

活動報告

太子町における親支援プログラム Nobody's Perfect の展開

岸田 泰子¹⁾・井上 幸代²⁾・田村 毅³⁾

Effectiveness of the “Nobody’s Perfect” Educational Parenting Program in Taishi-cho

KISHIDA Yasuko¹⁾, INOUE Sachiyo²⁾ and TAMURA Takeshi³⁾

Abstract : We evaluated the effectiveness of “Nobody’s Perfect” (NP), an educational program for parents, in Taishi-cho. Few resources for child rearing are available in Taishi-cho despite the increasing number of young couples and families. We implemented the NP program and found that it was highly valued by participants. Facilitators themselves were positively influenced by the program’s effectiveness. We confirmed that NP can effectively empower parents and serve as an excellent resource for peer support.

Key words: supporting parents, program, child-rearing, nobody’s perfect

抄録：太子町において親支援プログラム Nobody’s Perfect (NP) を展開し、その評価を行った。

太子町は、比較的若い世代、新興住宅が多いわりに、子育て支援の場は少ない。今回 NP を実施して、参加者から非常に高い肯定的評価を得、ファシリテーター自身にもファシリテートしたことの達成感という良好な効果が実感できた。NP は親自身のエンパワーメントを高める効果とピアサポート効果にすぐれていることを確認した。

キーワード 親支援、プログラム、子育て、ノーバディズ・パーフェクト

I はじめに

少子化が進行する中、各地で様々な育児支援が展開されつつある。筆者らは平成16年に東京学芸大学子育て支援研究会を発足させ、その後、東京都小金井市を中心に地域子育て支援を実践してきた。われわれのプロジェクトは、東京学芸大学を拠点とし、児童精神医

学、発達心理学、幼児教育学、看護学などの多方面の専門的視点から学際的アプローチによる地域密着型の育児支援を展開することにその特徴がある。子どもの健全な成長のためには、適切な環境と適切な養育者のかかわり方が必要である。現代の子育て環境は、親が子どもの発達を知り、子育てについて知る機会が乏しい。これを解決するには、親にとっても学びが必要である。われわれはその親の学びについて、カナダで開発された子育て支援プログラムである Nobody’s Perfect (以下 NP) の展開に着目した。このプログラムは原田ら^{1) 2)}によって2003年から日本で実践されているが、国内では比較的新しい試みであり、まだ浸透

¹⁾甲南女子大学看護リハビリテーション学部

²⁾兵庫県西播磨県民局県民生活部龍野健康福祉事務所保健指導課

³⁾東京学芸大学教育学部

しているとは言い難い。

2007年4月、筆者は甲南女子大学看護リハビリテーション学部の新設を機に兵庫県内に移り住むこととなり、近辺でのNPの展開を考えるようになった。折りしも保健師である共同筆者から、自らが担当する地区でのNP展開の希望を聞き、約1年間の準備期間を経て実施の運びとなった。今回、兵庫県揖保郡太子町というさほど大きくはないその町で、母子保健向上に寄与する地域貢献活動を目指し、大学教員である筆者と担当地区をこよなく愛する保健師が共同で行ったNPの実際について報告し、今後のこの地区の子育て支援活動のあり方について考えてみたい。

II 地区概況

(1) 太子町の概要

兵庫県揖保郡太子町は兵庫県の南西部に位置し、東及び南は姫路市に、西及び北はたつの市に隣接している。町の広さは東西約6.4Km、南北約3.7Km、面積22.62m²でおおむね平坦な土地からなる。また、瀬戸内海式気候地帯に属し、年間を通して比較的温暖な気候に恵まれている。

太子町域には、JR山陽本線及び、国道2号線、太子竜野バイパス、さらに国道179号線が通過し交通の要衝となっている。その立地条件によって、すでに早くから播磨地区工業整備特別地域の一環として多くの

工場が進出し、これに伴い第3次産業も主要道路を中心に発展し、人口伸長と周辺市町のベッドタウンとして都市基盤整備が進み、都市形態が整いつつある。今後さらに播磨公園都市の整備充実など諸要件が進行すると共にその波及が期待され、益々都市化が加速すると予測されている。

兵庫県下において、郡部では播磨町の3万3,605人に次いで人口が多い。また校区は4校区（斑鳩・石海・太田・龍田）あるが、地域により旧村型と新興住宅地との2面性を併せ持っている。

