

1. 研究背景

2020年4月、厚生労働省は緊急事態宣言の発出を受け COVID-19 感染症への対応の一つとして、妊婦健康診査以外の健康診査・保健指導等については感染拡大警戒地域では原則として実施を中止すること、その他の地域でも必要に応じて延期等の措置をとること¹⁾と周知した。日本産科婦人科学会が実施した「妊婦におこなってきた対応の変化」のアンケート調査(2020年7月)²⁾では766施設のうち705施設が母親教室の閉鎖と回答していた。一方、対面での集団指導形式に代わってオンライン開催による母親教室や相談事業が、新たな形として成立し、多くの妊婦がオンライン母親教室に参加し始めている。

2020年山形県母性衛生学会委託研究で行った「医療機関における妊婦に対する保健指導の実態と感染症拡大による影響」³⁾によると、県内の分娩施設では COVID-19 感染拡大下で、集団指導を中止し、個別の保健指導で補っていたことが報告された。一方で、集団保健指導の中止、病棟見学制限、個別保健指導での補足漏れ、妊婦同士のつながりの機会の喪失、夫の参加制限などを課題としている。

妊婦の保健指導内容に関するニーズと保健指導内容の検討に関する研究⁴⁾では、時代に即した保健指導を行うには、妊婦のニーズを常に把握する必要があると報告している。このことから、母親教室の開催形式が大きく変化した今、オンライン母親教室の参加者のニーズに関する実態を明らかにすることが必要であるが、オンライン母親教室が従来の目的やニーズを満たしているのか不明である。COVID-19 感染症が終息したのちも、オンライン母親教室のニーズがあると推測され、オンライン母親教室の利点や改善点を明らかにすることは、母親教室の多様な形式を提供でき、妊婦とそのパートナーが不安なく妊娠・出産・育児に臨むことができると考える。

2. 研究目的

本研究は、オンライン母親教室を開催している1団体が集計した妊婦のアンケートを基に、オンライン母親教室への思いについてテキストマイニング分析し、今後の母親教室の開催形式の在り方を検討することを目的とする。

3. 研究方法

1) 調査対象と調査期間

2020年5月から2022年3月、A団体が開催しているオンライン母親教室に参加し、アンケートに回答した妊婦663名である。

A団体が開催しているオンライン母親教室は、東北地方に在住の妊婦とその家族を対象に、土曜日や日曜日などの週末に10:00~11:30の1時間30分で開催している。セミナーの内容は以下のとおりである。沐浴クラスでは、「赤ちゃんの肌の特徴」、「赤ちゃんのお風呂」、「肌の保湿」をテーマに、赤ちゃんのスキンケアについてと沐浴動画視聴と解説を行っている。お産に備える母親教室では、「おなかの赤ちゃん」、「お産の始まりと入院のタイミング」、「お産の進み方と過ごし方のポイント」をテーマに、おなかでの赤ちゃんの様子やお産の進み方などについて話している。産後に備える母親教室では、「生後1

ヶ月までの赤ちゃんの様子」、「赤ちゃんの栄養」、「がんばりすぎない育児」をテーマに、産後の生活について話している。

2) データ収集方法

オンライン母親教室の参加者アンケートの二次データの一部を使用する。使用したデータは、出産経験、一緒に参加した方、希望開催日時、セミナーの満足度、オンライン母親教室に参加した感想（自由記述）である。今回、山形県からの参加数を確認したところ、35組であった。全国的に集団指導の中止があったことから、オンライン母親教室に参加する背景は類似していると考え、県内のデータだけではなく、回答されたデータすべてを使用することにした。

3) 分析方法

欠損値のあるデータを除外し 602 名を分析対象とした。自由記述の内容を言語学的解析法の一つであるテキストマイニング手法を行った。最初に、言語学的分析フリーソフト KHcoder ver.3 を用いて、名詞・動詞・形容詞に一語一語分類し、語の出現回数をみた。次に、語を取捨選択し、その中で出現回数の多い語について共起関係をみた。共起関係とは、ある語が別の特定の語と隣接して現れることをいう。例えば、「地球」という語の後に「海」という語が多く出現している場合、「海」は「地球」の共起語であり、その出現回数が多いほど語と語の共起関係が強いといえる。

