

# 福島県立医科大学 学術機関リポジトリ



Title	コロナ禍における対面式両親学級および子育て講演会開催の試み：学術活動
Author(s)	渡邊, まどか; 山口, 咲奈枝
Citation	福島県立医科大学看護学部紀要. 26: 29-31
Issue Date	2024-03
URL	<a href="http://ir.fmu.ac.jp/dspace/handle/123456789/2221">http://ir.fmu.ac.jp/dspace/handle/123456789/2221</a>
Rights	© 2024 福島県立医科大学看護学部
DOI	
Text Version	publisher

This document is downloaded at: 2024-05-07T04:04:15Z

## 学 術 活 動

## コロナ禍における対面式両親学級および子育て講演会開催の試み

渡邊まどか（母性看護学・助産学部門）

山口咲奈枝（母性看護学・助産学部門）

## 1. はじめに

2020年に感染が拡大した新型コロナウイルスの影響で、妊婦への感染予防の観点から医療機関や市町村が主催する両親学級は一時中止された。2021年の調査<sup>1)</sup>では、「医療機関で行う母親学級に参加できない」と回答した妊婦は62.5%であった。2023年5月に新型コロナウイルス感染症は5類感染症に移行したが、福島県内の産科を持つ施設の多くは、対面による両親学級を中止している。

両親学級とは妊婦だけでなく夫（パートナー）も含めた夫婦に対して出産前の準備教育がなされる場であり<sup>2)</sup>、妊娠期の過ごし方や出産の流れ、子どもの世話の仕方などの情報を提供する集団保健教育である。2020年の全国調査<sup>3)</sup>では、両親学級中止などで情報不足に不安を感じると回答した妊婦は61.0%であった。これは新型コロナウイルスの出産への影響として立ち合い出産や里帰りができなくなったなどの他の項目があるなかで最も高い割合となっている。実際に筆者らが助産学実習や看護学実習を通じて関わった妊婦からも両親学級を受講しないまま出産することが不安という声や、両親学級に参加したいと思っていたが出産する施設はオンラインでの実施だったため操作が不慣れで参加できなかったという声が聞かれた。このような折に、子育て支援センターみんなの家@ふくしまから対面式の両親学級を協働で開催してほしいと打診された。子育て支援センターみんなの家@ふくしまは福島市の委託を受けてNPO法人ビーンズふくしまが運営する子育て支援センターである。乳幼児の親子を対象とした遊び・交流・相談が事業の中心となっているが、妊娠期から施設を利用してもらうことで、妊娠期から育児期まで切れ目ない支援をするために両親学級の開催を検討していた。

そこで、筆者らは出産する施設による制限を設けず、任意に参加者を募る対面式両親学級の開催を試みた。参加者が密になることを防ぐため参加人数を少人数にし、育児手技の体験や夫婦間のコミュニケーションを中心とした内容のプログラムを企画した。効果的な保健教育プ

ログラムを実施するためには、ニーズアセスメントが必要とされている<sup>4)</sup>。ニーズアセスメントとは、介入の“必要性（ニーズ）”の根拠となる対象領域の現状について、情報を収集する計画的なプロセスである。筆者らはニーズに合致したよりよいプログラムに発展させていくために、両親学級の開催と併せて参加者の受講動機とニーズを明らかにする研究を実施することとした。この研究は令和4年度看護学部共同研究事業の助成を受けて実施した。

また、子育て支援センターみんなの家@ふくしまのスタッフと運営会議を進める中で、新型コロナウイルス感染拡大によって子育て期の母親の孤立や不安感が高まっていること、また、それらの思いを表出する受け皿がないことが話題となり、両親学級に加えて乳幼児をもつ親を対象とした講演会を企画した。

本報告では、子育て支援センターみんなの家@ふくしまと共同で実施した両親学級と子育て講演会の活動を述べる。

## 2. 活動の実際

## 1) 両親学級の開催

令和4年6月25日(土)から“パパに聞いてほしい 両親学級”を始動した。その後、2-3か月毎に対面式両親学級を開催している。令和4年度の開催場所は子育て支援センターみんなの家@ふくしま、令和5年度は福島市アクティブシニアセンター・アオウゼである。運営メンバーは看護学部母性看護学・助産学部門教員2名、みんなの家@ふくしまスタッフ3-4名である。両親学級の主な実施者は教員2名で、みんなの家@ふくしまスタッフは広報、撮影や環境調整、上のお子さんの託児などを担当した。参加者は毎回3-5組であり、ほとんどが初産婦とそのパートナーであった。妊