(2) 医療機関（平成20年度7月末現在）

病院1カ所（外科・内科・歯科）、診療所16カ所（内科 7カ所、小児科 1カ所、外科 3カ所、眼科 2カ所、耳鼻科 2カ所、産婦人科 1カ所）、歯科 14カ所がある。

産婦人科は1カ所あるが、婦人科が主である。分娩は姫路市の医療機関を利用する者が多い。

(3) 保健行政

母子保健については、町が主体となり事業を実施している。太子町保健福祉会館に保健師常勤5人（うち1名は育休中）、嘱託職員2人、包括支援センター2人・PT・事務職がいる。

管轄保健所は龍野健康福祉事務所（龍野保健所）であり、たつの市・太子町の母子保健支援（主にハイリ

表1 地区別人口動態

地区	人口（平成19年12月末現在）			出生	低出生体重児	死亡	自然増加	高齢化率
	総数	男	女					
太子町	34,049	16,887	17,362	389	45	200	189	17.2
(斑鳩)	6,545	3,194	3,351	71	12	37	34	17.3
(石海)	10,657	5,207	5,450	111	13	65	46	19.1
(太田)	14,232	7,034	7,198	193	19	80	113	14.7
(龍田)	2,615	1,252	1,363	14	1	18	-4	23.2

表2 年別人口動態

年度	人口			出生	低出生体重児	死亡	自然増加	高齢化率	世帯数
	総数	男	女						
平成15年	33,389	16,368	17,021	370	29	224	146	14.4	11,304
平成16年	33,480	16,406	17,074	391	30	225	166	14.8	11,428
平成17年	33,540	16,398	17,142	359	28	237	122	15.5	11,592
平成18年	33,385	16,579	17,256	377	29	235	142	16.3	11,830
平成19年	34,049	16,887	17,362	389	45	200	189	17.2	12,026

スク児や発達障害児，長期療養児等）・精神保健・難病患者療養指導・感染症対策等を行っている。

（４）人口構成

地区別，年別の人口動態は表 1 および表 2 のとおりである。出生率（人口千対）は県平均の（19年）8.8

表 3 太子町における健康作り事業（平成19年度）

項目	事業名	対象	スタッフ	回数	参加者	備考
母子健康手帳交付		妊婦		随時	412	
健康教育	母親教室（１）	妊婦	歯科衛生士 保健師	6回	46	
	“（２）	妊婦	栄養士 保健師	6回	53	
	両親学級	妊婦とその夫	保健師	4回	48組	
	離乳食教室	離乳初期～完了期	栄養士 保健師 いずみ会 託児ボランティア	12回	118人	
	幼児食教室	食事に悩みのある幼児親子	“	5回	43人 (29家族)	
	幼児歯科教室	2才6～7ヶ月児	歯科医 歯科衛生士 保健師	6回	249	受診率 66.8%
	育児支援教室（年長）	発達に問題の有る子と母・ 育児不安のある母と子	保健師 保育士 心理士 家庭相談員 障害者相談員 ボランティア	12回	176人 (138組)	
	“（年少）	“	“	12回	203人 (174組)	
	あとびっこ教室		保健師 栄養士	4回	11人	
	ハッピー子育てセミナー	発達障害児の親		7回	45人	
療育訓練		障害児	PT・OT・ST 心理士 音楽療法士等		実人員 97人	
健康相談	まちの保健室	乳幼児とその親	保健師 看護師 ボランティア	12回	1416	
	乳児相談	7～8ヶ月児	保健師 看護師 栄養士 歯科衛生士	12回	373	受診率 95.2%
健康診査	乳児健康診査	3～4ヶ月児	医師 保健師 看護師 歯科衛生士 栄養士	12回	382	受診率 98.7%
	1才6ヶ月児健康診査	1才6～7ヶ月児	同上	12回	356	受診率 93.9%
	3歳児健康診査	3才5～6ヶ月児	同上	12回	370	受診率 91.8%
訪問指導	妊産婦訪問					
	新生児訪問					
	乳幼児訪問					

に比べ11.4と多く、高齢化率・県平均(19年)21.3に比べ17.2と低い。県下41市町のうちで38番目に低い若い世代の多い町である。

(5) 太子町における母と子の健康づくり事業

平成19年度の事業実績は表3のとおりである。他に、児童館・子育て学習センターにおいても親子遊び・子育て相談等が行われている。

Ⅲ NPの内容と展開の実際

(1) 実施時期と実施場所

2008年5月末に参加希望者への事前面接を行い、その後2008年6月12日～7月24日 毎週1回 2時間ずつ計7回のプログラムを太子町公民館あすかホールにて実施した。