4) 倫理的配慮

使用した二次データは、個人情報とリンクされておらず、対象者は特定されない。また、データ使用にあたっては、A 団体から使用許可を得、同意書を双方で保管した。本研究は、山形大学医学部倫理審査委員会の承認を得て、実施した。（倫理審査承認番号：2021-69）

4. 結果

1) 対象者の属性

対象者は初産婦が 577 名（95.8%）、経産婦が 25 名（4.2%）であった。また、267 名（44.4%）が夫と参加しており、そのほか母親や上の子どもと参加している人もいた。

2) 希望開催日時は、週末が 60.2% と一番多かった（図 1）

3) セミナーの満足度は、大変満足、満足あわせて 98.8% であった。

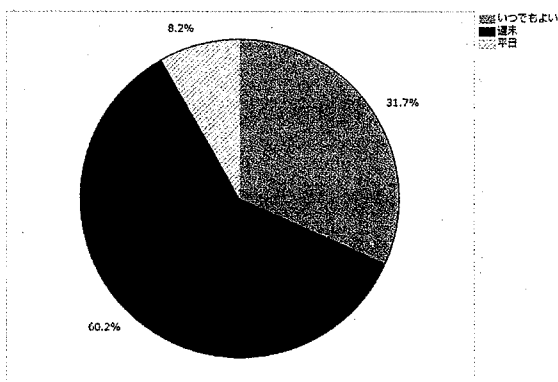


図 1. セミナー開催の希望曜日

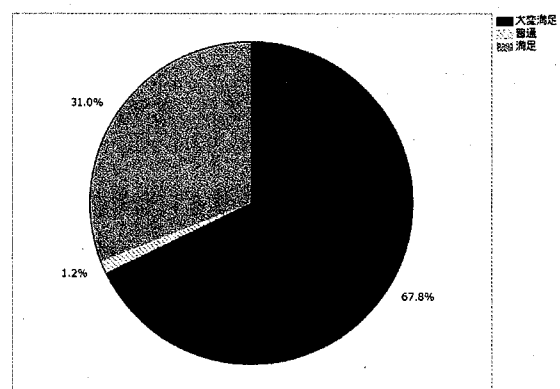


図 2. セミナーの満足度

4) オンライン母親教室に関する共起関係

出現回数が15回以上の単語について共起関係を図にまとめた(図3、4)。丸の大きい語は出現回数が多い語で、共起関係のある語が近くに配置され、線で結び付けされている。

図3は「オンライン」「母親」「教室」「学級」を中心とした共起関係図である。これらには「出産」「不安」「夫」などが共起しており、『コロナで母親教室が全て中止となり…』や『出産に対して不安が軽減した』といった意見があり、COVID-19感染症流行による母親教室の中止や出産に対する不安、オンライン母親教室開催に対する感謝の言葉がみられた。また、『オンラインなので夫も一緒に気軽に参加できた』、『体調の不安もなく自宅から受講できる』など、オンライン開催ならではのメリットを感じていた。

さらに、「受講」「助産」なども共起しており、『自宅でリラックスして受講できた』や『助産師から直にお話を聞ける』、『つながっている安心感や前向きな気持ちも感じることができた』など、オンライン母親教室の受講により精神面での効果を感じていた。

