ベビーマッサージ教室の実践とその効果

細　井　　香

（2010年10月19日受理）

要　約

淑徳短期大学は、2010年度からベビーマッサージ・インストラクターの資格を卒業時に取得できるようになった。これを受け、筆者は同年３月より、地域貢献の一環および学生の実践の場として「ベビーマッサージ教室」を開催している。本稿では、インストラクターとなる学生が、将来、ベビーマッサージ教室を運営するさいの参考資料となるよう、２章で「実践報告」を提示し、３章でベビーマッサージ教室の効果について検討している。ベビーマッサージ教室の効果については、教室の参加前と参加後に実施した「花沢の対児感情尺度および母性理念質問紙」を用いたアンケート調査をもとに考察している。その結果、ベビーマッサージ教室に参加したことで、「きれいな」、「あたたかい」、「あかるい」などの接近感情項目で、また回避項目では「たいへんな」、「わがままな」、「めんどくさい」の項目で変化が生じた。

キーワード　乳児、ベビーマッサージ、対児感情、アンケート調査

１．はじめに

本学は、本年度（2010年）より、日本アタッチメント育児協会から「育児セラピスト養成校」として認定され、日本で初めて卒業と同時に「ABMベビーマッサージ・インストラクター」、「育児セラピスト１級」の資格が取得できるようになった。[1)]

ベビーマッサージは、「インファントマッサージ」、「ベビーあんま」、「ベビーエステ」、「ベビータッチ」、「タッチケア」など、さまざまな名称で呼ばれているが、共通認識としては、「パパやママが意識的に子を見つめ、肌に触れる時間を持つことにより言葉をこえてわかり合おうとする、愛着形成（アタッチメント）行為[2)]」と捉えられている。

ベビーマッサージの効果としては、タッチリサーチ研究所（TRI: Touch Research Institute）が、情緒の安定、睡眠の増加、良好な体重増加、無呼吸発作の減少、入院期間の短縮などを科学的に実証している。[3)] また、マッサージにより、「血行やリン

パ液の働きが促進される」、「肌が丈夫になることで免疫力が高まる」、「お腹をマッサージすることで消化不良や便秘が改善される」、「夜泣きやぐずりが軽減される」などの報告もあげられている。[4)]

情緒安定に欠かせない親子関係においては、「マッサージを通して親子の触れ合いやコミュニケーションが増える」、「母親が赤ちゃんの不調を敏感に感じ取ることができるようになる」、「赤ちゃんも呼びかけによく反応し、周囲への反応が活発になる」など、アタッチメント形成に、よい影響を及ぼすことが明らかとされている。[5)]

現在では、子育て支援の一環として、保育所や幼稚園、児童館、保健センター、産婦人科などで、数多くの「ベビーマッサージ教室」が開催されている。平成21年４月に施行された保育所保育指針[6)]の改定の背景には、核家族化や地域とのつながりの希薄化など、子育ての不安や悩みを抱えて孤立する保護者が増え、養育力の低下が指摘されている。これを受け同指針では、保育所が、入所している子どもの保護者支援と地域の子育て家族の支援の、２つの役割を果たすことを明確に示した。親子の触れあいの機会をつくる「ベビーマッサージ教室」は、今後、ますますニーズが高まると考える。

筆者は、本校において、毎月第２土曜日に「ベビーマッサージ教室」を開催している。本教室の目的は、親子が「ベビーマッサージ教室」に参加することで、「親子のコミュニケーションのきっかけを作ること」、マッサージの手技を教えることだけにとらわれず、「母親同士が子育ての悩みや不安を語り合えるような、共感的に交流しあえる場をつくること」を心掛けている。そして本校の学生が、卒業後インストラクターとして保育現場で実践する際の学びの機会になるよう、毎回、学生が参加できる場を設けている。

本稿では、「ベビーマッサージ教室」の実践報告と、その効果について検証する。「ベビーマッサージ教室」の効果については、教室に参加した母親からのアンケートをもとに考察する。

２．淑徳短期大学「ベビーマッサージ教室」の実践

（１）対象および実施時間・場所・環境構成

淑徳短期大学「ベビーマッサージ教室」は、2010年３月から毎月第２土曜日に開催し、９月現在で６回実施している。時間は、午前の「ぷち教室」が10時30分から12時まで、午後の「ぴち教室（９月より開始）」が13時から14時30分までとなっている。「ぷち教室」、「ぴち教室」の愛称は、2010年９月より、同校ボランティアセンターの子育て支援事業「子育ち応援隊　ぷち・ぴち」がスタートし、従来の「ベビーマッサージ教室」がこちらの活動に組み込まれたことに因んでつけたものである。ちなみに、「ぷち・ぴち」とは、フランス語で小さいという意味の「ぷち」と「ぴちぴち」した子どもたちの様子から名づけたとのことである。

対象は、「ぷち教室」が、２か月から１歳までの赤ちゃんおよび、１歳以上でも初めて参加される方を対象とし、「ぴち教室」では、２回以上参加されているまたは、１歳以上のお子さんを対象としている。毎回、子どもの人数は10人前後としている。参加費用であるが、ベビーマッサージで使用するオイル代と、ティタイム時のお茶菓子代を徴収している。参加人数で割っているため、月によって若干の違いはあるものの、一人当たり300円程度の参加費となっている。

開催場所は大学内音楽室であり、音楽室にはピアノが設置されており、防音効果と、床にカーペットが敷いてある教室となっている。衛生面・安全面への配慮として、カーペットの上には、赤ちゃんたちがハイハイをしても大丈夫なようにジョイントマットを敷いている。ジョイントマットの上は、土足厳禁とし、マッサージをする際は、ジョイントマットの上に、さらにヨガマットを敷き、その上でマッサージが行えるようにしている。

壁には、ボランティア学生の協力で、参加するママ（母親）と赤ちゃんが、明るくかわいい雰囲気の中でマッサージができるように、季節にあったお花や動物などの壁面装飾をほどこし、さらに毎月の教室の写真が貼れるようにと、カレンダー型にした写真コーナーを作っている。我々スタッフも、思い出の記録として楽しんでいるが、リピーターのママ（母親）たちも、この写真をとても楽しみにしている。