(2) NPの概要

NPは、0歳から5歳までの子どもを育てる親のための、学習と支援のプログラムであり、「完璧な親なんていない」との日本語訳がつけられている。このプログラムは、東京と関西を中心に展開され始め、最近では熊本、奈良、鳥取、静岡など地方にも広がりを見せている³⁾。関西では2006年度までにのべ169回実施され、1,879名の親が参加したとの報告がある⁴⁾。

NPは1980年代はじめに、カナダ保健省と大西洋4州の保健部局により開発され、1987年にカナダ全土に導入された歴史あるプログラムである。日本では、2002年にテキストが翻訳され、NPプログラムを実践するNPファシリテーターの養成が始まり、筆者らは日本でのファシリテーター研修を受けた。

現在の親が育った時代は、少子化がすすみ始めた時期である。大人になり、子どもを生むまでの間、乳幼児と接する機会がほとんどなく、わが子を生んで初めて子どもと接する親が多くなっている。このプログラムは、参加者どうしのつながりを深めることにより、互いに助け合って子育てをしてゆくことを学ぶ。参加者である親自身が、自分のやりかたで、安心して、自信を持って子育てしてゆけるよう、参加者とファシリテーターがともにサポートしていく。10人前後のグループで、1回2時間、週1回で6～10回連続で行うことを基本にしている。専門の研修を受けたファシリテーターが、プログラムを準備・企画・実施し、参加メンバーの話し合いと交流を円滑にすすめていく役割を担う。「ファシリテート」とは物事を「しやすくする」

という意味であり、ファシリテーターは参加者たちと対等な関係で親たちに好意と敬意をもち、さらに一緒に活動することを楽しむことも必要である。NPでは2人のファシリテーターが共同でファシリテーションを行い、実質的にも精神的にもたがいにサポートしあうという特色がある。異質な個性を融合させることで結果的に素晴らしいプログラムが生み出されるともいわれているが、準備段階では細かい事柄の検討を行い、時間的にもかなりの労力を費やすことになる。

またNPは親向け⁵⁾とファシリテーター用の教材⁶⁾を備えている。カナダ版を三沢らが翻訳し、このテキストを基盤に実施する。テキストは「～しなさい」式の回答をのせたマニュアルではなく必要な情報を提供し、さまざまな悩みや問題にうまく対処できるよう手助けするものであり、参加者はプログラム終了後もこのテキストを実際に使っているという。親用テキストの内容は〈親〉、〈しつけ〉、〈こころ〉、〈からだ〉、〈安全〉の5部構成である。プログラムの進行はこのテキストに沿って行うわけではなく、あくまでも参加者のニーズに合わせた企画を行い、テキストはその参考として利用する。

NPプログラムの要点は、参加者である親自身が、自分のやりかたで、安心して、自信を持って子育てしてゆけるよう、参加者とファシリテーターがともにサポートしあいながら進行することである。

(3) NPの目的とゴール

このプログラムの目的は、親が自分の長所に気づき、健康で幸福な子どもを育てるための前向きな方法を見出せるよう手助けすることにある。プログラムのゴールは、「複数の親が集まって自分たちの生活や子ども、親としての役割について、安心して考えられる場を提供する」ことである⁴⁾。グループでの話し合いを中心に、参加者が楽しく効果的に、積極的にプログラムに参加しながら学べるように、いろいろなアクティビティ(学習活動)が用いられる。

(4) NPの実施条件

このプログラムの実施条件⁶⁾をまとめると表4のとおりである。今回報告する太子町NPはこの実施条件を満たして実施した。またNPは構造化されたプログラムであるという特徴があるが、事前に面接することによって参加者のニーズの詳細を把握し、それを反映することで、実施するグループごとに内容が多少異なる。すなわち、対象者のニーズに基づいて展開するこ

とでより一層対象者に有益な学びとなるのである。

NP を進行するファシリテーターの条件として日本では、カナダ保健省公認の NP ファシリテーターの認定機関である NP-Japan による特定の研修を受けねばならない。

(5) 手続きと実施プログラムの内容

カナダにおける NP では、対象者は①若い親、②ひとり親、③孤立している親、④所得が低いまたは十分な教育を受けていない親、とうい4つの特徴のいずれかをもつ親とし、アウトリーチにより専門家から個別に誘いかけをしている⁷⁾。しかし太子町 NP 実施に際しては、参加者の募集を一般公募とした。町の児童館