案内チラシ

婦のみの参加や上のお子さんを連れて参加される夫婦もいた。妊娠週数は9週から36週と幅広く、郡山市や白河市など市外からの参加もあった。

感染防止策として、運営者および参加者は全員、手洗い手指消毒、検温を実施し、マスクを着用した。また、窓を開けた換気、使用前後の物品の消毒、参加者間のスペースを確保して密にならないよう努めた。

両親学級のタイムスケジュールを表1に示す。当初は全体で60分程度のプログラムとしたが、終了後に参加者からの個別相談が多数みられたり、もっと話が聞きたいという要望もあったため、90-120分の構成にプログラムを修正した。参加者は、体調不良や途中退席することなく全員が最後まで参加できた。今回の両親学級を対面式としたねらいは、参加者と対話をしながらニーズに応じた保健指導をすること、新生児の抱っここの仕方や沐浴方法などの体験をしてもらうことであった。そのため、事前に保健指導内容を作りこみすぎないようにして、沐浴体験をメインに大枠のみ決めておき、実際の流れや時間配分はその時の参加者の要望に応じて臨機応変に対応していくこととした。

表1 両親学級タイムスケジュール

時間	内容	概要	時間配分
10:00~	受付	母子健康手帳記入	
10:30	アイスブレイク	パパとママが一番知りたいことの確認	10分
10:40	沐浴の説明	必要物品、環境	15分
11:00	沐浴の実演	参加者全員が児の支え方など実施	25分
11:25	パパとママにお伝えしたいこと	夫婦間コミュニケーション	5分
11:30	個別相談		10分

共催したみんなの家@ふくしまのスタッフが、参加者用にメモ用紙を準備してくださっていたため、参加者はデモンストレーションを見ながら熱心にメモを取っている様子がみられた。また、参加者は、沐浴時の児の支え方やおむつ交換などを実施してみたいと意欲的であったため、実施者が各テーブルに回り、妊婦とパートナー一人一人が体験できる時間を設けた。その際に、参加者から、沐浴以外にも様々な質問があった。少人数の学級にしたことで一人一人に体験してもらう時間を十分に確保できた。また、実施者が個別に回ったことで参加者が何でも質問しやすい雰囲気を作ることができたと思う。参加者の質問内容は沐浴以外にも児のスキンケアや衣類の準備、分娩のことや妊婦健康診査で言われた心配なことなど多岐にわたった。



両親学級

参加者の感想として「出産する病院では母親学級が中止していたので、この教室に参加できてよかった」、「両親学級に参加したいと思って自分で探してみただけでやっぱりなくて、通っている産院でこのチラシを見つけて本当に良かった」、「YouTubeで沐浴の動画を見てみたが、見ているだけではわからなくて、今日やってみてわかりました」、「最初は2時間って長いなと思っていましたが、あっという間でした」といった声が聞かれた。参加者の感想からも妊婦とそのパートナーは両親学級に参加したいというニーズがあることがわかり、対面式学級を開催する意義があると感じられた。

今回の両親学級では、沐浴や抱っこ体験ができることをチラシに掲載していたこともあって、参加した妊婦やパートナーの参加目的は沐浴を知ることであった。実際に、熱心にメモを取ったり、質問をしたりする様子が見られたことから、沐浴は子どもの世話としてイメージがしやすく、知りたいというニーズが高いと感じられた。対面で実施する両親学級では沐浴体験ができるということは強みであるため、案内に掲載することで集客が期待できると考えられる。

また、今回はコロナ禍で対面式の両親学級を実施するため、感染予防の観点からも少人数制の集団指導にすることを企画した。実施してみると、小規模の学級は参加者全員に目が届きやすく、参加者一人一人に体験してもらうことや、個別対応の時間を設けることができ感染予防という観点とは別に少人数制の利点があることを実感した。少人数対面式の両親学級は、柔軟に参加者のニーズに応える保健教育を展開するのに適していると考えられる。

また、妊婦だけでなくパートナーの男性から参加申し込みの連絡があったり、まだ母子健康手帳をもらっていない時期でも申し込みがあるなど、両親学級に参加する男性は妊娠期から積極的に育児に関わろうとする意欲が高いと感じた。2023年現在でも、両親学級が中止になっているだけでなく、妊婦健康診査の付き添いや立ち合い出産が再開されていない病院もあるため、パートナーの

男性が妊娠、出産、育児に関する情報を医療者から直接得る機会や父親であることを実感する機会が減少していると考えられる。関わろうとする意欲を維持するためにも対面式の学級を開催することは意義があると考えられる。