（２）参加者の人数および年齢の内訳

参加者の人数は、表１に示したとおり、天候や月によってばらつきはあるが、６月以降は、ほぼ定員を満たしている状況である。対象が赤ちゃんのため、当日になってから体調不良等でキャンセルが出ることも多い。どの月も、ねんねの時期の赤ちゃん、ハイハイの時期の赤ちゃん、つかまり立ちの時期の赤ちゃんと混合だが、月齢の低いママ（母親）たちは、先輩ママたちに子育てのアドバイスを受けることができる。「今は、子育てが大変でつらい」と感じていても、先輩ママたちの実体験やアドバイスを聞くことで安心したり、「自分の子どもより、月齢の大きい子どもたちを見ること」で、自分の子どもの成長した姿を想像することができることも、様々な月齢の子どもがいることのメリットとなっている。また、先輩ママたちにとっても、「少し前までは、うちの子もこんなに小さかった」ことを思いだし、自分の子どもの成長を改めて感じ喜ぶことができるため、お互いよい相乗効果をもたらせている。

（３）実施内容

「ぷち教室」では、ベビーマッサージが初体験という方が多いため、はじめに健康チェック、ベビーマッサージ用のオイル[7)]の説明およびパッチテストをしてもらい、パッチテストの結果がでる間に、参加者の自己紹介とベビーマッサージに関する15分程度のミニ講座を行っている。

健康チェックは、その日マッサージが行えるかどうか、「皮膚の感染症の有無」、

表１　子どもの参加人数および年（月）齢の内訳

<table>
<tr><th rowspan="2"></th><th colspan="6">ぷち教室</th></tr>
<tr><th>申込人数</th><th>参加人数</th><th colspan="4">月齢の内訳</th></tr>
<tr><td>2010年
３月</td><td>８名
女児：３名
男児：３名</td><td>６名</td><td colspan="4">２か月：３名、４か月：１名、
８か月：１名、９か月：１名</td></tr>
<tr><td>2010年
４月</td><td colspan="6">暴風雨のため、お休み</td></tr>
<tr><td>2010年
５月</td><td>９名
女児：６名
男児：３名</td><td>８名</td><td colspan="4">４か月：２名、５か月：２名、６か月：３名、
１　歳：１名</td></tr>
<tr><td>2010年
６月</td><td>12名
女児：８名
男児：５名</td><td>12名</td><td colspan="4">４か月：１名、６か月：５名、
７か月：１名、９か月：１名、10か月：１名、
1歳1か月：３名</td></tr>
<tr><td>2010年
７月</td><td>12名
女児：４名
男児：８名</td><td>８名</td><td colspan="4">５か月：１名、
７か月：３名、８か月：１名、９か月：２名
２　歳：１名</td></tr>
<tr><td>2010年
８月</td><td>７名
女児：４名
男児：４名</td><td>５名</td><td colspan="4">４か月：１名、５か月：１名、
７か月：１名、８か月：１名、
１　歳：１名</td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td colspan="3">ぷち教室</td><td colspan="3">ぴち教室（９月より開始）</td></tr>
<tr><td>申込人数</td><td>参加人数</td><td>月齢の内訳</td><td>申込人数</td><td>参加人数</td><td>月齢の内訳</td></tr>
<tr><td>2010年
９月</td><td>８名
女児：４名
男児：４名</td><td>７名</td><td>２か月：１名
３か月：１名
４か月：１名
６か月：１名
10か月：１名
１　歳：１名</td><td>４名
女児：２名
男児：２名</td><td>４名</td><td>１歳：４名</td></tr>
</table>

「38度以上の高熱の有無」、「予防接種を受けた次の日でないこと」、「怪我の有無」など、その日の体調を確認する。パッチテストは、使用するオイルが赤ちゃんの肌に適しているかどうか、アレルギーの反応を調べるためのテストである。赤ちゃんの上腕の内側に、直径２cmほどの少量のオイルをぬり、15分から20分ほど待ち、赤くなったり湿疹などが出ないかどうか確認している。

4

その後マッサージの手技に入るが、マッサージの最初は、服を着たままできるマッサージを取り入れ、ママ（またはパパ）と赤ちゃんが、「大きなくりの木の下で」や「ララララぞうきん」などの歌で、歌いながら触れあえるマッサージを行い、親子で触れあうことに慣れてから、裸になりオイルを使用したマッサージを実施するようにしている。マッサージが終わった後は、30分ほどゆったりできる「ティタイムの時間」を設けている。その時間は、授乳をしたりおむつ交換をしたり、ママ同士がおしゃべ

りをしながら交流できる時間としている。ママたちが会話を楽しんでいるときには、同じ部屋のキッズコーナーで、ボランティア学生が赤ちゃんたちと遊んで過ごしている。ママたちは、ひとときの間、赤ちゃんから解放されのんびりとした時間を過ごせるので、大変に好評な時間となっている。講師（筆者）は、ティタイムには、なるべく参加者全員と接することができるよう、ママたちの会話に入りながら、子育ての悩みや疑問などに、随時答えるようにしている。

「ぴち教室」は、１歳以上の子どもが対象となるため、つかまり立ちや歩きはじめの赤ちゃんが多く、じっとしていることが難しい。そのため、ゆっくり寝ながら行うマッサージが実施しにくくなってくる。そこでぴち教室では、親子が触れあい、一緒に遊びながらできるマッサージとして、「大きなくりの木の下で」、「むすんでひらいて」、「げんこつやまのたぬきさん」、「ゆりかごのうた」、「ぞうさん」、「ラララぞうきん」などの歌遊びを取り入れたマッサージを紹介している。また、ボランティア学生の協力により、後半は、ピアノを使ったリトミックや触れあい遊び、絵本の読み聞かせや手遊びなどの時間を設けている。親子で行うリトミックでは、お母さんのストレッチも兼ねており、子どもを抱っこしたままピアノの２拍子、４拍子のリズムにあわせて、身体を右、左と動かしたり、腰をひねったり、足踏みしたり、歩いたりと、ママたちの、日頃の運動不足が解消されてよいと好評である。