表4 Nobody's Perfect プログラム実施条件

目的	①子どもの健康や安全、しつけなどについて学ぶ ②すでに持っている子育てスキルを高め、新たなスキルを習得し練習する ③自分の長所や能力に気づくことによって、親としての自信をつける ④学習しながら他の親と知り合ったり、楽しんだりする ⑤他の親と助け合い、サポートしあえる関係を作る
回数	6～10回
期間	原則として毎週1回
時間	2時間程度
人数	10名前後（上限20名）
対象	0～5歳の子どもを育児中の親
形態	<ul style="list-style-type: none"> ・保育を実施すること（子は別室で十分な託児者により保育する） ・参加者中心の観点から実施されること ・ESP(Empowerment, Safety, Participation) 「力づけること」「安全であること」「参加すること」が保障されていること ・NPのカナダ版日本語訳のテキストを使うこと ・アクティビティ（グループを活性化させる活動）を使用すること ・最終回にプログラム評価のアンケートを行うこと
ファシリテーター	グループでの話し合いを促進する役割をもち、正式に研修を受け認定されたファシリテーターが実施する。全部の回を同じファシリテーターが行うこと 原則としてオブザーバーの参加は認めない

表5 実施したプログラム

	トピック	アイデア
第1回	仲間作り、自己紹介 共通点探し この集まりにおけるルール作り	好きなニックネームで名札作りをする 自分と他者の共通点を書き出す
第2回	子どもの生活習慣（1） 特に食事について	食事に関する困りごと、エピソードについて各自絵を描く。 【体験学習サイクル】 グループごとに発表
第3回	子どもの生活習慣（2） 睡眠、清潔について	2グループに分かれ、睡眠、清潔に関する困りごとを書き出す。 【体験学習サイクル】 グループごとに発表
第4回	しつけ 子どもが悪さをしたとき	エピソードをとりあげ、ロールプレイ
第5回	子どもの気質について	だだこねを経験したエピソードをもとにロールプレイ それぞれの子どもの気質について書き出す。
第6回	近所、ママ友とのつきあい方	2グループに分かれ、困ったときの具体的場面を書き出し、 ディスカッション。グループごとに発表。 【体験学習サイクル】
第7回	子どもの発達と遊び お別れ会 参加証贈呈	2グループに分かれ、年齢ごとに沿った遊びを考えディスカッション。グループごとに発表。

や子育て学習センターにチラシを配布し、希望者から直接、ファシリテーターとなる筆者らに参加の申し込みをもらい、その後の連絡を取り合った。そして参加が決まった親たちとは事前面接を行い、対象グループのニーズを把握してから具体的計画を立案した。さらに、毎回のセッション終了後には、ファシリテーター間で約2時間ずつのミーティングを持ち、セッションの振り返りとともに次回のセッションの計画の見直しをおこなった。そして実施途中において優先するテーマが発生した場合は、プログラムの変更を行った。今回実施を終えた具体的プログラムの内容は表5のとおりである。

NPは体験を通して学ぶという考え方に基づいている。参加者に何をすべきか、どうするかを教えるのではなく、参加者が体験を通して情報や洞察力を手に入れ、学んだことを生活の様々な場面で応用できるようにする⁶⁾。この体験を通して学ぶという作業のために、NPでは「体験学習サイクル」⁶⁾を用いる。図1のようにまず体験を認識し、次にそれはどういうことかと問うことでその体験の意味と自分自身を関連付ける。そしてこれからどうするのか?を考え、体験から学ん

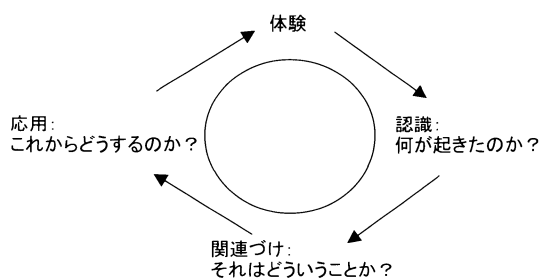


図1 体験学習サイクル

表6 NPの1回のセッションの構造

導入 (Introduction) Welcome (あいさつと受け入れ) アイスブレイキング ルールの確認 チェック・イン (1人1言)
主部前半 (The First Half of Main part) 参加者のニーズにもとづく学習活動の前半部分 コーヒーブレイク
主部後半 (The Latter Half of Main part) 参加者のニーズにもとづく学習活動の後半部分
結び (Conclusion) 振り返り

