

## 大学を拠点としたベビービクスクラスの評価

川崎 千春, 井田 歩美

キーワード：ベビービクス, 子育て支援

### I. 緒言

ベビービクスとは、親子のスキンシップを基本に、ベビーマッサージとベビーエクササイズで構成されるプログラムである。親子の絆を深め、愛情と信頼関係を育てることを目的とし、一般社団法人日本マタニティフィットネス協会が提供している<sup>1)</sup>。

近年、少子時代、核家族の増加、地域の人々との繋がり希薄化による育児環境の変化によって、育児中の母親は周囲からのサポートが得られにくい状況にある。このような育児環境におかれた母親は、育児不安や抑うつ感が強まり、ストレスから育児に悪影響を与える恐れがある<sup>2)</sup>。平成27年度から新たに設定された「健やか親子21」の第2次計画においても、重点課題の一つに育てにくさを感じる親に寄り添う支援があげられている<sup>3)</sup>。

本学では平成26年度から地域活性化事業のひとつとしてベビービクスクラスを開催し、母子のサポートをおこなっている。ベビービクスクラスでは、ベビービクスを30分体験した後、希望者には子どもの身体計測を実施し、さらに月齢の近い母子で集まり交流を図っている。(図1, 2)そこで、本研究の目的は、母親がベビービクスクラスに参加して感じた事と課題について明らかに



図1

し、今後の支援の基礎資料とすることとした。

なお、写真撮影及びその公開については参加者の了解を得ている。



図2

### II. 研究方法

#### 1. 対象者

本学で開催した計3回のベビービクスクラスに参加した乳児をもつ母親51名を対象とした。

#### 2. 調査期間

平成26年11月～平成27年10月

#### 3. データ収集方法

ベビービクスクラス終了後に母親に集まってもらい、調査の依頼をした。本研究への同意の意思があるにもかかわらず、子どもの機嫌により記入が難しい場合は、母の了承を得て子どもを一時的に預かる配慮をした。調査票は、回収箱への投函により回収した。

#### 4. 調査内容

①母子の属性(母親の年齢、子どもの月齢と性別、出生順位と出生時の体重、家族構成)、②居住地域、大学までの交通手段と所要時間、③ベビービクスクラス開催の情報入手先、④参加動機、⑤ベビービクスクラスの開催日時と開催場所の妥当性、⑥今後の開催希望の有無と開催希望頻度、⑦ベビービクスクラスに参加しての感想と意見について調査した。以上のうち④⑥に関しては2, 3回目の参加者を対象に調査した。

②③④⑤⑥は選択式，③④は重複回答，①⑦は自由回答とした。

### 5. 分析方法

調査内容の①から⑥では記述統計量を求め，⑦については，ベビービクスクラスに参加した感想，要望の視点で内容を抽出し，意味内容を損なわないように抽象度を上げてコード化，カテゴリー化した。

### 6. 倫理的配慮

ベビービクスクラスに参加した母親に対して，クラス終了後に，研究の趣旨と方法，自由参加の権利，参加の有無によって不利益は被らないこと，個人情報の保護，研究結果は学会や学術誌で発表すること，調査票の回収箱への投函をもって同意が得られたものとする，について書面で提示し口頭で説明した。なお，本研究は，関西福祉大学倫理審査委員会の承認を得て実施した。（承認番号：第26-0831）。

## Ⅲ. 結果

【 】は自由回答から得られたカテゴリーを，「」は質問に対する回答で説明する。

研究依頼をした51名の母親全員から回答を得た（回答率100%）。このうち回答に欠損のあったものを除いた48名を分析の対象とした（有効回答率94%）。

表1 母子の属性

		n = 48	
項目	内訳	人数	%
母親年齢	平均 32.5 歳	48	
子ども月齢	平均 7.5 か月	48	
性別	男児	25	52.0
	女児	23	48.0
出生順位	第1子	33	69.0
	第2子以降	15	31.0
出生体重	2500g 未満	19	19.0
	2500 g 以上	39	81.0
家族構成	平均 2949.9g		
	核家族世帯	47	98.0
居住地	2世帯以上	1	2.0
	市内	41	85.0
大学までの交通手段	市外	7	7.0
	自家用車	45	94.0
	タクシー	2	4.0
大学までの所要時間	徒歩	1	2.0
	平均 13.6 分		