（４）衛生面・安全面への配慮

衛生面・安全面への配慮として、ベビーマッサージ教室の会場は、ハイハイしても大丈夫なように、ジョイントマットを敷き土足厳禁としたり、赤ちゃんたちが遊んだおもちゃなどは、毎回、教室終了後に、「洗う」、「アルコール綿でふく」などの衛生管理をしている。また、赤ちゃんたちが、ハイハイしたり、歩きまわったときにぶつかると危険な、机や椅子の足には防護カバーをつけるなどの配慮をしている。さらに毎回の教室運営の備えとして、参加者と講師、スタッフ、ボランティア学生は、ボランティア保険に入っている。

写真１　ベビーマッサージ教室の様子

写真２　キッズコーナーで、
ボランティア学生と遊ぶ子どもたち

5

３．ベビーマッサージ教室の効果　―参加者のアンケート調査結果から―

（１）目的

ベビーマッサージ教室の効果や必要性を明らかとするため、「ベビーマッサージ教室」に参加している母親を対象に、アンケート調査を実施し、ベビーマッサージ教室への参加が「対児感情」に影響を及ぼすかどうかについて調べる。

（２）調査対象および方法

平成22年３月から７月までのＳ短期大学およびＳＹ幼稚園、子育てカレッジ等で実施した「ベビーマッサージ教室」参加者（母親）62名に対し、ベビーマッサージ教室参加前と参加後に、自記式による質問紙調査を行った。参加者に父親２名が参加していたが、母親と一緒での参加のため、今回はアンケートには回答してもらわなかった。

（３）調査内容

調査票は、年齢、性別、子どもの数、マッサージ教室に参加している児の年（月）齢などの属性と、花沢の対児感情尺度28項目（０－３得点）と母性理念質問紙27項目（－２　－　２得点）、子育ての悩みや不安、ベビーマッサージ教室に参加した感想などの項目で構成されている。子育ての悩みや不安、参加した感想については、自由記述にて回答してもらった。実施前の質問紙では、参加した感想以外のすべての項目を、実施後の質問紙では、参加した感想と対児感情尺度の質問のみ行った。

母性理念質問紙[8)]を、表２に示した。花沢は、母性とは、「女性が母親になる、あるいは母親であることの自覚」、「その自覚に基づく妊娠・分娩・育児への態度と価値観」という２つの包括する概念だとし、幼児期からの生育史のうちに生成され、個人的経験を重ねることで形成され変容するものと捉えている。[9)]

質問項目は27項目であり、伝統的な母親役割を肯定する内容の項目（肯定項目）18項目と、伝統的な母親役割を否定する内容の項目（否定項目）９項目で構成されている。肯定項目は、質問番号「１、２、４、５、７、８、10、11、13、14、16、17、18、20、22、23、25、26」であり、否定項目（網かけ）は、質問番号「３、６、９、12、15、18、21、24、27」である。母性理念質問紙は、再検査法により、信頼性・妥当性が証明されている。[10)]

6

対児感情尺度は、表３に示したように、乳児に対して大人が抱く感情を肯定的側面（接近感情）と否定的側面（回避感情）の２側面から測定する尺度であり、再検査法で信頼性および妥当性が証明されている。[11)] 子どもを肯定し受容する感情を示す14の形容詞で構成される肯定的側面（接近項目）と、子どもを否定し拒否する感情を示す14の形容詞で構成される否定的側面（回避項目）から構成されている。接近項目と回避項目を以下に示す。

表２　母性理念質問紙

育児や女性の生活に関する意見があります。それぞれの意見について、どう思うか、各項目の右にある５段階のうち、あなたの考えに合うところに○をつけてください。

２…非常にそう思う　１…そう思う　０…どちらともいえない　－１…ちがう　－２…非常にちがう

1	妊娠は、女にとってすばらしい出来事である	2	1	0	－1	－2
2	赤ちゃんを産むことができるのは女の特権である	2	1	0	－1	－2
3	妊娠した自分の姿は、想像するだけでみじめである	2	1	0	－1	－2
4	赤ちゃんを産んで初めて、子どものかわいさがわかる	2	1	0	－1	－2
5	赤ちゃんを無事に産むためなら、どんな苦しみも我慢できる	2	1	0	－1	－2
6	女だけが妊娠やお産の苦労をするのは不公平である	2	1	0	－1	－2
7	女は子どもを産むことで、自分が生きた証拠を残すことができる	2	1	0	－1	－2
8	どんなことをしても、赤ちゃんは母乳で育てるべきである	2	1	0	－1	－2
9	予定していない妊娠の場合は、人工中絶もやむを得ない	2	1	0	－1	－2
10	子どもを産んで育てるのは、社会に対する女の努めである	2	1	0	－1	－2
11	女は子どもをもつことで、人生の価値を知ることができる	2	1	0	－1	－2
12	結婚生活を楽しむためには、子どもをつくらないほうがよい	2	1	0	－1	－2
13	育児は女に向いている仕事であるから、するのが自然である	2	1	0	－1	－2
14	子どもを産んで育てることは、自分自身の成長につながる	2	1	0	－1	－2
15	わが子を他人に預けても、自分の仕事を続けるべきである	2	1	0	－1	－2
16	子どもを産んで育てなければ、女に生まれた甲斐がない	2	1	0	－1	－2
17	子どもがいることで、家庭生活より楽しくなる	2	1	0	－1	－2
18	育児は妻だけでなく、夫も分担すべき仕事である	2	1	0	－1	－2
19	わが子の成長を見とどけるために、長生きをしなければならない	2	1	0	－1	－2
20	母親がわが子を自分の一部だと感じるのは当然である	2	1	0	－1	－2
21	育児に追われていると、若さが早く失われる	2	1	0	－1	－2
22	わが子のためなら、自分を犠牲にすることができる	2	1	0	－1	－2
23	子どもを育てるのは、産みの母が最良である	2	1	0	－1	－2
24	育児から開放される時に、人間らしい自由な生活ができる	2	1	0	－1	－2
25	わが子の存在を感じるだけで、毎日の生活に張りが出る	2	1	0	－1	－2
26	育児に専念したいというのが、女の本音である	2	1	0	－1	－2
27	母親が子どもの成長を生き甲斐にするのは間違っている	2	1	0	－1	－2

