		力が強くてわがままなため，貸し借りができずに，とりあげてしまうことがある。
		言うことを聞かないとき。言葉がでなかったときは，こちらが子どもを理解してあげることもできなかった。
		落ち着きがないこと。
	アトピーなどの疾患からくる育児への不安	以前は，アトピーのために食べ物の制限があり，大変だった。
母親側の因子に関する育児不安	家事と育児との両立ができないことへのストレス	買い物などに行こうと思っても自由に行けない。
	これでいいのかという現状の育児に対する不安	これでいいのかなと思う。集団に入れたほうがいいのかなどと思ってしまう。
		不安だらけ。小柄なこと，言葉がでないこと，生活習慣のこと，他の子ができるのに自分の子はできないと思うと不安になる。
		トイレがイヤなようで，まだオムツを使用している。トイレもがまんして，トイレ行きたいのかと聞くと「ううん」と嘘をつく。
	平らな気持ちで接することの困難さ	こちらも「カッー」ときたりすることがあり，平らな気持ちで接するのが難しい。
		子どもは自分のペースに合わせてくれない。
	育児からくる疲労	疲れる。
自主型育児グループ		
母親を取り巻く社会環境への育児不安	夫からの協力不足に対する不安	夫からの協力も最低限必要。
	周囲からの支援不足に対する不安	体調不良のときや自分が受診のときに，身内の人がいると助かる。引越したときは誰もいなかった。今は友達もでき，人との関わりは大切と思う。
	悪い情報・情報過多に対する不安	子供の誘拐など，悪いニュースが多く，子どもを一人で外出させられない。あまり厳しすぎてもと思い，その判別が難しい。
		情報が多すぎる。悪いことばかりを流しすぎている。
		育児書通りには育たない。育児書通りにしないといけないと思ってしまう。人それぞれだし，人それぞれであってほしい。
		産むまでが長かった。産む前は，虐待のこととなど悪い方ばかりを流す。そのため，育児に対する良いイメージがなかった。
子ども側の因子に関する育児不安	兄弟姉妹による育児の相違	１人目のときは，離乳食のことなどに悩んで大変だったが，２人目は自然な育児ができている。
		１人目のときは緊張していた。
		子どもの性格が１人目と２人目では違いがある。
		他の母親とは反対に，１人目は楽であり，２人目は疲れる。一時的に預かってくれるところがほしいくらいに思う。
母親側の因子に関する育児不安	家事と育児との両立ができないことへのストレス	育児だけをやりたい。子育ては楽しいが，家事もやらなければいけないことに，ストレスを感じる。
	自分の時間が取れないことへのストレス	自分を大切にしたいので，自分の時間がほしい。育児は嫌いではないが，24時間つきっきりのため，自分の時間がとれないことがストレス。ここに来るなど，ストレス発散を自分なりにしている。