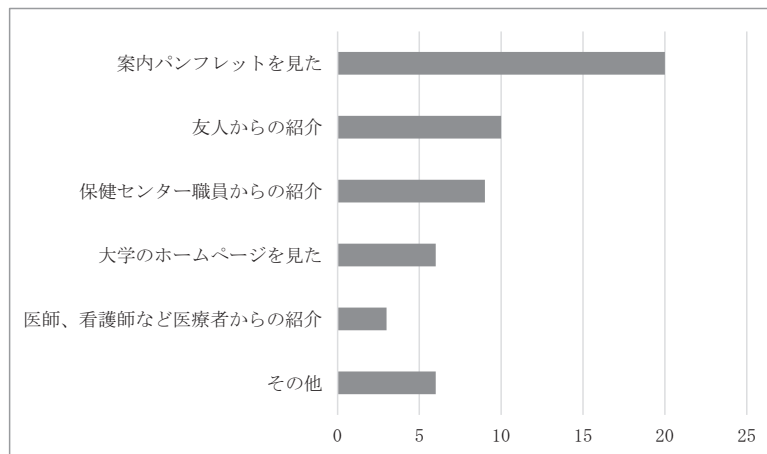


図3 クラス開催の情報入手先

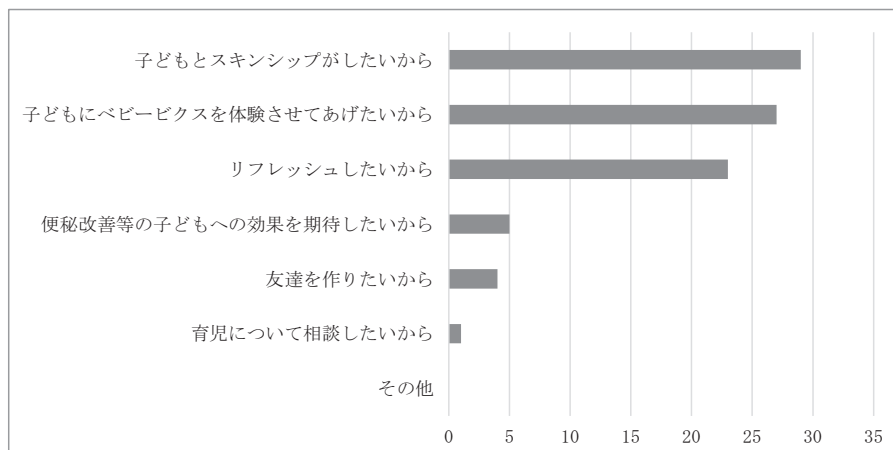


図4 参加動機

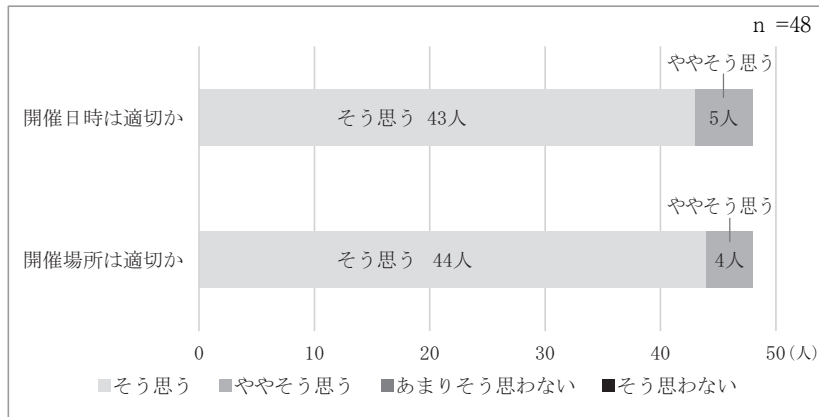


図5 ベビービクスクラス開催日時・場所の適正

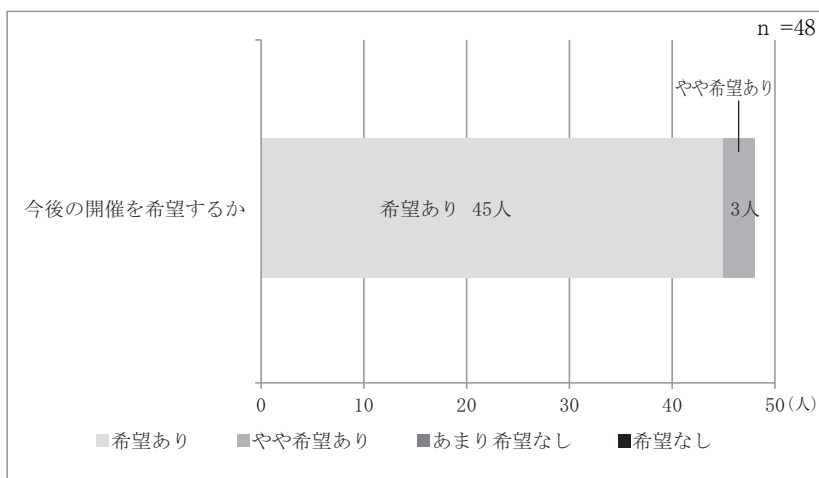


図6 今後の開催希望

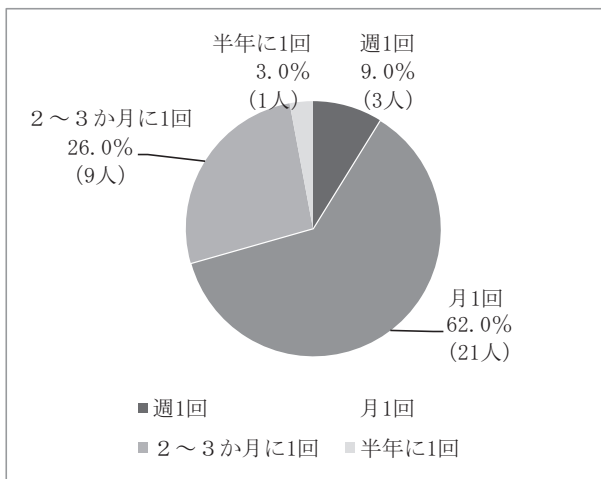


図7 開催の希望頻度

母親の年齢は、平均32.5歳、子どもの月齢は、平均7.5か月であった。子どもの出生順位は第1子が多く、1名を除いた全てが核家族世帯であった。参加者の80%以上が市内在住で、大学までの交通手段はほとんどが自家用車で、平均所要時間13.6分であった(表1)。クラス開

催の情報入手先と参加動機は(2, 3回目のみ回答)、「案内パンフレットを見た」が最も多く、次いで、「友人からの紹介」であった(図3)。参加動機については、最も多かったのが「子どもとスキンシップがしたいから」であった(図4)。

ベビービクスクラスの開催日時と開催場所の適正、今後の開催希望については、いずれも90%以上が「そう思う」と回答し(図5, 6)、希望する開催頻度は、月1回が最も多かった(図7)。

ベビービクスクラスに参加した感想において、積極的な母親の意見は、【気分転換】【リラックス】【実施方法の習得】【参加者同士の意見交換】【子育ての再考】【子どもの成長を実感】であった。母親が感じた積極的な子どもの側面は、【気分転換】【リラックス】であった(表2)。消極的な母親の意見は、【子どもが動くことで実施が難しい】であった(表3)。要望は、【週末の開催】【ベビービクス以外のクラスを開催】であった(表4)。