接近項目「あたたかい、うれしい、すがすがしい、いじらしい、しろい、ほほえましい、ういういしい、あかるい、あまい、たのしい、みずみずしい、やさしい、うつくしい、すばらしい」

回避項目（網かけ）「よわよわしい、はずかしい、くるしい、やかましい、あつかましい、むずかしい、てれくさい、なれなれしい、めんどうくさい、こわい、わずらわしい、うっとうしい、じれったい、うらめしい」である。

どちらも、小児・母性看護学の領域で広く用いられている尺度である。[12～15)]

表３　対児感情尺度

現在、あなたは“赤ちゃん”について、どのようなイメージまたは感じがしますか？　あなたの気持ちに合うところに○をつけてください。

３…非常にそのとおり　２…そのとおり　１…少しそのとおり　０…そんなことはない

あたたかい	3	2	1	0	あかるい	3	2	1	0
よわよわしい	3	2	1	0	なれなれしい	3	2	1	0
うれしい	3	2	1	0	あまい	3	2	1	0
はずかしい	3	2	1	0	めんどうくさい	3	2	1	0
すがすがしい	3	2	1	0	たのしい	3	2	1	0
くるしい	3	2	1	0	こわい	3	2	1	0
いじらしい	3	2	1	0	みずみずしい	3	2	1	0
やかましい	3	2	1	0	わずらわしい	3	2	1	0
しろい	3	2	1	0	やさしい	3	2	1	0
あつかましい	3	2	1	0	うっとうしい	3	2	1	0
ほほえましい	3	2	1	0	うつくしい	3	2	1	0
むずかしい	3	2	1	0	じれったい	3	2	1	0
ういういしい	3	2	1	0	すばらしい	3	2	1	0
てれくさい	3	2	1	0	うらめしい	3	2	1	0

（４）分析方法

ベビーマッサージ教室に参加した母親たちの「母性理念」を把握するために、参加した母親たちを子どもの月齢別に「２～４か月」「５～７か月」「８～12か月未満」「１歳以上」の４つの群に分け、χ二乗検定を行った。また対児感情の変化を見るために、ベビーマッサージ教室参加前と参加後の平均値の比較について、ｔ検定を行った。分析にはSPSS for Windows 17.0を使用し、有意水準は５％未満とした。

（５）倫理的配慮

調査票実施時に、調査への協力は自由意志に基くこと、結果は数値化して統計的に処理し、個人名や所属等プライバシーの保護には十分配慮することを説明したうえで配布し、調査票の回収により調査の協力への同意が得られたものとした。

（６）調査結果および考察

①対象の属性

8

今回の分析対象者は母親（女性）62名であり、平均年齢29.9歳（24歳～37歳）であった。参加した児の人数は63名（兄弟で一緒に参加したケースがあったため、母親の数とは一致しない。）性別は、男児30名（47.6%）、女児33名（52.4％）で、ほぼ半数ずつであった。そのうち１歳以上児の参加は10名（15.9%）、１歳未満児の参加は53名（84.1%）である。

月齢の内訳は、２か月から４か月の時期が12名、５か月から７か月までの時期が17

名、８か月から12か月までの時期が24名であった。子どもの数は、参加者のうち58名（92%）が、「初めての子ども＝１人」であった。

本研究の対象者に関しては、ベビーマッサージ教室の案内に、年齢を２か月からとしたため、大きい子どもたちが参加しにくく、０歳児の参加者が多くなったものと考えられる。また、ベビーマッサージ教室は、市区町村でも数多く実施しており、兄弟のいる方は、すでに他で参加しているものと推測する。

②母性理念

ベビーマッサージ教室に参加した母親が、子育てや伝統的な母親役割について、どのように感じているのか母性理念質問紙により調べた。花沢は、育児経験が母性理念の変容に影響することを指摘している。[16] そこで子どもの月齢群別に母性理念の反応を見ることとした。表４に肯定項目、表５に否定項目の結果を示した。

結果をまとめると、肯定項目では、すべての項目で子どもの月齢によって回答に有意な差が認められた。ベビーマッサージ教室に参加した母親たちは、ほとんどの項目に関して肯定的にとらえていたが、「母乳で育てるべき」、「育児は女の仕事だ」、「子どもを産まなければ、女に生まれた甲斐がない」、「育児に専念したい」の項目については、「違う」という回答が目立っていた。他の群に比べ、２～４か月の月齢群で多く肯定していた項目は、「どんなことをしても、赤ちゃんは母乳で育てるべきである」、「子どもを産んで育てるのは、社会に対する女の務めである」の項目であった。本研究の対象者は母乳育児をしている母親が多く、また仕事を辞めて育児に専念している母親が多い。２～４か月のこの時期は、特に離乳食の開始前であることからも、母乳育児への強い意志が感じとれる。また５～７か月の月齢群では他の群に比べて、「わが子の存在を感じるだけで、毎日の生活に張りが出る」の項目を多く肯定していた。ねんねの時期を終え、育児にも少し慣れてきて、わが子の存在の大切さを改めて実感できる時期なのだと考えられる。８か月以上児群では他の群に比べて、「わが子の成長を見とどけるために、長生きをしなければならない」を多く肯定していた。この項目は、月齢が高くなるにつれ肯定者の割合が高くなっている項目である。だんだんわが子が成長していく姿を見ているうちに、親として、少しでも長くこの子のために生きていたいと感じる心境になるのかもしれない。