表3　育児グループの形態別にみた育児グループ参加による効果

カテゴリー		具体的な内容
行政主催型育児グループ		
情緒面の効果	子どもと自分の友達が増える場	友達とも遊べる。
		子どもも楽しみにしている。
		友達と遊ぶ姿を見られて，よかった。参加を続けたい。
		母親同士，友達と話ができるから。
	相談できる場	相談ができる。
		保健師に困っていることを話せる。
	気を紛らわす場	気休めのために来ている。
		ここに来ると，気が紛れる。
実際面の効果	遊び場・機会の確保	近くに遊ぶ場や公園もないため，ここに来られて，よかった。
		欲求不満があるのか，奇声を発することがあり，外には出られないし，いい所を紹介してもらった。
		2歳児健診で，遊びの教室を紹介され，時間もあったため来た。
		きっかけは1歳6ヶ月児健診で言葉がでなかったことで，参加をすすめられて，遊びに来ている。
	集団に参加できる場	集団に入ると人見知りをするが，ここでは嫌がらない。
		別のサークルにも行っているが，メンバーが固定しており，子どもが萎縮してしまう。
		公園にも行くが１人になってしまうので，ここに連れてくる。
		集団に入れている。できるだけ人と接するようにしている。
	同世代の子と遊べる場	近所に友達，同世代の子がいない。公園や児童館にも行くが，ここで，遊ぶ機会ができ，来たくて来たくてしょうがない感じ。
		第１子にあわせていると，年代が限られてしまうため，第２子にあわせて来ている。
	遊びを教えてもらえる場	教えてもらえそうで教えてもらえない遊びを教えてもらえた。
		いろいろ教えてもらえる。リズム体操は，家でもやっている。
		みんなと一緒に踊りたいと言って，踊っている。
		最初の頃は，雰囲気に圧倒されて，何もできなかったが，今は成長し，親子で楽しんでいる。
		踊りができるようになり，私が泣きたくるほど感動した。
	身体を動かした遊びができる場	ここでは身体を動かした遊びができる。職員の方が第２子の面倒をみてくれるため，その分，第１子に付き合うことができる。
自主型育児グループ		
情緒面の効果	子どもと自分の友達が増える場	友達が出来て，話ができる場がある。
		同じ境遇，同じ悩みを持つ仲間がいっぱい。
	ストレス発散の場	ストレスを発散している。
	交流の場	自分と同じ年代の人との交流だけではなく，20代30代40代といろいろな年代の人との交友ができる。
		他人の意見やいろいろな考えをもらえる。
	視野が広がる場	幼稚園だけにとどまりたくない。もっと，いろいろな世界を知りたい。
		飛び入り参加であったが，もう６年近く参加している。視野が広がった。
	生活にメリハリができる場	生活にメリハリができた。
実際面の効果	作り物ができる場	作り物が大好き。みんなで作るのが楽しい。
		作り物をやることを子どもに言うと，「ママには合ってるね」と言われ，これからが楽しみ。
		入ったばかりの頃は不安だったが，作り物を作る立場になってよかった。
		自分でできないこともあったが，なんとかできるようにもなり，意外と楽しい。
情報面の効果	情報が得られる場	幼稚園のことなどいろいろな情報が入る。
		情報交換ができる。

その結果，行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通にみられた内容は，「子どもと自分の友達が増える場」からなる『情緒面の効果』であった。

行政主催型育児グループのみにみられた内容は，「相談ができる場」，「気を紛らわす場」からなる『情緒面の効果』，「遊び場・機会の確保」，「集団に参加できる場」，「同世代の子と遊べる場」，「遊びを教えてもらえる場」，「身体を動かした遊びができる場」からなる『実際面の効果』があげられた。

自主型育児グループのみにみられた内容は，「ストレス発散の場」，「交流の場」，「視野が広がる場」，「生活にメリハリができる場」からなる『情緒面の効果』，「作り物ができる場」からなる『実際面の効果』，「情報が得られる場」からなる『情報面の効果』があげられた。

4．育児グループ参加による子どもの変化

育児グループ参加時の子どもの様子および生活において，変化したことの具体的な内容は，表4に示した。行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通にみられた内容については，カテゴリーの部分を網掛けで示した。

その結果，行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通にみられた内容は，「楽しんでいる」からなる『情緒面の効果』，「模倣する」からなる『実際面の効果』であった。

行政主催型育児グループのみにみられた内容は，「友達が増えた」，「慣れてきた」からなる『情緒面の効果』，「活発になった」，「子ども同士の遊びができるようになった」，「遊び内容が変化した」からなる『実際面の効果』があげられた。

自主型育児グループのみにみられた内容は，「子どもと自分のいい刺激」からなる『情緒面の効果』があげられた。

5．育児グループ参加による母親の変化

育児グループ参加時の母親の参加状況および生活や育児において，変化したことの具体的な内容は，表4に示した。その結果，行政主催型育児グループと自主型育児グループに共通にみられた内容はなかった。

行政主催型育児グループのみにみられた内容は，「相談ができる」，「話をして楽になれる」からなる『情緒面の効果』，「自分よりも子どもを遊ばせるために来ることができる」からなる『実際面の効果』があげられた。

自主型育児グループのみにみられた内容は，「楽しむことができる」，「パワーを獲得できる」からなる『情緒面の効果』，「いろんなことができる」，「子どもを遊ばせられて安心できる」からなる『実際面の効果』があげられた。