表2 前向きな感想

カテゴリー	コード
母親の気分転換	楽しかった
	子どもが喜んでいて自分も幸せになった
	リフレッシュできた
母親のリラックス	家から出て気分転換できた
	マッサージすることで自分自身もリラックスできた
継続の意欲	子どもとリラックスできた
実施方法の習得	自宅でも実践していこうと思った
参加者同士の意見交換	マッサージや運動の仕方が勉強になった
末子と二人の時間	母親同士で意見交換できてよかった
スキンシップの心地よさ	きょうだいの託児により、下の子と二人の時間がもてた
子どもとコミュニケーション	肌と肌の触れ合いが気持ちよかった
子育ての再考	子どもとコミュニケーションがとれた
子どもの全身観察	子育てを考え直すきっかけになった
子どもの成長を実感	子どもの全身状態を見ることができた
実施のきっかけ	同月齢の子どもをみて成長を感じられた
子どもの気分転換	ベビービクスをするきっかけができた
	子どもが楽しそうだった
子どものリラックス	子どもが機嫌よく参加できた
	子どもがリラックスしていた
対応に満足	スタッフが対応に助けられた

表3 消極的な感想

カテゴリー	コード
子どもが動くことで実施が難しい	子どもの月齢が小さい時の方が実施しやすいと思った
	子どもが動き回って大変だった
音響	インストラクターの声や音楽が後ろまで聞こえにくかった
参加者の配置	円形になってないためにインストラクターの手元が見えない

表4 要望

カテゴリー	コード
場所の余裕	広いスペースが欲しい
週末の開催	土曜日・日曜日でも開催して欲しい
ベビービクス以外のクラスを開催	母子が参加できるクラスがもっと欲しい

#### IV. 考察

母親の参加動機は、「子どもとスキンシップがしたい」「子どもにベビービクスをしてあげたい」という回答が多く、子どもと触れ合うことに積極的な母親の集団であったと考える。さらに、90%以上の母親が今後のクラス開催を希望し、頻度は月1回程度を希望していることから、本学で開催するベビービクスクラスにおける、赤穂市及び、近隣地域の母親にとってのニーズは大きいと考える。

子育て中の母親は、子どもの発達やしつけの悩みに加え、母親としての役割を果たすことの矛盾や葛藤など多くの悩みを抱えている<sup>4)</sup>が、ベビービクスクラスへの

参加は母親にとって、スキンシップの方法を学ぶだけでなく、母親同士での情報交換の場となっていた。月齢の近い母親や、二人以上の子どもを持つ育児経験の豊富な母親および専門職スタッフからアドバイスやヒントを得て、子育てを振り返る機会になっていた。また、別の子どものを見て、我が子の成長を実感できたのではないかと考える。

消極的である母親の意見は、【子どもが動くことで実施が難しい】であり、子どもの月齢によってクラスを分け、発達に合った方法を具体的に説明しながら実践していくことが望ましいと考える。

母親は、乳児期に限らず子どもの成長発達や年齢に応

じた母子で参加できるクラスの開催を望んでいることがわかった。看護分野・保育分野の学科を有する本学の特色を生かして、乳児期以降継続的に母子が参加できるクラスの開催や、仕事をもつ母親や父親も参加できるように週末の開催を検討していく必要がある。

## V. 結論

本学で開催しているベビービクスクラスで明らかになったことは、以下の通りである。

1. 母子が気分転換やリラックスできる場となっていた。
2. 自分の子育てを振り返るきっかけとなり、子どもの成長を実感できる場になっていた。
3. ベビービクスクラスの開催は、赤穂市と近隣地域に在住する核家族世帯の母親にとって、意義のある子育て支援の一つであることが示唆された。

## 謝辞

本研究にご協力いただきましたお母様方に深謝いたします。

## 文献

- 1) 一般社団法人マタニティフィットネス協会, 2016年3月1日, <http://www.j-m-f-a.jp/mama/fitness/withbabies>
- 2) 高橋靖子, 瀬地山葉矢, 本城秀次: 乳児の気質と母親の育児不安との関連, 小児保健研究73-3, 2014.
- 3) 内閣府・平成26年度版少子化社会対策白書, <http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/whitepaper/measures/w-2014/26pdfhonpen/26honpen.html>
- 4) 櫻谷眞理子: 子育ての実態と親のニーズについて～地域調査の結果と自由記述の分析を通じて～, 立命館人間科学研究, 8, 69-79, 2005.