母性理念は、出産や母親行動（本当の母親でなくても、母親のような行動をとる場合も含む）を体験する過程で生成し形成されるものと考える。ベビーマッサージ教室に参加している母親は、もともと動機づけが高く、子育てに対して前向きで意欲的な母親が多いと考えられるが、先行研究と比較しても、伝統的な母親役割に対して肯定的な考えをより強くもっていることが明らかとなった。[17～19]

否定項目では、「わが子を他人に預けてでも、自分の仕事を続けるべき」の項目のみ、有意な差が認められなかった。現代は、働きながら子育てをすることが一般的なことであり、月齢別の違いが見られなかったと考える。また全体的に、「女だけが妊

表４　母親における母性理念・肯定各項目回答の「子どもの月齢群別」比較

			非常にそう思う	そう思う	どちらとも	違う	非常に違う	
1	妊娠は、女にとってすばらしい出来事である	２～４か月	75.0	25.0	0.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
		８～12か月	33.3	66.7	0.0	0.0	0.0	
		１歳以上	70.0	30.0	0.0	0.0	0.0	
2	赤ちゃんを産むことができるのは女の特権である	２～４か月	25.0	75.0	0.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	70.6	29.4	0.0	0.0	0.0	
		８～12か月	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
		１歳以上	70.0	30.0	0.0	0.0	0.0	
4	赤ちゃんを産んで初めて、子どものかわいさがわかる	２～４か月	0.0	50.0	0.0	50.0	0.0	＊＊
		５～７か月	52.9	0.0	11.8	35.3	0.0	
		８～12か月	0.0	66.7	33.3	0.0	0.0	
		１歳以上	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	
5	赤ちゃんを無事に産むためなら、どんな苦しみも我慢できる	２～４か月	0.0	25.0	75.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	52.9	17.6	29.4	0.0	0.0	
		８～12か月	0.0	66.7	33.3	0.0	0.0	
		１歳以上	20.0	50.0	30.0	0.0	0.0	
8	どんなことをしても、赤ちゃんは母乳で育てるべきである	２～４か月	0.0	25.0	50.0	25.0	0.0	＊＊
		５～７か月	0.0	0.0	47.1	35.3	17.6	
		８～12か月	0.0	0.0	33.3	33.3	33.3	
		１歳以上	0.0	0.0	80.0	20.0	0.0	
10	子どもを産んで育てるのは、社会に対する女の努めである	２～４か月	0.0	75.0	25.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	0.0	0.0	29.4	52.9	17.6	
		８～12か月	0.0	33.3	66.7	0.0	0.0	
		１歳以上	0.0	20.0	80.0	0.0	0.0	
11	女は子どもを産むことで、自分が生きた証拠を残すことができる	２～４か月	0.0	50.0	25.0	25.0	0.0	＊＊
		５～７か月	17.6	47.1	0.0	35.3	0.0	
		８～12か月	0.0	33.3	66.7	0.0	0.0	
		１歳以上	20.0	50.0	30.0	0.0	0.0	
13	育児は女に向いている仕事であるから、するのが自然である	２～４か月	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	0.0	0.0	47.1	52.9	0.0	
		８～12か月	0.0	0.0	66.7	33.3	0.0	
		１歳以上	0.0	0.0	80.0	20.0	0.0	
14	子どもを産んで育てることは、自分自身の成長につながる	２～４か月	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	47.1	52.9	0.0	0.0	0.0	
		８～12か月	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	
		１歳以上	70.0	30.0	0.0	0.0	0.0	
16	子どもを産んで育てなければ、女に生まれた甲斐がない	２～４か月	0.0	0.0	50.0	25.0	25.0	＊＊
		５～７か月	0.0	0.0	47.1	52.9	0.0	
		８～12か月	0.0	0.0	0.0	66.7	33.3	
		１歳以上	0.0	20.0	80.0	0.0	0.0	
17	子どもがいることで、家庭生活より楽しくなる	２～４か月	25.0	75.0	0.0	0.0	0.0	＊
		５～７か月	64.7	35.3	0.0	0.0	0.0	
		８～12か月	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	
		１歳以上	20.0	80.0	0.0	0.0	0.0	
19	わが子の成長を見とどけるために、長生きをしなければならない	２～４か月	0.0	75.0	25.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	17.6	47.2	35.3	0.0	0.0	
		８～12か月	66.7	33.3	0.0	0.0	0.0	
		１歳以上	70.0	30.0	0.0	0.0	0.0	

20	母親がわが子を自分の一部だと感じるのは当然である	2～4か月	25.0	75.0	0.0	0.0	0.0	＊＊
		5～7か月	29.4	17.6	0.0	52.9	0.0	
		8～12か月	0.0	66.7	33.3	0.0	0.0	
		1歳以上	0.0	80.0	20.0	0.0	0.0	
22	わが子のためなら、自分を犠牲にすることができる	2～4か月	0.0	75.0	25.0	0.0	0.0	＊
		5～7か月	17.6	52.9	11.8	17.6	0.0	
		8～12か月	0.0	66.7	33.3	0.0	0.0	
		1歳以上	0.0	80.0	20.0	0.0	0.0	
23	子どもを育てるのは、産みの母が最良である	2～4か月	0.0	50.0	50.0	0.0	0.0	＊＊
		5～7か月	17.6	17.6	64.7	0.0	0.0	
		8～12か月	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0	
		1歳以上	0.0	80.0	20.0	0.0	0.0	
25	わが子の存在を感じるだけで、毎日の生活に張りが出る	2～4か月	0.0	75.0	25.0	0.0	0.0	＊＊
		5～7か月	70.6	29.4	0.0	0.0	0.0	
		8～12か月	0.0	66.7	33.3	0.0	0.0	
		1歳以上	0.0	80.0	20.0	0.0	0.0	
26	育児に専念したいというのが、女の本音である	2～4か月	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	＊＊
		5～7か月	0.0	35.3	64.7	0.0	0.0	
		8～12か月	0.0	0.0	66.7	0.0	33.3	
		1歳以上	0.0	30.0	50.0	20.0	0.0	