## 2) 子育て講演会の開催

令和4年8月6日(土)、令和5年8月26日(土)に北沢又団地集会所で子育て講演会を開催した。開催場所をこの集会所としたのは、参加者が乳児の子育て中であることを想定し、託児スペースと講演会場が同一施設内にあり、かつ、講演会に集中できるように子どもの声があまり聞こえない環境を確保できるためである。参加者は0歳から2歳の子どもを育てる両親2組、母親1名であった。

両親学級と同様に感染症対策として、運営者および参加者は全員、手洗い手指消毒、検温を実施し、マスクを着用した。また、参加者間のコミュニケーションを大切にしたいと考えたため、声が聞こえる範囲で最大限のスペースを確保して密にならないよう努めた。

子育て講演会のタイムスケジュールを表2に示す。子どもを誰かに預けることに罪悪感を持つ真面目な参加者が多い、という子育て支援センター利用者の傾向を鑑みて、教員2名、みんなの家@ふくしまスタッフ3名で話し合い、1時間程度の展開とした。講演会として打ち出したが、実際には参加者の今抱えている子育ての負担感を軽減することが大きな目的であった。そのため、講演者が話す時間よりも、参加者の発言する時間を30分と長めにプログラムした。「ママやパパに聞いてほしい」というキャッチフレーズで参加を呼び掛けていたことから、パートナーにも積極的に子育ての中で普段思っていることや感じていることの発言を促した。

### 子育て講演会タイムスケジュール

時間	内容	概要	時間配分
10:00~	受付	お子様の預かり	
10:30	アイスブレイク	自己紹介	15分
10:45	参加者コミュニケーション	困っていることは？ 悩んでいることは？ 不安に思うことは？	30分
11:15	子育てアドバイス	参加者の疑問に応えながらアドバイス	10分
11:30	お伝えしたいこと	今のままで大丈夫	5分

初対面のこともあり、参加者ははじめ緊張した表情で話している様子だったが、それぞれの悩みや不安を聞いているうちにお互いに共感し合い、打ち解けた雰囲気にな

っていた。また、夫婦間でなかなか日常伝えることのない自分の気持ちを言葉にして表現しあうことで、パートナーへの新しい発見につながっていた。今自分のしている子育てが間違いではなく、悩みや不安も特別なことではない、今のままでいい、という講演会の趣旨が伝わると、全員がホッとした表情になった。最後には、涙を浮かべつつ笑顔に変わった。

参加者のアンケート結果には、「どこの家庭も子育ては同じような悩みを持っていることが分かってほっとしました」「他のお母さんと話してみたら心が軽くなりました」「悩んでいるつもりはなかったけれど話してみると涙が出てしまい、気持ちが張り詰めていたんだと気づくことができました」などの意見が得られた。子育て中の母親にとって、わずかな時間でも子どもを預けて自分の時間を持ち、自分の気持ちに向き合うことには大きな意義があると感じた。また、忙しい子育て期において、夫婦間でじっくりお互いの気持ちを表現することは難しく、改めて機会を設けることにも意義があると考えられる。

## 3. おわりに

活動を開始してまだ2年目であるが、地域で暮らす母子とその家族に触れ、直接声を聴くことの大切さを身にしみて感じた。今後は活動の頻度を増やし、両親学級と子育て講演会を交互に開催する案を検討している。交互開催は、両親学級に参加した妊婦とパートナーが出産を経たあとに、子育て講演会への参加に繋がりがやすく、産前産後の切れ目ない支援の一端を担えると考えられる。将来的には、これらの活動を研究と合わせてブラッシュアップしながら、本学発信の子育て支援システムを構築することも視野に入れている。

## 引用文献

- 1) 山口恵子, 富岡美佳: COVID-19感染第1波から第2波が妊娠期から産後1年までの女性に及ぼす影響, 姫路大学看護学部紀要, 13, 1-9, 2022.
- 2) 足立安正: 市区町村における出産前教育の実態～父親の育児参加を促す取り組み～, 摂南大学看護学研究, 8 (1), 55-62, 2020.
- 3) Benesse「たまひよ」新型コロナウイルスに関する妊婦とママの意識調査. <https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000807.000000120.html> (2022年6月閲覧)
- 4) チンマンM, イムP, ワンダーズマンA: プログラムを成功に導くGTOの10ステップ-計画・実施・評価のための方法とツール-, 井上孝代, 伊藤武彦監訳, 11-26, 風間書房, 2010.