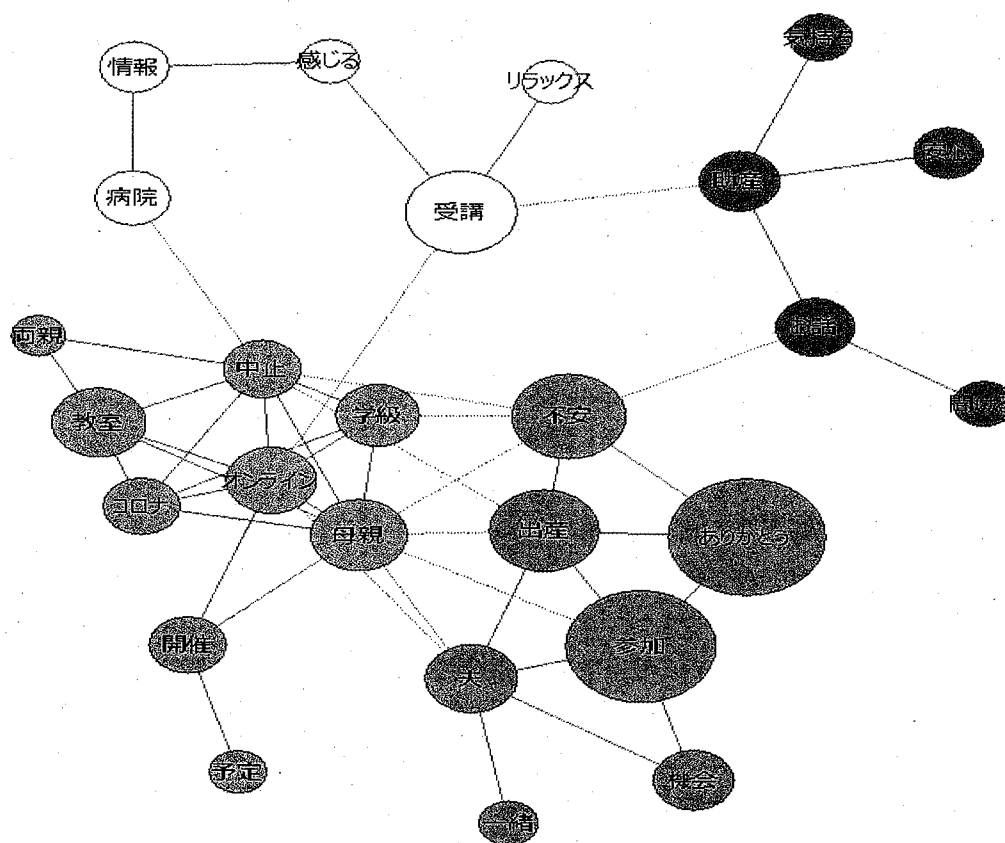


図3. 「オンライン」「母親」「教室」「学級」の共起関係図

図4は「沐浴」「赤ちゃん」の共起関係図である。「沐浴」には「動画」「見る」などが共起しており、『実際に沐浴している動画を見ながら説明を聞くことができ…』など、沐浴の方法について理解している言葉が述べられていた。「赤ちゃん」には「産後」「知る」「自分」などが共起しており、『産後の赤ちゃんの特徴を知ることができた』など、産後の赤ちゃんとの生活について理解しイメージすることができていた。

一方、少数意見であったため、共起関係には示されなかったが、『グループワークができて、意見を交換できるといいと思います』や『実際に人形などで練習する機会が少ないのは不安』という意見があり、他の妊婦との交流や対面での沐浴演習を希望する妊婦もいた。

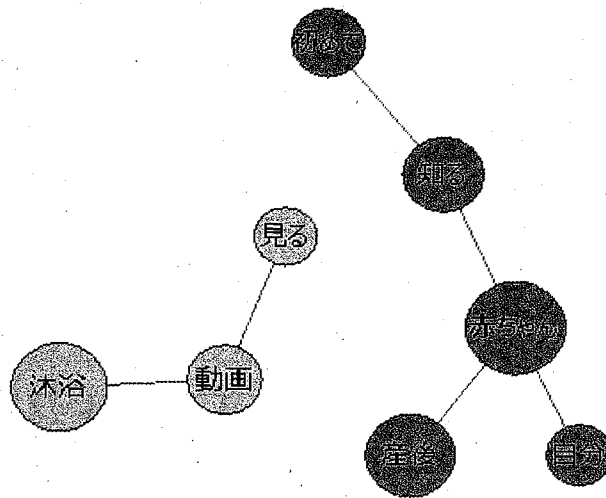


図4「沐浴」「赤ちゃん」の共起関係図

5. 考察

本研究は、オンライン母親教室に参加した602名の妊婦の、オンライン母親教室の満足度や思いについて調査した。参加者の95.8%が初産婦であったことから、今回のデータは初産婦の意見が多く反映されている点が特徴である。夫の参加は全体の44.4%であり、『オンラインなので夫と一緒に気軽に参加できた』というような意見が複数聞かれた。総務省統計局の社会生活基本調査⁵⁾によると、男性有業者の平均仕事時間は平日が489分で、週末は、土曜日が263分、日曜日が154分である。このことより、男性は土曜日、日曜日が休日であることが多いと考えら、夫も参加しやすい曜日であったことがわかった。また、第1子出産前後の女性の就業状況は53.1% (2015年) が就業を継続しており、就業妊婦が多くなってきている⁶⁾。このことから、一人で参加する妊婦の希望開催日も週末に集中したと推測する。さらに、夫だけでなく、上の子どもも参加している妊婦もいた。従来の母親教室における子どもの参加は、面倒を見る必要があり教室に集中できないなどの理由により難しいと考えられるが、オンラインであれば移動する必要がなく人目を気にしなくて良いという利点があるため、子どもの参加が可能であったと考える。堀内ら⁷⁾は、新しく生まれてきた子どもがその家族に統合されていくうえで、妊娠中から下の子が生まれるということについて、年長子の兄・姉になる心理的準備をしていくことが有用であると述べている。このことから、オンラインの利点を活かすことで、母親教室を分娩準備教育にとどめるのではなく、上の子の心理的準備や関係の維持に向けた支援の面でも活用が期待できると考える。