6．育児グループ参加時の専門職との関わり状況

行政主催型育児グループには，専門職との関わり状況について，主に保健師との関わりについて質問した。その結果，保育園のことなど「今度来たら聞こうと思う場ができた」，「公園では話しづらいことなども聞ける」，子どもたちを遊ばせながらの相談や第1子や第2子のことなど「いろいろ相談ができる」からなる『情緒面の効果』があげられた。

Ⅳ．考　察

1．育児不安について

育児不安の概念は，それぞれの研究者によって幾分異なっている[9]が，ここでは，育児不安を日頃の育児について，不安に思っていることや気がかりなこととして捉え，母親に面接を行った。これまでの報告によると，ほとんどの母親が子どもと一緒にいると楽しいと肯定的に思っているにもかかわらず，一方で子育てについての心配や不安といった否定的な感情を有している状況[10][11]が述べられている。その状況として，子育て中の家庭においては，持続的で安定した親子関係がもてないために，現象として不安・イライラを訴える母親の増加[10]がいわれている。育児不安と関連性のある要因は，子育て方法，これまでの生活とのギャップ，義父母との人間関係，家庭の経済問題，環境の変化が抽出され，子ども自身にかかるものはなく，子育ての基盤となる家庭生活そのものが多い[10]と言われている。

このような育児環境を考慮したうえで，今回の結果から得られた育児不安は3分類できると考えた。1つ目は，夫や周囲からの支援不足，悪い情報・情報過多といった『母親を取り巻く社会的環境』についての育児不安である。2つ目は，兄弟姉妹による育児の相違，子どもの性格に対する不安，アトピーなどの疾患からくる『子ども側の因子』についての育児不安である。最後に，家事と育児との両立，自分の時間が取れないことへのストレス，平らな気持ちで接することの困難さ，育児からくる疲労，これでいいのかという現状の育児への不安といった『母親側の因子』についての育児不安である。子ども側の因子の育児不安は，日頃，子どもと向き合うことから生じる具体的な不安があげられた。母親側の因子の育児不安は，母親を取り巻く

表4　育児グループの形態別にみた育児グループ参加による子どもおよび母親の変化

	カテゴリー		具体的な内容
育児グループ参加による子どもの変化	行政主催型育児グループ		
	情緒面の効果	楽しんでいる	ハイになって遊んでいる。
			興奮している。
			楽しそう。
			教室で歌っている歌を家でも歌っている。
			公園だと，自分が我慢するみたいだが，ここは慣れてきて，楽しんでいる。
		友達が増えた	公園にも遊びに行っているが，たくさん友達がいるのは，ここくらい。
		慣れてきた	最初の頃は，離れず，ずっと泣いていた。今では考えられない。
	実際面の効果	模倣する	ここでやったアンパンマンの遊びを，家でもする。
		活発になった	子どもが，話すようになった。
			活発になった。
		子ども同士の遊びができるようになった	子どうしで遊べるようになった。
		遊び内容が変化した	トンネルの遊びはここでしかできないし，ここでしかできない遊びができるようになった。
			手遊びをするようになった。
			よく遊んでいる。
	自主型育児グループ		
	情緒面の効果	楽しんでいる	幼稚園よりもここに来たがる
			親が楽しめば，子どもも自然に楽しいようで，ぐずりはしない。
		子どもと自分のいい刺激	子どもも親も良い刺激であり，勉強になる
	実際面の効果	模倣する	子どもが，親のやっていることを把握して，まねしている。親としてやめられない。
育児グループ参加による母親の変化	行政主催型育児グループ		
	情緒面の効果	相談ができる	地元でないために，病院などや知らないことが多いが，気軽に相談できる。
		話をして楽になれる	他のお母さんたちにも会え，話ができ，その分楽になる。
	実際面の効果	自分よりも子どもを遊ばせるために来ることができる	自分が他のお母さんと交流するよりは，子どもたちを遊ばせるために来ている。子どもが楽しければ，それでいいと思っている。
			自分が他の人と話していると，子どもがくっついてくる。できるだけ，基本は子どもと一緒にと思い，子どもを遊ばせている。
			２人でずっといると，ストレスがたまるために，だだをこねられたし，相手にしているとこちらも手がかかっていた。でも，ここで遊ばせると，機嫌がよくなり，こちらもいい気分で接しられる。
	自主型育児グループ		
	情緒面の効果	楽しむことができる	楽しい。子は放ったらかしで，親が楽しんでいる。
		パワーを獲得できる	ここでは，おんぶをしながら，片手では子どもをだっこし，演技をしていた。お母さんたちがパワフルで，これだったら自分もやれるかもと思った。
	実際面の効果	いろんなことができる	他のお母さんたちも，すごいアイディアをいっぱい持っていて，教えてもらえてありがたい。
			家にいると，なにも仕上がらないが，何人か集まると，いろいろなものができるからすごい。いろんなことできる。
		子どもを遊ばせられて安心できる	ここにいるお母さんは，みんな積極的で，子ども好きだから，安心して遊ばせられる。
			みんな母を信頼しているので，安心。気を使わない。