＊＊　$p<0.1$　＊　$p<0.5$

娠などの苦労をするのは不公平」、「育児は夫も分担すべき」の項目で、「そう思う」の回答が多くみられた。否定項目については、先行研究においても未婚群、母親群ともに、ほとんど差は認められない。近年の男女平等主義や父親の育児参加が当然であるという社会的傾向から考えても、この結果は当然のことといえよう。

③対児感情尺度

ここでは、ベビーマッサージ教室の効果を検討するため、対児感情についてベビーマッサージ教室参加前と参加後の変化について調べた。

まず初めに対児感情を、接近感情と回避感情別に合計した得点の平均値を表6に示した。接近感情では、ベビーマッサージ教室参加前の平均値が31.8±5.5、参加後は33.9±5.7であり、有意な差が認められた。このことからベビーマッサージ教室参加後の方が、自分の子どもに対する接近感情が高くなったことが明らかとなった。この結果は、看護学生の小児病棟またはNICUなどの実習前後の対児感情を調べた結果と比較しても[20～21]、その差は大きく、接近感情得点も高い傾向を示した。まだ母親になっていない看護学生との比較ではあるが、看護学生が、乳児との接触経験によって接近感情を高めたように、ベビーマッサージ教室に参加した母親たちも、教室に参加したことで、自分の子どもとのかかわり方や触れあい方、そして他の母親との交流の中で、育児に対する向き合い方などに変化が生じたのではないかと推察する。

次に回避感情についてだが、ベビーマッサージ教室参加前の平均値は5.2±4.2、参加後では2.9±3.9であり、有意な差が認められた。このことからベビーマッサージ教室参加後の方が、自分の子どもに対する回避感情が低くなっていることが明らかとな

表５　母親における母性理念・肯定各項目回答の「子どもの月齢群別」比較

			非常にそう思う	そう思う	どちらとも	違う	非常に違う	
3	妊娠した自分の姿は、想像するだけでみじめである	２～４か月	0.0	0.0	25.0	50.0	25.0	＊＊
		５～７か月	0.0	0.0	0.0	0.0	100.0	
		８～12か月	0.0	0.0	0.0	33.3	66.7	
		１歳以上	0.0	0.0	0.0	30.0	70.0	
6	女だけが妊娠やお産の苦労をするのは不公平である	２～４か月	0.0	25.0	75.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	52.9	17.6	29.4	0.0	0.0	
		８～12か月	0.0	66.7	33.3	0.0	0.0	
		１歳以上	20.0	50.0	30.0	0.0	0.0	
9	予定していない妊娠の場合は、人工中絶もやむを得ない	２～４か月	0.0	25.0	75.0	0.0	0.0	＊＊
		５～７か月	0.0	0.0	47.1	52.9	0.0	
		８～12か月	0.0	0.0	33.3	33.3	33.3	
		１歳以上	0.0	0.0	80.0	20.0	0.0	
12	結婚生活を楽しむためには、子どもをつくらないほうがよい	２～４か月	0.0	0.0	75.0	0.0	25.0	＊＊
		５～７か月	0.0	0.0	70.6	11.8	17.6	
		８～12か月	0.0	0.0	33.3	33.3	33.3	
		１歳以上	0.0	0.0	80.0	20.0	0.0	
15	わが子を他人に預けても、自分の仕事を続けるべきである	２～４か月	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	
		５～７か月	0.0	0.0	82.4	0.0	0.0	
		８～12か月	0.0	0.0	66.7	33.3	0.0	
		１歳以上	0.0	0.0	80.0	20.0	0.0	
18	育児は妻だけでなく、夫も分担すべき仕事である	２～４か月	25.0	75.0	0.0	0.0	0.0	＊
		５～７か月	17.6	47.1	35.3	0.0	0.0	
		８～12か月	33.3	33.3	33.3	0.0	0.0	
		１歳以上	70.0	30.0	0.0	0.0	0.0	
21	育児に追われると、若さが早く失われる	２～４か月	0.0	0.0	75.0	25.0	0.0	＊＊
		５～７か月	0.0	29.4	70.6	0.0	0.0	
		８～12か月	0.0	33.3	0.0	33.3	33.3	
		１歳以上	0.0	80.0	0.0	20.0	0.0	
24	育児から開放される時に、人間らしい自由な生活ができる	２～４か月	0.0	50.0	25.0	25.0	0.0	＊＊
		５～７か月	0.0	17.6	64.7	17.8	0.0	
		８～12か月	0.0	0.0	0.0	66.7	33.3	
		１歳以上	0.0	0.0	50.0	30.0	20.0	
27	母親が子どもの成長を生き甲斐にするのは間違っている	２～４か月	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	＊
		５～７か月	0.0	0.0	64.7	36.3	0.0	
		８～12か月	0.0	0.0	33.3	33.3	33.3	
		１歳以上	0.0	0.0	50.0	30.0	20.0	

表６　ベビーマッサージ教室参加前後の対児感情尺度の得点

	参加前	参加後	t 値	
接近感情	31.8±5.5	33.9±5.7	－4.123	＊＊
回避感情	5.2±5.5	2.9±3.9	3.435	＊＊

N＝62　　＊＊　p＜0.1

った。回避感情についても、接近感情同様、教室に参加し子どもと触れあうことで、これまでの子どもに対する回避的な感情が少なくなってきたと考えられる。

次に、接近感情14項目と回避感情14項目について、参加前と参加後の項目別平均得点とその差を表７に示した。接近感情得点の高い項目は「かわいらしい」2.75、「たいせつな」2.68、「すばらしい」「たのしい」2.50であり、回避感情得点の高い項目は「たいへんな」1.56、「わがまま」1.06であった。また接近感情14項目のうち、得点差の大きかった順にみていくと「きれいな」、「あたたかい」、「あかるい」の順に大きく、参加前より参加後の方が接近感情の得点は高くなっていた。ベビーマッサージ教室に参加した母親たちが、口々に言う言葉が、「赤ちゃんて温かい！！」であったため、この結果については納得がいくものであった。子どもを「あたたかい」と感じるということは、普段、じっくりと子どもに触れる機会が少ないということを表している。マッサージという手段を通して、子どもとの触れあいの機会を設けられたことは大きな意義があると考える。