だことを応用できるようにするのである。このように体験を通して学ぶことにより、自分の体験に対する意識を高め、体験を理解する。そしてその結果、自分の行動に自信を増し、新たな洞察力を得てこれまでとは違う対処のしかたができるようになる。

(6) セッションの構造

NPは表6のとおり、1回につき2時間のセッションにより進行する³⁾。

各セッションにおいて雰囲気作りは大切で、ゆったりとした音楽を流し、飲み物や1口サイズのお菓子を準備し参加者を歓迎しながら迎え入れ、途中ではコーヒーブレイクをもち、グループが集う。グループの緊張はときほぐされ、皆なごやかでリラックスした時間を過ごすことができている。

(7) 参加者とスタッフ

今回実施した太子町NPの参加者は29歳～44歳までの8名の母親であり、子どもの年齢は8ヶ月から4歳であった。保育所を利用しているものや複数の子どもを連れてくる回もあったが子ども的人数は多いときで8人、少ないときで5人であった。ファシリテーターは全回を通して筆者と第2筆者が行い、プログラム実施中に子どもの託児を依頼した保育者は、保育または育児経験のあるボランティアにより毎回3-5名を確保した。

IV プログラム実施後の評価

加藤⁸⁾は、国内外の子育て支援プログラムとその評価に関するレビューにより、国内において介入評価を伴う活動の必要性を述べている。しかしながら介入の評価は容易ではない。現在のところ筆者らはプログラム実施後の客観的評価について検討を続けているが、まだその具体的評価方法にはたどり着いていない。そこで今回は、参加者からのプログラム実施後アンケート結果とファシリテーター記録を読み取ることによりその評価とした。

(1) 参加者のアンケートから

プログラム全7回の実施後に参加者に対して無記名のアンケート調査を行った。当日欠席した2名には郵送にて調査用紙を送付し、最終的に参加者全員から回収できた。その主な結果は以下のとおりであった。

①役に立ったテーマは何か(重複回答)

全員が「子どものしつけ」を挙げた。また「ママ友、近所づきあい」、「子どもの睡眠時間」がそれぞれ1名であった。3名は「全てのテーマが役にたった」と答えた。前述のごとく、プログラムの企画は事前面接に基づいて行った。よって参加者のニーズにそっており、また参加者に満足のいく内容であったと評価できる。

②プログラムに参加して考え方や行動の変化があったか

「子どもが泣いているとき、なぜ泣いているのかな？など少し大きな心で接することができるようになった」、「何か子どもがしたらすぐに叱っていたけど、子どもの気持ちになって、一呼吸おき、目を見て、行動を見て、叱るように心がけるようになった」、「子どもに対してなんでこんなことするのか？と考えるようになりました」などの記述があった。これはまさに、プログラム中で行った体験学習サイクルが身についたものと思われ、参加者が子どもとのかかわりの中で気づきを得たものと考えられる。

また「自分だけが悩んでいるわけではなく、みんな同じように悩みを抱えているのがわかったので気が楽になった」、「他の人の子育ての仕方が参考になり実践してみた」などの記載から、NPによる他者との関わりからもたらされた効果も確認できた。

「感情的に怒ることが少なくなった」と、自らの行動を振り返る者もあった。

③日常生活や子育てについて、新しく知った方法ややり方があるか

「たくさんありますが、たとえば子ども同士のけんかやおもちゃの取り合いに対する対応など」という具体的な内容について知ることができたという記載のほかに「自分と違う見方、考え方を知り、より子どもに深く接することができた」、「相手をうやまうことで相手の欠点を許せるということや、自分ではおかしいと思っていたことも違う視点で見ればどうでもよいことだったりすることを学びました」など、他者の考え方から学ぶという経験もしていることがわかった。

「子どもが問題行動を起こしたとき、『タイム』をとる。子どもの気持ちを受け止めてあげた上で、してほしくないことを伝え、子どもにどうしたらよいかを考えさせる」との記述は、テキストの内容を引用したものであるが、これまでにない子育ての方法として参加者の記憶に残ったようである。

④プログラムでよかったこと、嫌だったこと

「良かったことは素晴らしい仲間に出会えたこと、新しい子育ての考え方ができるようになったこと」、「新しい仲間との出会いや悩みを共有し、一緒に考え

てくれることにより気持ちが晴れ晴れとしました」、「いろんなことを本音で話し合える“仲間”ができたこと！」などこのプログラムは母親たちの仲間づくりの場となった。太子町は一部に新興住宅地があり、他の市町村からの移住も意外に多い。就学前で同年代の子どもをもつ母親が集う場は少なく、またご近所のようなあまりに身近な存在であると子どもとのかかわりや生活全般にわたる内容の話はしづらだろうから、このNPで話し合うことを目的とした仲間の存在は大きかったものと思われる。