社会的環境に対する不安と，絡み合いながら，生じていると考えられる内容があげられた。

育児不安の解消については，不安・イライラへの対処方法は，専門家に相談するよりも身近な人に聞いてほしいもの，育児雑誌等で確かめるようなものであって母親自身でそのような対処行動がとられている[10]ことや子育て不安の軽減につながる知識や情報は，子育て経験者である身近で親近感の強い自分の父母や夫の父母から得た知識や情報であることが推測される[11]と述べられている。また，育児グループに参加している母親ほど子育て不安が低い[11]。育児不安を軽減させる一手段として，身近な人への相談や育児グループへの参加があげられている。これらの結果から，育児グループのような場と機会が提供できる母子保健活動の重要性が示唆された。

2．育児グループの効果について

これまでの育児グループに参加している母親に関する報告には，育児グループに参加することにより，育児の不安感・負担感が軽減し，育児を楽しい・満足と捉えている[3) 5) 12]とある。さらに，いずれのグループにも共通してみられる活動目的は，仲間を募り，悩みを解消し（情緒面），意見交換や勉強会（情報面）により情報を収集し，運動や季節の行事などの遊び（実際面）を親子で楽しむといった目的がある[13]。また，育児不安と母親クラブの活動効果の間に関連性が認められた活動は，①子どもの友達が増える活動，②子どもの関わり方・遊び方がわかる活動，③子育てにゆとりのできる活動，④ボランティア活動として充実感を感じられる活動，⑤地域の子どもや母親とのかかわりが深まる活動である[5]。これらのことから，本研究では，育児グループの効果を，『情緒面の効果』，『情報面の効果』，『実際面の効果』の３分類にした。

本研究においても，育児グループが，「遊び場・機会の確保」，「集団に参加できる場」，「相談できる場」という社会とのつながりの場であることが明らかとなった。そこでは，「子どもと自分の友達が増える場」，「交流の場」として機能し，「気を紛らわす」，「ストレス発散」といった『情緒面』での充実が得られている。さらに，「情報が得られる場」といった『情報面』の効果もあり，「遊びを教えもらえる場」，「身体を動かした遊びができる場」，「遊び内容の変化」，「子どもを遊ばせられて安心できる場」といった遊びの『実際面』での効果も果たしている。

さらに，育児グループに参加することによって育児に対する複眼的視点を養うことは，母親たちの育児不安やストレスを軽減している[5]と述べられている。本研究からは，この複眼的視点として，「生活にメリハリができる場」，「いろんなことができる」，「視野が広がる場」，「作り物ができる」が該当すると考えられる。また，行政主催型育児グループは，「公園では話しづらいことも聞ける」，「いろいろ相談できる」という専門職への期待があった。これらのことから，相談によって心配事を解消させ，同時に，複眼的視点も養いながら育児をしている現状が考えられる。

また，「楽しんでいる」との回答や「話をして楽になれる」，「活発になった」，「パワーを獲得できる」，「子どもと自分のいい刺激」とのことから，母子ともに育児グループに楽しんで参加していることが明らかとなった。さらに，育児グループの参加を通して，友人と知り合うことや育児知識と新しい遊びの獲得があり，創作活動ができることは，ゆとりのある育児を推し薦めていると考える。