回避感情では、得点差の大きかった順にみていくと「たいへんな」、「わがままな」、「めんどくさい」の順に大きく、参加前より参加後の方が回避感情の得点が低くなっている。ベネッセ次世代育成研究所が実施した『第１回妊娠出産子育て基本調査・フォローアップ調査（妊娠期～０歳時期）[22]」でも、子育ての大変さや、一人の時間がもてないストレス、思い通りにいかないイライラなどが、子育てのストレスの上位にあげられていた。ベビーマッサージ教室に参加した母親たちも、同様な気持ちを抱いていることが把握できた。教室に参加することで、子育てをしている他の母親との会話や、マッサージを通して穏やかな気持ちで子どもと触れあえたことで、子どもに対する否定的な感情が弱まったのだと考えられる。

表７　接近感情と回避感情の項目別平均得点

接近感情	度数	参加前(A)	参加後(B)	差(B－A)
かわいらしい	62	2.75	2.62	－0.13
たいせつな	62	2.69	2.69	0
すばらしい	62	2.50	2.44	－0.06
たのしい	62	2.50	2.50	0
おもしろい	62	2.38	2.50	0.12
やわらかい	62	2.38	2.44	0.06
ほほえましい	62	2.38	2.50	0.12
うれしい	62	2.31	2.50	0.19
しあわせな	62	2.31	2.38	0.07
すてきな	62	2.25	2.31	0.06
あかるい	62	2.06	2.31	0.25
あたたかい	62	2.00	2.56	0.56
うつくしい	62	1.81	2.00	0.19
きれいな	62	1.44	2.13	0.69

回避感情	度数	参加前(A)	参加後(B)	差(B－A)
たいへんな	62	1.56	1.06	－0.50
わがままな	62	1.06	0.69	－0.37
めんどくさい	62	0.44	0.13	－0.31
うっとうしい	62	0.38	0.13	－0.25
じれったい	62	0.38	0.13	－0.25
さみしい	62	0.31	0.06	－0.25
こわい	62	0.19	0.13	－0.06
じゃまな	62	0.19	0.13	－0.06
きたない	62	0.19	0.13	－0.06
かなしい	62	0.13	0.13	0
きらいな	62	0.13	0.06	－0.07
かなしい	62	0.13	0.13	0.00
おそろしい	62	0.06	0	－0.06
にくたらしい	62	0.06	0.13	0.07

④子育ての悩みや心配事

最後に、「子育ての悩みや心配事について」、自由記述にて尋ねた結果を、以下に示した。同じような内容に関しては、まとめて一つに集約している。

・「おむつかぶれ」になりやすくて困ります。
・すぐに汗疹ができてしまいます。
・肌がかさつきやすいです。
・爪で顔や体を引っ掻くので、血が出るし、目の中に指が入りそうで怖いです。
・母乳の間隔が短すぎて大変です。保健師さんに言われたとおりにするのが難しいです。
・夜中の授乳があるので、ゆっくり寝られなくてつらいです。
・母乳を飲んだ後、なかなかゲップをしてくれません。
・母乳をすぐ吐いてしまいます。
・食欲がありすぎるが、どこまで食べさせてよいかわからない。
・好き嫌いが多くて、バナナばかり食べたがる。
・うんちが出なくて、心配。
・髪の毛が薄い。
・他の子に比べて、体が小さいので心配です。
・左手でばかり物をつかもうとしたり、左腕ばかり前に出そうとする。
・落ち着きがないように思う。
・一度泣くと、なかなか泣きやまず、泣き方も大きくてイライラする。
・泣き声を聞くと、何も手につかず困ります。
・夜泣きがひどい。
・毛布などを口でかんだり、強くひっぱったりするので、ストレスをためているのか心配です。
・予防接種を受けた方がいいのか、いろんな意見があってわからない。
・自分の時間が作れない。
・子どもと、ずっと二人きりで過ごすのがつらくてたまりません。
・疲れていても、世話をしなければならない。

子育ての悩みや心配事の内容は、肌のトラブルをはじめ、便秘、母乳、離乳食、夜泣き、心身発達など、子どもの成長発達に関する悩みが多かった。また、子育てをしていて、自分の時間が作れないことや、子どもとずっと二人きりで、長い時間過ごすことに対するストレスを、切実に訴えている母親もいた。これらの結果は、先行研究[23～24]の結果と、ほぼ同様の傾向を示している。

ベビーマッサージ教室に参加している母親の約9割が一人目の子どもであり、子育てに関しては初心者である。教室での様子を見ていても、ちょっとした子どもの体調の変化や、例えば湿疹など軽い肌のトラブル、汗っかきという程度のことに関しても、敏感にあるいは過剰に心配する様子がうかがえた。

このようなときに、月齢の大きい先輩ママたちに「これくらい大丈夫！」「うちの子もそうだったわよ」など、言葉をかけてもらえるだけでも心が休まるものである。筆者の役割は、これらの悩みに根拠をつけて、説明をすることである。

4．おわりに

ベビーマッサージとは、梶が指摘するように、子育てにとって必ずしも必要な手段ではない。[25] が、親子の関係に不安を抱えている親が増えている現代においては、親子の愛着形成に有効な手段であると考える。

ベビーマッサージ教室に参加した母親たちは感想に、「あまり出かけて人と接する時間がないので、楽しかった」、「のんびりとした、穏やかな時間が過ごせてよかった」、「子どもも、お友達がたくさんいたので刺激になってよかった」など、ベビーマッサージの手技を学んだことより、教室に参加したことで仲間に出会い、共感し合えた喜びを感じている内容を多く記述している。これは、本教室の目的である「親子のコミュニケーションのきっかけを作ること」、「母親同士が子育ての悩みや不安を語り合えるような、共感的に交流しあえる場をつくること」と一致しており、ベビーマッサージ教室の意義の一つと考える。