「最初と最後に1人ずつ話をしますが、人に聞いてもらうことが緊張でもあり、楽しくもありました」との記述から、普段人前で話す機会のない参加者がある程度の緊張感をもって皆の前で話し、またそれが楽しくも感じられたとのことで、これもまたよい体験として刻まれたようである。

嫌だったことの記載は見られなかった。

⑤友人にこのプログラムのことをどう話すか

「自分だけの時間で子育てや日常生活の悩みを話しあえる場所があるよ」、「自分の考え方と違う人もいるのでいろんな考え方が聞けていい」、「子育てについてゆっくり考えられる時間と仲間が与えられ、精神的にも満たされる貴重な場」、「いろいろおしゃべりができて日頃のストレスが解消できるよ〜、今この時期の子どもの成長を楽しく見守ることができる少しの余裕がみえるかも〜と」、「テーマに応じた内容を話し合い、悩みとかも話すことで解決することもあるよ、と」など全員から非常に肯定的な評価を得ることができた。NPは保育をつけ、プログラム実施時間は親たちだけで話し合うことが原則であり特徴的でもある。子どもと一時的にでも離れることはプログラム開始当初、かなり母親たちの不安をかきたてた。しかし、保育の安全性を確保しつつ実施することで、またわが子を保育してもらった経験のある参加者の話を聞き、他者にわが子を預けるという体験もまた母親たちの育児体験に必要なだと実感したようである。そして、出産後幼い子どもとずっと離れずにいた母親がはじめて「自分だけの時間」を過ごす機会と成り得た。初めは後ろめたい気持ちもあった参加者が、親テキスト⁵⁾にある「親だって人間です、自分の時間を大切に」と書かれた内容に「はっとした。自分の時間をもっていいんだ」という気持ちになったとの感想も聞かれ、ようやく自分の時間を考える余裕ができたと言った。「自分の時間をもつ」ことは親自身が心身ともに健康に過ごすためには重要なことであるが、実際にはそれに気づかず子育て

てに縛られる親も多くいる。今回の参加者の中からもその声が聞かれ、完璧な親を目指して頑張り、自らの生活を犠牲にすることによりストレスを感じているのでは、と感じられるケースもあった。

⑥その他

「どうもお世話になりました。子育て思いっきり楽しみなが毎日笑顔で過ごします」、「私自身、子育てと同居が全く同じ時に始まったため、いろいろ悩み、ストレスを知らないうちにためる毎日でした。プログラムのおかげで少し子育てに自信がもてるようになり、周りがどう言おうと私の子育てをしていきたいと思えるようになりました」など、参加者が子育てを楽しみ、自信をもつことにつながっていくと実感したことが伺えた。

(2) ファシリテーター記録から

NP実施に際しては、毎回のセッションごとにファシリテーターは記録をつけることが義務付けられている。この記録をもとに今回のプログラムを振り返ってみたい。

・第1回

「初回で緊張度が高かった。人前で話したことの無い参加者がほとんどであり、その緊張をほぐす工夫が今後必要と思った」

初回であり、参加者同士のつながりを意識した内容を心がけたが、やはり緊張度の高さにどう対応するかが課題であった。ファシリテーターとしての大きな役割であることを実感した。

・第2回

「参加者の話をよく聞こうとする分、時間配分がうまくいかなかった。予測もしなかった内容を参加者が話してくれたことで、別の参加者が参考にするヒントを得、参加者自身が話して初めて気づいたという場面があり、参加者を信じてNPを実施することの楽しさを感じた」

この場面では、予測していた内容とは違ったことを参加者が話し始め、しかし結果としてそれが多くの参加者のニーズを満たしたということで、思いもよらぬ展開に驚きと楽しさを感じている。ファシリテーターとしても楽しむことができた場面であった。

また常にファシリテーターとして傾聴することを心がけているものの、その分、参加者の話の腰を折り、時間を区切ることが難しいと感ずることが多々あった。ファシリテートの手腕が問われる。

・第3回

「育児について神経質に考えていた人が、仕方ないよね、とか、子どもってこんなもの、とかの意見を聞き、あらためて自分の子育てに力を抜いて、気楽に考えようという気持ちになったとの感想があり、NP本来の“完璧な親なんていない”という言葉が参加者が実感していることをファシリテーターとしても感じる事ができた」