本研究において，これまでの報告以外にも，参加による子どもの変化として「模倣する」，「自分よりも子どもを遊ばせるために来ることができる」が育児グループの効果としてあげられた。このことは，母子ともに安心しながら遊ぶことにより，子どもは模倣を習得しており，順調な成長発達が促進される機会にもなっていると考えられる。

村嶋[14]らは，育成したグループが，単にその治癒力をその集団の成員個々人に及ぼすだけではなく，そのグループが地域社会の資源になり，ひいては地域の健康度や住みやすさにもつながっていくことを期待していると述べている。今回，研究の対象となった育児グループの参加者が，いずれも地域への波及効果を及ぼす段階に至っているかについては，明らかとなっていない。今後，実態の把握とともに保健師などの専門職からの支援が必要であると考える。

3．行政主催型育児グループと自主型育児グループの特徴について

行政主催型育児グループについては，育児のノウハウを知りたいとの要望や親や幼い子どもが積極的に地域交流の場に参加できる機会を得ることのメリットについての声も寄せられている[13]。本研究においても，「遊びを教えてもらえる場」，「身体を動かした遊びができる場」といった，遊びを専門職などから直接教えてもらうことの効果があげられていた。さらに，「活発になった」，「子ども同士の遊びができるようになった」，「遊び内容が変化した」，「慣れてきた」といった，子どもが地域にある交流の場で遊ぶことができている

様子もあげられていた。また，母親自身は「気を紛らわす場」，「相談ができる」，「話をして楽になれる」といった，育児に関する疑問などを育児グループの参加を機会に解決をはかる場としている。また，「今度来たら聞こうと思う場ができた」，「公園では話しづらいことなども聞ける」など，専門職との関係づくりも求めており，その対応の重要性が示唆された。

自主型育児グループも行政主催型育児グループと同様に「ストレス発散の場」，「交流の場」となっている。さらに，「作り物ができる場」，「視野が広がる場」，「生活にメリハリができる場」，「いろんなことができる」といった，母親が創作活動することによって得られる達成感や充実感に関する効果が得られていた。さらに，「楽しむことができる」，「子どもを遊ばせられて安心できる」と回答していることから，母親は信頼のおける遊び場を選択している現状が明らかとなった。また，育児グループの参加が，「子どもと自分のいい刺激」となり，「パワーを獲得できる」場ともなっていることから，育児グループは母親にとって育児の原動力にもなっていると考える。

4．行政主催型育児グループと自主型育児グループの効果についての相違点

行政主催型育児グループのみにあげられた効果は，「相談ができる場」，「遊び場・機会の確保」，「遊びを教えてもらえる場」であった。このことから，行政主催型育児グループは，保健師などの専門職との具体的な相談ができる場であると考える。また，自主型育児グループのみにあげられた効果は，「交流の場」，「作り物ができる場」，「情報が得られる場」，「視野が広がる場」であった。このことから，自主型育児グループは，母親同士の交流をはかりながら自分たちの創作活動をする場であると考える。行政主催型育児グループと自主型育児グループの効果についての相違点は，参加する母親の求めている対象者が，専門職であるかや同じ母親同士であるかであった。さらに，母親の相談を解決することや自分達から活動することであるかにも相違がみられた。

V．まとめ

行政主催型育児グループに参加している母親８名と自主型育児グループに参加している母親８名を対象とし，育児不安と育児グループ参加による効果について分析した。

その結果，育児不安は，母親を取り巻く社会環境への育児不安，子ども側の因子に関する育児不安，母親側の因子に関する育児不安が抽出された。育児グループ参加による効果は，情緒面の効果，実際面の効果，情報面の効果が抽出された。

本研究から抽出された育児グループの効果に関する仮説を育児形態別にみると，行政主催型育児グループは，保健師などの専門職との具体的な相談の場として，育児に関する疑問の解決をはかることや専門職との関係づくりの効果がみられた。自主型育児グループは，母親同士の交流をはかりながら自分たちの創作活動をする場として，子どもと自分のいい刺激となることやパワー獲得の効果があった。