ベビーマッサージ教室のもつ効果について、本研究では対児感情について焦点を絞って検討した。今後も教室の回数を重ねながら、さらに詳細な検討を進めていきたいと考えている。また今回実施したアンケート調査は、ベビーマッサージ教室が初年度であったため、対象者の人数も少なかった。今後、さらに対象者を増やし、母親の年齢やベビーマッサージ教室の参加回数などとの関連をみながら、対児感情および母性理念に影響する因子について検討を深めたいと考える。

引用文献・注

1）育児セラピスト養成校とは、日本アタッチメント育児協会より認定されて、育児セラピスト養成課程を開設した大学、短期大学、専修学校等を「育児セラピスト養成校」と称する。育児セラピスト養成校は、所定の単位を取得した学生に、（財）日本余暇文化振興会の監修・認定による「育児セラピスト１級」と（社）日本アタッチメント育児協会認定の「ＡＢＭベビーマッサージインストラクター」の資格認定ができるものである。育児セラピストとは、育児の専門家として、保育、看護関連で働く方や、子ども関連企業で働く方や子育て支援団体で働く方や、ベビーマッサージやベビーヨガの先生など、子どもにかかわるすべての人を対象に作られた資格である。具体的な内容は、発達心理学に基づく専門的な育児知識やカウンセリングスキル、対人援助法のスキルを学ぶための資格である。ＡＢＭベビーマッサージ・インストラクターとは、ベビーマッサージに関する全般的な知識と発達心理学に関する専門的知識を学び、ベビーマッサージの教え方、教室の開校、運営の方法について修得する資格である。詳細は協会ＨＰを参照ください。（日本アタッチメント育児協会HP（http://www.baby.or.jp/school.html）より抜粋）

15

２）梶美保「乳児保育におけるベビーマッサージの可能性に関する一考察」『高田短期大学紀要』第26号，2007，ｐ.73－82.
３）ジョンソン&ジョンソン小児科学研究所　日本タッチケア研究会監訳『乳幼児の発達におけるタッチとマッサージ』，医科学出版社，2005.
４）大葉ナナ子「母子保健事業で生かすベビーマッサージ」『月刊　地域保健』，2004，ｐ.59.
５）廣島大三　細井香監修『ＡＢＭベビーマッサージインストラクター養成講座』ハッピーチャイルド出版，2010，ｐ.32－33.
６）厚生労働省告示第百四十一号『保育所保育指針』
７）ベビーマッサージで使用するオイルは、100%の植物オイルを使用するとよい。市販されているアロマオイルや、ナチュラルオイル・ミネラルオイル（鉱物油＝原料は石油）は赤ちゃんの肌には刺激が強すぎて適さないため、無添加で無香料のものを使用する。教室で使用しているオイルは、日本アタッチメント育児協会推奨の島根県出雲で作られているベビーマッサージ用の加熱処理されたゴマ油である。ゴマ油には鉄、リン、マグネシウム、銅、珪酸、カルシウムが含まれ、リノール酸にとみ、レシチンも多く含まれているため、血行を促進し、老廃物を体外へ排出しやすくする効果がある。インドのアーユルヴェーダでもオイルマッサージに使用されている。
８）花沢成一「母性意識の測定法」『母性心理学』，医学書院，1992，ｐ.14－17.
９）花沢成一「母性理念の生成」『母性心理学』，医学書院，1992，ｐ.29－34.
10）花沢成一　前掲書８）ｐ.14－17.
11）菅原ますみ「出産に関わる意識」『心理測定尺度集Ⅲ』（第１版）松井豊，医学書院，2001，ｐ.112－115.
12）松下姫歌，村上智美「母性理念の構造に関する検討　－母性理念質問紙の分析を通して－」『広島大学心理学研究』第７号，2007年，p.317－318.
13）松下姫歌，村上智美「母性理念の概念的構造に関する再検討　－母性理念質問紙と役割志向性尺度・DSQ42を用いて－」『広島大学大学院教育学研究科紀要第三部』第58号，2009，ｐ.152－153.
14）寶崎美奈［ほか］「看護学生の対児感情と母性理念に影響を与える因子」『J UOEH』28（３），2006年，ｐ.295－304.
15）濱耕子「看護学生の対児感情の発達」『母性衛生』45，2004，ｐ.180－187.
16）花沢成一「育児経験と母性理念」『母性心理学』，医学書院，1992，ｐ.38－43.
17）小早川明美「産後１日目から産後１ヶ月までの「対児感情」と「母性理念」からみた母親の母性意識の変化」『茨城県母性衛生学会誌』(26)，2006，ｐ.5－11.
18）花沢成一「妊娠・育児による母性感情の発達に関する一考察」『日本大学人文科学研究所紀要』20，1978，ｐ.160－169.
19）栄玲子［ほか］「医療短期大学性における母性意識の特徴－看護学生と未婚女性との比較－」『香川県立医療短期大学紀要』，1999，ｐ.71－77.
20）土居久子，大槻優子「母性看護学実習と母性意識の変容－花沢の対児感情評定尺度・母性理念質問紙を用いた実習前後の対児感情・母性意識の測定から－」『順天堂医療短期大学紀要』４，1993，ｐ.50－58.

21）大久保明子［ほか］「NICU見学実習による対児感情の変化」『日本看護学論文集　看護教育』31，2001，ｐ.15－17.
22）はじめてのペアレンティング研究会『第１回妊娠出産子育て基本調査・フォローアップ調査（妊娠期～０歳時期）』，ベネッセ次世代育成研究所，2009
23）田中満由美，倉岡千恵「乳幼児を抱える専業主婦の疲労度に関する研究－ストレス・育児行動・ソーシャルサポートに焦点をあてて－」『母性衛生』44，2003，ｐ.281－288.
24）松本由里「現代の母親の悩みとその背景」『母子研究』16，1994，ｐ.32－49.
25）梶美保　前掲論文２）ｐ.73－82.