参加者と共感しながらプログラムを進行することができはじめた頃であった。

・第4回

「最後に1人1言の感想を言い合ったときに、テーマとして取り上げるべき場面の話が出てきて、これは次回に取り上げるテーマとすることになったのだが、参加者のニーズや反応はどこで表現されるかわからないなと思った」

この回は、最後の時間に参加者からのニーズが表出されたことで、次回のテーマを変更した。このようにNPでは柔軟な対応と企画が必要であった。

・第5回

「だんだんと参加者がやり方に慣れてきたようで、まとめながら会話をする場面がみられた。一方で話に夢中になり、時間がたつのが早く感じられ、十分に話しきれていないと感じる場面もあった。参加者はこの場で話をすることをとても楽しみにしているようである。時間を区切ることは大切だが、参加者に十分な満足感を与えることを考えると葛藤する」

1回のセッションが2時間という限られた中で、参加者が十分に話しきったと思わせることはとても難しい。しかし限られた時間だからこそ大切に、そして次回を楽しみにという気持ちも生まれるだろうから、この時間の有効活用をできるようにファシリテートすることの重要性を再認識した。

・第6回

「参加者の話の流れを見はかりながら体験学習サイクルの次のステップを促し、時間通りに進行することができた。ファシリテーターも参加者も学習の方法になれてきて、今日は時間通りに進行できた」

NP展開の基礎の1つである、体験学習サイクルは、はじめのころはその展開が非常に困難であると感じたが、だんだんと参加者のほうが慣れてきて、進行もスムーズになっていった。グループが成長してきたといえるだろう。

・第7回

「あつという間に7回が終了したという感じで、参加者とともに名残惜しい気がしてならない。このグルー

ブにとっては、いろいろな学習活動を通しての参加者同士のつながりが何よりも収穫だったようである。自発的に連絡先の交換をしていて、今後自主的なグループへと発展する可能性がある」

最終回は多くの参加者から、このプログラムを同じグループでもっと続けてほしいという感想が聞かれるほど、名残惜しい時間であった。NP 以外の場でもつながりを持ち続けることは、親たちのネットワークになる。そのことはすなわち、育児支援の資源となり得るものであるから、自主グループとして成長してくれることは、喜ばしいことである。

V 今後の子育て支援活動のあり方

太子町における出産後の育児支援活動は、これまで健診や相談活動の中から見つけた問題を抱えたケースに対するアウトリーチが中心である。もちろんそれはとても大切なことであり、多くの育児支援活動がリスクを抱えた親子を中心に行われていることは明らかである⁹⁾¹⁰⁾。しかし、母親には育児に対する自信が揺らぐ時期があり¹¹⁾、問題が顕在化していない親子たちへの支援もまた必要である。マンパワーや予算の問題もあり、多くの事業化は困難であろう。地域と大学とが共同して実践活動を行うことで成果をあげる例もあり¹²⁾、兵庫県内には11校もの看護系大学が存在することから、地域と大学との連携を意図的に進めることで、大学のもつマンパワーを活用することにも意義がある¹²⁾。そうすることで親子が複数の選択できる育児支援の場と手段が提供される可能性がある。また、若い世代が比較的多く、新興住宅が増えているというこの町の特徴とも照らしあわせ、実際のこの地区の育児支援ニーズは何であるのかを知った上で、具体的な支援内容、方法を計画することも必要となる。また行政が行う支援は複数の社会資源がネットワークを作りやすくもあり、保健所、地域の児童館、保育所、子ども支援センターが組んで実践しているケースもある¹³⁾ことから、今後の対応を期待したい。

太子町 NP は参加者から多くの肯定的評価を得ることができた。参加者はわずか8名ではあるが、今回だけでなく回を重ね、参加者を増やすことでその効果をさらに検証することも必要である。また母親たちは育児に関わるネットワーク作りを求めているとの報告¹⁴⁾があるが、NP は支援の一助として、ネットワーク作りのきっかけとなる場を提供することにおいても価値があったと考えている。NP 最終回において、参加者

が自主的な活動の意欲をうかがわせていたことから、今後もこのグループのフォローアップを行うことで、参加者らのネットワーク作りの強化を図りたい。そしてフォローするにあたり、参加者らの自発的な活動への移行も視野に入れ、またこのプログラムの長期的効果にも着目しながら、グループを支えていきたいと考えている。