今後は，量的研究を行うために，本研究から抽出された仮説をふまえた育児不安と育児グループの効果に関する項目からなる質問紙を作成する。さらに，研究対象者の拡大をはかり，行政主催型育児グループと自主型育児グループの効果を客観的に明らかにすることを課題とする。

本研究は，平成15年度科学研究費補助金「育児不安の軽減を図るための集団による保健活動の効果に関する検討」の一環として実施した。

Ⅵ．謝　辞

本研究を行うにあたり，ご協力いただきましたM市保健センターの職員，面接にご協力してくださいましたお母様に深く感謝申し上げます。

稿を終えるにあたりご指導，ご校閲を賜りました齋藤泰子教授に深謝いたします。

Ⅶ．文　献

1）庄司順一，谷口和加子．特集子育て支援の諸課題「育児不安」．保健の科学1998；40(4)：289-292.
2）西山直美，徳満早苗，金丸典子，他．東京都における子育てグループの追跡調査－第２報　子育てグループその後の活動状況について－．小児保健研究2000；59(1)：17-24.
3）難波茂美，松本雅子．地域における母子クラブの有効性について．保健婦雑誌2001；57(13)：1076-1079.
4）山本眞美子．乳幼児をもつ母親の行政主導型子育てグループへの参加意識に関する実態調査．大阪府立看護大学紀要2001；7(1)：83-90.
5）八重樫牧子．母親クラブ活動調査からみた子育て支援に及ぼす母親クラブの役割と課題．川崎医療福祉学会誌2002；12(1)：27-43.
6）吉野ひとみ，黒瀬寛子，保坂はるか，他．育児グループが当事者および地域にもたらした効果．保健婦雑誌1997；53(4)：301-307.
7）難波茂美，松本雅子．地域における母子クラブの有効

性について．保健婦雑誌2001；57(13)：1076-1079.
8）大平肇子．育児グループに関する研究の文献的考察．三重県立看護大学紀要1999；3：91-97.
9）吉田弘道，山中龍宏，巷野悟郎，他．育児不安スクリーニング尺度の作成に関する研究．小児保健研究1999；58(6)：697-704.
10）福本恵，桝本妙子，堀井節子，他．育児不安の実態と関連要因の検討（第1報）．京都府立医科大学医療技術短期大学部紀要1999；8：155-162.
11）八重樫牧子．母親の子育て不安の程度と母親クラブ活動との関連性に関する考察．川崎医療福祉学会誌2002；12(1)：45-57.
12）桝本妙子，福本恵，堀井節子，他．育児不安の実態と関連要因の検討（第2報）．京都府立医科大学医療技術短期大学部紀要1999；8：163-172.
13）田中ひろ子．子育て支援の実態－東京の子育てグループの調査から－．公衆衛生1995；59(6)：387-391.
14）村嶋幸代，田口敦子，蔭山正子，他．保健師によるグループ支援活動の理論および実証研究に関する課題．看護研究2003；36(7)：609-613.

Study on child-rearing anxiety and benefits of child care groups

Kayo NUMATA[1)]

Abstract：The purpose of this research is to study benefits of different child care groups, namely a local government led group and a mothers' voluntary group. The focus here is to identify parenting related anxiety and specific benefits of the groups.

The subjects were 16 mothers with infants, 8 for each respective group, who participated in the programs in M city. Semi-constitutive interview was performed and the contents were analyzed qualitatively. The contents include mothers' background, child care related anxiety, effects of parenting group participation, changes observed in infants and their mothers' behaviors and relationship with professionals.

Age of mothers is between 26 and 38 and that of infants between 1 and 5. Anxieties expressed include difference in parenting attitudes among children and lack of husband's support. The benefit common for parenting groups is developing friendship. The advantages of the local government-led group are: opportunity for advice-seeking, availability and opportunity of play, learning how to play and stress relief. Those identified for the voluntary group are: opportunity of exchange, opportunity for creative activities, information provided and widening perspective.

In conclusion, participants in the government-led group seek for specific advice from professionals and those in voluntary group seek for opportunities of exchange and of creative activities.

Key words：child care group, chid-rearing anxiety, child care support

1) Gunma University School of Health Sciences