オンライン母親教室参加者は、COVID-19感染症の流行により病院や自治体での母親教室が中止になったことへの不安や、妊娠・出産・育児に関する不安を抱えていることが自由記述より明らかとなった。子育て世代の9割近くが、ソーシャルネットワーク (SNS) を利用して、子育ての情報収集や悩みや体験の共有を行っていることが報告されている⁸⁾。COVID-19感染症流行下において、様々な不安に加え、在宅にいる時間が長くなったことで、SNS利用数が多くなり、正しい情報の取捨選択が難しくなっていることが懸念される。自由記述から、“助産師の話を聞き、沐浴の方法や産後の赤ちゃんとの生活などを理解しイメージすることができた”と記載されており、オンライン母親教室で、直接的に助産師から取捨選択された正しい情報提供は、ネットリテラシーの観点において非常に重要であったことがわかった。

通常の出産前教室では、父親が赤ちゃんの抱き方やオムツ交換、沐浴などの内容を体験することが多く、このような演習方式で学ぶことは父親の育児参加を促すことに有効であると報告されている⁹⁾。また、親となる心の準備のために、夫も出産前教室を受講し、夫婦で話し合い、二人で取り組むことで夫婦関係の強化につながることを、先行研究で示唆されている¹⁰⁾。調査対象のオンライン母親教室におい

て、週末開催は夫が参加しやすい状況であったこと、参加者側で音声のミュートや画面オフも可能であり、プライベートも確保でき夫婦で話しながら参加できたこと、助産師からの情報提供や沐浴の動画視聴・解説などは夫が求めている内容と一致していたことが、参加者の満足度の高さにつながっていたと考える。一方、『実際に人形などで練習する機会が少ないのは不安』という意見があったように、対面開催による教室であれば実施可能な体験型の内容を実施できないことは、オンライン母親教室の課題である。

妊娠期の育児準備と育児ストレスや育児不安との関連の研究¹¹⁾では、妊娠期に育児準備を主体的に行った者は、育児に対する主体性や満足感を得ており、育児への自信度も有意に高く、育児ストレスや育児不安も少なかったと報告している。このことから、母親教室が、急遽中止となった状況で、オンライン母親教室に自らアクセスできていることは、主体的に出産や育児に取り組む姿勢であったと評価する。オンライン母親教室の中でも、助産師が、積極的に妊婦の主体性を保障し、自己肯定感を高める声かけが大切であるといえる。

参加者である妊婦は、助産師の話を聞く中でリラックス効果や安心感、前向きな気持ちを感じており、助産師との繋がり場を必要としていることが明らかとなった。千葉ら¹²⁾はプレママ教室の評価として、「助産師との交流や支援を通しての安心感」、「他の妊婦や乳児との交流を通しての安心感」、「妊娠期や分娩期の過ごし方の理解と生活の中での工夫」、「育児における心配事の理解と対応」、「色々な面での支援による満足」の5つのカテゴリーを抽出している。このことから助産師との交流による安心感の獲得は重要であり、オンライン母親教室においてもそのニーズを満たしていたと考える。しかし、出現回数が少なく共起関係にも現れなかったが、『グループワークができて、意見を交換できるといい』という意見があった。原田ら¹³⁾は、妊婦同士の交流会が意見交換をしたり、自分の知識や経験を提供したりといった交流や関係形成の活発化や子育て不安の軽減につながると報告している。ビデオ・Web会議用アプリケーションの中には、少人数のグループを作成し、グループ内で話し合いができる機能がついているものもある。このような、機能を取り入れて、妊婦同士が交流できる場を提供する方法も一つである。