NP プログラムの短期的効果として、柴田¹⁵⁾は精神的健康度が向上し、育児不安感が減少したことを報告している。NP にはそれだけの効果があるという手ごたえを筆者自身も実感した。親たちが元気になることは、今後の子育てにも影響する。そして相互作用として子どもたちの健康増進にもつながる。また、親を育てる支援の中でも NP による親自身のエンパワーメントは、入門的な性格を帯びているという¹⁶⁾。NP でなければならぬというわけではないが、効果的なプログラムを試行することによって地域全体が活性化されるような波及効果も期待できるのではなかろうか。

近年の住宅事情や少子化により育児の孤立化が多く弊害を生んでいる。子育て支援プログラムの提供は、子育ての「場」の提供でもあり、また「地縁」を復活させる場にもなり得る。近隣のつきあいが疎遠となっている昨今、このようなプログラム開催によって集まり、子育てという労と喜びを体験しつつ結びついた同志であるからこそ成立する関係性はまたそのプログラム運営の原動力ともなる。そしてその同志らが効果的に作用しあうピアとなるためには、促進者もときには必要であり、その一助ができれば幸いである。

VI おわりに

小さな試みとして太子町において NP を実践し、参加者からの事後アンケートとファシリテーターを努めての体験から、この地区における子育て支援において NP の有効性を実感した。しかしながら実のところは参加者が生き生きとこの場で語る様子を見ながら元気になっていたのは、ファシリテーターである筆者らのほうだったかもしれない。ファシリテーターとして身につけたスキルはそれ以外の仕事や生活の場でも役立つとの報告⁶⁾があるが、おそらく筆者らの生活自体にも潤いをもたらした、このプログラムの普及を願い、今後の活動を計画していきたい。

活動報告およびアンケート結果の公表については、参加者に口頭説明を行い、承諾を得た。ご協力いただ

いた皆様には心より感謝申し上げます。

また本報の活動は平成20年度 文部科学省科学研究費補助金(基盤研究B 課題番号20300233 研究代表者 田村毅)から助成を受け、分担研究の一部として行った。

文 献

- 1) 原田正文:「まったく子どもを知らない」まま親になる おや育てプログラムがいま必要になっている. 保健師ジャーナル 2004, 60(2), 178-181
- 2) 原田正文:新しい子育て支援メニュー「親支援プログラム」を展開しよう! 対人関係の脆弱性を改善するために. 保健師ジャーナル 2004, 60(12), 1228-1231
- 3) 原田正文:親支援プログラム“Nobody's Perfect”とは? 保健師ジャーナル 2007, 63(9), 774-777
- 4) Nobody's Perfect Japan ホームページ
<http://homepage3.nifty.com/NP-Japan/index.html>
- 5) Janice Wood Catano 著, 三沢直子監修:完璧な親なんていない!, ひとなる書房, 東京, 2002
- 6) Janice Wood Catano 著, 三沢直子監修:親教育プログラムのすすめ方, ひとなる書房, 東京, 2002
- 7) 原田正文:カナダ生まれの親支援プログラム“Nobody's Perfect”. 世界の児童と母性2006, 61, 58-61
- 8) 加藤則子:最近の子育て支援プログラムとその評価に関する内外の動向. 公衆衛生, 2004, 68(9), 717-720
- 9) 奈良隆寛, 赤司俊二, 奥紀久子, 野本親男, 岡田文寿:川口保健所と朝霞保健所における極低出生体重児の育児支援事業. 埼玉県医学会雑誌 1999, 34(1), 143-147
- 10) 安達昭見:保健所における未熟児育児支援活動. 地域保健 2000, 31(4), 72-82
- 11) Mercer RT: Becoming a mother, Spring Publishing Co, New York, 1995
- 12) 大須賀恵子, 白石知子, 片岡泉他:保健師と大学教員の共同研究が実践活動にもたらした成果. 保健婦雑誌 2003, 59(12), 1160-1165
- 13) 澤節子:保健所の育児支援活動. 周産期医学 2002, 32巻増刊, 727-732.
- 14) 吉田敬子:母子と家族への援助, 妊娠と出産の精神医学 金剛出版, 東京, 2000
- 15) 柴田俊一:親教育プログラム Nobody's Perfect の短期的効果について, 子どもの虐待とネグレクト 2006, 8(1), 114-118
- 16) 相良亜希:カナダにおける親教育プログラムの概念枠組みの検討, カナダ教育研究 2007, 5, 1-15