オンライン開催の副効果として、天候に左右されず自宅で受講できること、移動の必要がなく体への負担が少ないこと、お腹が大きいことや体調を心配することなく参加することができる点がメリットであることも分かった。COVID-19感染の終息後も、妊婦やそのパートナーの実情に合わせ、対面開催による教室とオンライン開催による教室、それぞれのメリットを考え柔軟に母親教室を開催する必要があると考える。

結論

オンライン母親教室に参加した妊婦は、COVID-19感染症の流行により病院や自治体での母親教室が中止になったことへの不安や、妊娠・出産・育児に関する不安を抱えており、助産師の話を聞き、沐浴の方法や産後の赤ちゃんとの生活などを理解しイメージすることは不安の軽減につながっていた。また、助産師の話を聞く中でリラックス効果や安心感、前向きな気持ちを感じており、助産師との繋がり場を必要としていた。さらに、移動の負担がなく、パートナーも参加しやすいと感じていた。

以上より、従来のような妊婦同士の交流や演習方式への課題はあるが、妊婦やパートナーが参加しやすいオンライン母親教室は、COVID-19感染症の終息後も開催する意義があることが示唆された。

謝辞

本研究を行うにあたり、調査にご理解ご協力いただきました対象者の方々に厚く御礼申し上げます。また、データをまとめるにあたり、分析に尽力いただきました安田満里奈氏に深謝いたします。

(本研究は、山形県より山形県母性衛生学会への委託を受けて実施した。本研究に関連する利益相反事項はない。)

文献

1. 厚生労働省：母子保健事業等の実施に係る新型コロナウイルスへの対応について
<https://www.mhlw.go.jp/content/000619450.pdf> 〈2022.3.18〉
2. 日本産婦人科医会：新型コロナウイルス感染状況における妊産婦の不安の現状とその対策
<https://www.jaog.or.jp/wp/wp-content/uploads/2020/07/8b2d2a425> 〈2022.3.18〉
3. 菊地圭子、小松良子、遠藤恵子：医療機関における妊婦に対する保健指導の実態と感染拡大による影響. 山形県母性衛生学会 母子保健に関する委託研究 令和2年度
<https://www.pref.yamagata.jp/010002/kenfuku/kosodate/shoni/itakukenkyuu.html> 〈2022.4.21〉
4. 玉上麻美：妊婦の保健指導内容に関するニーズと保健指導内容の検討に関する研究. 大阪市立大学看護学雑誌 2016 ; 12 : 1-9
5. 総務省統計局：平成 28 年社会生活基本調査結果 調査票 A に関する結果 生活時間に関する結果 主要統計表 2-1.2.3
<https://www.e-stat.go.jp/stat-search/files?page=1&layout=datalist&toukei=00200533&tstat=000001095335&cycle=0&tclass1=000001095377&tclass2=000001095393&tclass3=000001095394> 〈2022.4.25〉
6. 国立社会保障・人口問題研究所：第二部夫婦調査の結果概要：4. 子育ての状況
https://www.ipss.go.jp/ps-doukou/j/doukou15/gaiyou15html/NFS15G_html09.html 〈2022.4.25〉
7. 堀内成子, 土屋麻由美, 片岡弥恵子：赤ちゃんがやってくる. ペリネイタルケア 2005 年夏増刊号 2005 ; 211-218
8. NHK すくすく子育て：みんなどうしてる？子育てと SNS.
<https://www.nhk.or.jp/sukusuku/p2020/815.html> 〈2022.4.25〉
9. 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 2020 ; 8 ; 1 ; 55-62
10. 塩野悦子：集団指導アップデート「産後クライシスを防ぐには？」. ペリネイタルケア 2020 ; 39 (1) ; 72-76
11. 荻原結花, 名取初美, 平田良江：妊娠期における育児準備が育児ストレス・育児不安に与える影響. 山梨県立大学看護学部研究ジャーナル 2017 ; 3 ; 37-44
12. 千葉千恵美, 細川美千恵, 新井基子, 今関節子, 新野由子, 渡辺俊之, 他：子ども・家族支援センターのプレママ教室における妊婦への評価. 高崎健康福祉大学紀要 2015 ; 14 ; 83-90
13. 原田春美, 小西美智子：両親を対象とした子育て支援プログラム立案と実践方法の検討, ヒューマンケア研究学会誌 2018 ; 9 ; 2 ; 33-43